

Señales de alarma en el recién nacido

Para pegar en el refrigerador durante las primeras semanas

POSPARTO · PRIMERAS 4 SEMANAS

Esta hoja es para toda la familia, no solo para la mamá. Quien esté cerca del bebé debe poder reconocer estas señales. Si aparece cualquiera de ellas, se busca atención médica de inmediato: no se espera a la cita, no se espera a mañana.

Ir a urgencias ahora

- Temperatura de 38 °C o más, o de menos de 36 °C (frío que no cede al abrigarlo)
- Le cuesta respirar: quejido, aleteo de la nariz, hundimiento entre las costillas, respiración muy rápida o pausas largas
- Labios, lengua o cara morados o grisáceos
- No despierta para comer, o está tan flácido que "se escurre" al cargarlo
- Rechaza el pecho o el biberón en varias tomas seguidas
- Convulsión, temblor que no cede al sostenerlo, o rigidez
- Piel u ojos amarillos en las primeras 24 horas de vida, o amarillo que llega al abdomen, brazos o piernas
- Ombligo enrojecido alrededor, con secreción, pus o mal olor
- Vómito verde o con sangre, o vómito en chorro después de cada toma
- Sangre en el pañal, o evacuaciones blancas como masilla
- Mollera abombada o muy hundida
- Llanto agudo y continuo que no se calma con nada
- No moja pañales: menos de 6 pañales mojados al día a partir del quinto día de vida

Señales de que va bien

- Come de 8 a 12 veces en 24 horas y se queda tranquilo después.
- A partir del quinto día: 6 o más pañales mojados y al menos 3 evacuaciones al día.
- Se despierta solo para comer y tiene ratos de alerta tranquila.
- Recupera su peso de nacimiento alrededor de los 15 días.

Mis datos a la mano

Emergencias: 911

Nombre de mi bebé y fecha de nacimiento

Peso al nacer

Hospital o clínica donde nació

Quién lleva su control (nombre y teléfono)

Alergias o antecedentes importantes

Imprime esta hoja y pégala donde todos la vean. En una urgencia, nadie recuerda dónde guardó el papel.

DE DÓNDE SALE ESTA GUÍA

- Organización Mundial de la Salud — Recomendaciones para la atención posnatal de la madre y el recién nacido.
- Secretaría de Salud (México) — Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016, atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y de la persona recién nacida.

Esta guía es material educativo y no sustituye una consulta médica. No indica dosis de ningún medicamento ni reemplaza la valoración de quien lleva tu control o el de tu bebé. Ante una urgencia, llama al 911. Puedes imprimirla y compartirla tal como está; no está permitido venderla ni modificarla.