
Desarrollo del bebé: Su bebé de 2 semanas

REVISADO POR LA DRA. KRISTIE RIVERS, MD, FAAP, PEDIATRA DE BUNDOO Y LA DRA. JEN LINCOLN, MD, IBCLC, GINECO/OBSTETRA DE BUNDOO

Es posible que haya pasado casi cada minuto de las últimas dos semanas con su bebé. Lo más probable es que ya se está ajustando a su nuevo horario de estar despierta y dormir a horas extrañas, y la esperanza es que ya sea casi una profesional tanto para amamantar o darle la fórmula al bebé.

En esta etapa, la mayoría de las preguntas que tienen los padres son acerca del sueño y la alimentación. Los nuevos bebés en esta edad duermen mucho—eso es perfectamente normal y saludable. Aunque no duermen por largos períodos, no es extraño que un recién nacido esté dormido o parezca que está somnoliento la mayor parte del día. De hecho, las primeras semanas, el bebé solo puede estar despierto unos cuantos minutos cada hora, regalándole solo una fracción de tiempo valioso para que pueda llegar a conocerlo cuando esté despierto. Esto puede extenderse hasta la hora de comer, cuando su bebé parezca que se queda dormido al ser alimentado, pero llora si le quita el pezón.

Si esto le suena familiar, ¡no se preocupe! Este sueño es importante. Su bebé está haciendo la dura tarea de recuperarse del nacimiento, empieza a crecer y lentamente despertar al mundo. No va a durar por mucho tiempo—al final del primer mes, más o menos, los períodos de estar despierto van a ser medidos en horas en lugar de minutos y él o ella van a ser una compañía más cautivadora. Mientras tanto, esto le proporciona a usted, una gran oportunidad de recuperar su sueño.

Su bebé a las 2 semanas

Los bebés de dos semanas de edad son pequeñas máquinas que comen, duermen y hacen popo. Pero esto no significa que no están sucediendo cosas increíbles, el bebé se pone más fuerte y tiene más presencia. Aunque a usted le parezcan los días muy largos, los cambios que su bebé está teniendo no son graduales—durante las siguientes semanas, el desarrollo saludable del bebé va a explotar.

Para iniciar, el bebé nació con unos cuantos reflejos que están diseñados para protegerlo y tal vez para empujar a los nuevos padres. Es posible que ya haya notado algunos de estos reflejos naturales, aunque quizás no los haya reconocido.

- **Reflejo de sobresalto.** Este con frecuencia se conoce como reflejo de Moro, y normalmente ocurre como reacción a un ruido fuerte. Cuando este reflejo se estimula, el bebé mueve súbitamente los brazos y las piernas hacia afuera, inclina la cabeza hacia atrás y después regresa todo a su lugar natural. El reflejo de sobresalto desaparece más o menos a los 6 meses de edad.

- **Reflejo plantar.** A veces conocido por el reflejo de Babinski, este reflejo se estimula al acariciar suavemente la planta del pie del bebé. La reacción causa que el dedo gordo del pie se haga hacia arriba y los otros dedos del pie se separen.
- **Reflejo de búsqueda.** Este reflejo se estimula con acariciar suavemente la esquina de la boca de su bebé. Su bebé se volteará en dirección de la caricia y tratará de succionar. Este reflejo ayuda con la alimentación.
- **Reflejo de succión.** La succión es estimulada por presión leve, como sucede cuando el pezón toca el techo del paladar. Este reflejo se desarrolla cuando el bebé está en el útero, pero no está completamente desarrollado hasta las 36 semanas de gestación. Es posible que los bebés prematuros no tengan desarrollado completamente el reflejo de succión.
- **El reflejo de caminar.** A veces se le llama reflejo del paso, este reflejo se estimula al sostener a su bebé parado, manteniendo sus pies en contacto con una superficie sólida. Las piernas del bebé se van a ver como si estuviera caminando.
- **Reflejo de prensión palmar.** Este es un reflejo particularmente encantador. Su bebé va a tomar su dedo en el momento en que usted le acaricie la palma de la mano con el dedo. Este reflejo también dura hasta más o menos los 6 meses de edad.
- **Reflejo tónico del cuello.** Con frecuencia se le conoce por el reflejo de esgrima porque su bebé adquiere una posición en la que la cabecita está ligeramente girada hacia un lado. Cuando esto sucede, el brazo del lado donde está dirigida la cabeza va a estar derecho (como si tuviera una espada en la mano), y el otro brazo va a estar doblado en el codo. Este reflejo desaparece más o menos a los 6 meses de edad.

Su recuperación

Lo que se anticipa es que ya hayan empezado a mejorar los síntomas peores de la primera semana, incluyendo el dolor más fuerte y el sangrado más abundante—pero si es como la mayoría de las mamás, todavía no ha vuelto a su normalidad, y no debe esperar que esto tendría que haber sucedido.

Es perfectamente normal que tenga senos que gotean en esta etapa. Los discos absorbentes para la lactancia son una gran idea para proteger la ropa, pero debe asegurarse que se los cambia con frecuencia para que sus pezones no tiendan a infectarse por estar húmedos. Si continúa a tener pechos hinchados (que es más que sentirlos llenos), debe consultar a su profesional médico para aprender a cómo manejar esto.

Es también normal que tenga sangrado vaginal hasta por 6 semanas posparto. Debe de disminuir bastante durante los primeros días después del parto, y la sangre debe tener un color diferente, ya sea café más oscuro o rosa claro. Si continúa con sangrado abundante (si satura más de una toalla sanitaria cada una o dos horas, o tiene coágulos grandes) con sangre color rojo vivo, debe de consultar a su profesional médico.

Por último, es posible que todavía tenga dolor en el perineo. El uso de bolsas de hielo puede proporcionar un gran alivio, así como baños de agua tibia, evitar el estreñimiento, sentarse en almohadas y tomando las cosas con calma. Las toallitas “Tucks” pueden

también ayudar a reducir la inflamación y el dolor, y si siente que necesita medicina para el dolor, consulte a su doctor para que le diga cuáles son sus mejores opciones.

Recuerde que, si le hicieron una Cesárea, su recuperación va a tomar mucho más tiempo. Es muy importante que no trabaje demasiado y que siga las instrucciones estrictas que su doctor le dió al darla de alta, para que no interfiera con el proceso de recuperación.

Lea más en www.bundoo.com