

El niño en desarrollo: Recién nacido

¿Cuánto crecerá mi bebé?

En el primer mes de vida, los bebés generalmente se ponen al día y superan su peso al nacer, luego continúan subiendo de peso gradualmente. Es normal que los bebés pierdan hasta aproximadamente el 10 por ciento del peso al nacer en los dos o tres primeros días del nacimiento. Sin embargo, debe aumentarlo y recuperar su peso al nacer en aproximadamente dos semanas. Si bien todos los bebés pueden crecer a un ritmo diferente, a continuación se indica el promedio para los niños y las niñas de hasta 1 mes de edad:

- **Peso:** después de las primeras dos semanas, debe aumentar aproximadamente 1 onza (30 gramos) por día
- **Longitud promedio al nacer:**
 - 20 pulgadas (50.8 cm) para los niños
 - 19 3/4 pulgadas (50 cm) para las niñas
- **Longitud promedio al mes:**
 - 21 1/2 pulgadas (54.60 cm) para los niños
 - 21 pulgadas (53.30 cm) para las niñas
- **Tamaño de la cabeza:** al final del primer mes, aumenta a poco menos de 1 pulgada (2.54 cm) más que la medida al nacer

¿Qué puede hacer mi bebé a esta edad?

Si bien un recién nacido duerme aproximadamente 16 horas al día, el tiempo que el bebé está despierto puede ser agitado. La mayor parte de los movimientos y actividades del recién nacido son reflejos o movimientos involuntarios (el bebé no los hace a propósito). A medida que comienza a madurar el sistema nervioso, estos reflejos dan lugar a comportamientos intencionales.

Los reflejos de los recién nacidos incluyen:

- **Reflejo perioral.** Este reflejo ocurre cuando se toca la esquina de la boca del bebé. El bebé gira su cabeza y abre la boca para seguir la dirección del estímulo. El reflejo perioral ayuda al bebé a encontrar el pecho o el biberón.
- **Reflejo de succión.** Cuando el reflejo perioral de la boca del bebé toca el pecho o el biberón, el bebé comenzará a succionar. Este reflejo no comienza hasta aproximadamente la semana 32 del embarazo y no está completamente desarrollado hasta alrededor de la semana 36. Los bebés prematuros pueden tener una capacidad de succión débil o inmadura, porque nacen antes de que se desarrolle este reflejo. Los bebés además tienen un reflejo mano a boca que acompaña el reflejo perioral y de succión, y puede succionar sus dedos o manos.
- **Reflejo de Moro.** Este reflejo también se llama reflejo de sobresalto porque generalmente ocurre cuando un bebé se sobresalta por un sonido o movimiento fuerte. En respuesta al sonido, el bebé tira la cabeza hacia atrás, estira los brazos y las piernas, llora y luego retrae los brazos y las piernas. Algunas veces, el mismo llanto del bebé puede sobresaltarlo e iniciar este reflejo. El reflejo de Moro dura hasta que el bebé tiene aproximadamente 5 o 6 meses de edad.
- **Reflejo tónico del cuello.** Cuando la cabeza del bebé está hacia un lado, el brazo de ese lado se estira y el brazo opuesto se dobla hacia arriba hasta el hombro. Esto se llama posición de "esgrima". El reflejo tónico del cuello dura hasta que el bebé tiene aproximadamente 6 o 7 meses de edad.
- **Reflejo de prensión.** Con el reflejo de prensión, al tocar la palma de la mano del bebé, este cierra sus dedos y se agarra. El reflejo de prensión dura solo algunos

meses y es más fuerte en los bebés prematuros.

- **Reflejo de Babinski.** Con el reflejo de Babinski, cuando se toca con firmeza la planta del pie del bebé, el dedo gordo se dobla hacia arriba y los otros dedos se separan. Este es un reflejo normal hasta que el niño tiene aproximadamente 2 años de edad.
- **Reflejo de la marcha.** Este reflejo también se llama de caminar o bailar porque pareciera que el bebé da pasos o baila cuando se lo sostiene recto con los pies tocando una superficie firme.

Los bebés recién nacidos no solo tienen reflejos únicos, sino que además tienen diferentes características físicas y comportamientos que incluyen:

- La cabeza se cae al levantar el bebé, necesita apoyo
- Gira la cabeza de lado a lado cuando se lo apoya sobre su estómago
- A veces los ojos no están coordinados, puede parecer bizco
- Al principio, fija los ojos en una cara o una luz y luego comienza a seguir un objeto en movimiento
- Comienza a levantar la cabeza cuando se apoya sobre el estómago
- Tiene movimientos erráticos, espasmódicos
- Mueve las manos hacia la boca

¿Qué puede decir mi bebé?

A esta edad temprana, la única forma de comunicación del bebé es el llanto. Al principio, todos los llantos del bebé parecen similares, pero los padres pronto reconocen los diferentes tipos de llanto cuando tiene hambre, está incómodo, se siente frustrado, está cansado o se siente solo. A veces, los llantos del bebé pueden responderse fácilmente con la alimentación o un cambio de pañal. Otras veces, la causa del llanto puede ser un misterio y se detiene tan rápido como comienza. Independientemente de la causa, es esencial responder a los llantos del bebé con una caricia y palabras que lo calmen para ayudarlo/a a aprender a confiar en usted y en que le dará amor y seguridad. También puede usar movimientos suaves para mecerlo/a y calmarlo/a.

¿Qué entiende mi bebé?

Puede observar que el bebé responde de diversas formas, entre ellas:

- Se sobresalta ante los ruidos fuertes
- Mira las caras y fotos con imágenes contrastantes en blanco y negro
- Presta atención a las voces, puede girar hacia un sonido
- Muestra indicios de una sonrisa, especialmente durante el sueño

Cómo ayudar a aumentar el desarrollo y la seguridad emocional del bebé

Los bebés pequeños necesitan la seguridad de los brazos de sus padres y entienden la confianza y el bienestar de su voz, su tono y emociones. Considere las siguientes formas de aumentar la seguridad emocional de su bebé:

- Sostenga a su bebé cara a cara.
- Hable con un tono suave y deje que su bebé escuche su voz afectuosa y amigable.
- Cántele.
- Camine con su bebé en un portabebés o cochecito.
- Envuelva a su bebé con una manta suave para que se sienta seguro/a y evitar que se sobresalte con los movimientos propios del bebé.
- Meza a su bebé con un movimiento suave y rítmico.
- Responda rápidamente a los llantos de su bebé.

© 2000-2022 The StayWell Company, LLC. Todos los derechos reservados. Esta información no pretende sustituir la atención médica profesional. Sólo su médico puede diagnosticar y tratar un problema de salud.