

[Inicio](#) > Cómo bañar a un recién nacido.

Cómo bañar a un recién nacido.

Bañar por primera vez a un recién nacido puede ser estresante, así como un momento adorable de conexión con tu bebé. Sigue éstos consejos de cómo bañar a tu bebé de forma segura.

- No tienes que bañar a tu bebé todos los días —durante las primeras semanas tal vez sea más fácil darle un baño de esponja. Lee nuestra lista sobre **cómo dar un baño de esponja** ^[1] a un bebé recién nacido.

- Bañar a tu bebé entre dos y tres veces a la semana es suficiente para mantenerlo limpio.

- Puedes bañar a tu bebé todos los días si ambos disfrutan ese tiempo de conexión.

- Nunca dejes a tu bebé en la tina sin supervisión, ni siquiera por un segundo.

- Para bañarlo, elige un momento en que tu bebé esté contento y no muy adormilado.

- Asegúrate de que la habitación esté calentita y agradable para cuando el bebé salga del baño.

- Prepara la habitación de antemano. Para ello necesitarás: una tina para bebé o para lavar, un pañal limpio, toallas limpias, un tazón de agua hervida y tibia, ropa limpia, termómetro de baño y borlas de algodón.

- Llena la tina hasta unos 8 a 10 centímetros de profundidad. Primero vierte el agua fría y después la caliente, y revuelve el agua para evitar que haya partes muy calientes.

- Revisa la temperatura del agua de la tina usando el termómetro, no debería pasar los 38° C.

- Antes de meter al bebé al agua prueba la temperatura de nuevo con tu codo, debería estar calientita y sin zonas demasiado calientes.

- Desviste a tu bebé y sólo déjale puesto el pañal. Mantenlo envuelto cálidamente en una toalla mientras lavas su cara y sus ojos.

- Usa borlas de algodón humedecidas con agua hervida y tibia. Revisa la temperatura del agua antes. Limpia sus ojos del lagrimal hacia afuera, usando cada borla de algodón solo una vez.

- Carga a tu bebé de manera que su cabeza esté por encima del agua de la tina, y usando tu mano o una toalla masajea su cuero cabelludo con agua. Enjuaga y seca su cabello con cuidado.

- Quítale el pañal y si está sucio límpialo antes de meterlo a la tina.

- Lávate muy bien las manos y quítate los anillos y las pulseras.

- Introduce con cuidado a tu bebé en la tina usando una mano para sostener su antebrazo y sostener su cabeza y hombros.

- Para sujetarlo con firmeza, pero suavemente, coloca una mano en la espalda de la espalda y sostenlo por la axila, con tu muñeca o tu antebrazo sosteniendo su cabeza. Así, tu otra mano estará libre para bañar a tu bebé.

- Vierte suavemente agua tibia sobre su cuerpo, manteniendo la cabecita fuera del agua.

- Si tu bebé todavía tiene vérnix (la capa blanca grasosa) en los pliegues de la piel, déjalo ahí porque ayuda al desarrollo de la barrer de la piel.

- Saca a tu bebé de la tina, con una mano en la espalda y la otra sujetándolo por la axila. Tu muñeca o antebrazo deben apoyar su cabeza. Se cuidadosa porque tu bebé puede estar muy resbaladizo.

Envuelve a tu bebé en una toalla, recordando cubrir su cabeza, y sécalo bien, incluyendo los pliegues.

Ahora es un buen momento para darle un masaje a tu bebé que lo ayude a relajarse y dormir. Evita usar lociones o aceites hasta que cumplan un mes. Lee nuestra lista sobre **cómo dar un masaje a tu bebé** ^[2] para más consejos al respecto.

Viste a tu bebé con ropa limpia. Los recién nacidos pierden calor con rapidez, así que es Buena idea usar una cobija.

Si tu bebé se asusta, intenta bañarte con él. Sólo asegúrate de que el agua no esté demasiado caliente y que alguien esté contigo para sostener a tu bebé cuando entres y salgas de la tina. Esto ayuda a bebé a acostumbrarse al agua y es un momento de conexión adorable.

URL de origen: <https://www.babyandme.nestle.co/0-6-meses/como-banar-recien-nacido>

Enlaces

[1] <https://www.babyandme.nestle.co/0-6-meses/como-dar-un-bano-de-esponja-a-tu-bebe>

[2] <https://www.babyandme.nestle.co/0-6-meses/masaje-para-el-bebe>