

# ¿Qué debo saber acerca de la ictericia y mi recién nacido?

## What do I need to know about jaundice and my newborn?

### ¿Qué es?

Puede que vea una coloración amarillenta en la piel de su bebé y en la conjuntiva (los blancos de los ojos). Esto se llama ictericia (*jaundice*, en inglés). Después del parto, el bebé tiene glóbulos rojos en exceso y es normal que éstos se descompongan. A medida que se descomponen se forma una sustancia amarillenta llamada bilirrubina (*bilirubin*, en inglés). El exceso de bilirrubina en la sangre del bebé es lo que causa la coloración amarillenta en la piel y la conjuntiva. Es común que el bebé quiera dormir más y comer menos a causa del exceso de bilirrubina.

### ¿Es común la ictericia en los bebés?

Es común. Aproximadamente la mitad de los bebés nacidos a término y tres cuartos de los bebés pretérmino (nacidos antes de las 37 semanas de gestación) presentan ictericia.

La ictericia es leve en la mayoría de los bebés. Dura unos pocos días y alcanza su mayor nivel el cuarto o quinto día de vida y luego desaparece poco a poco. Algunos bebés desarrollan altos niveles de bilirrubina, lo que puede ser peligroso sin tratamiento.

Es más probable que su bebé desarrolle ictericia si nació antes de las 37 semanas, si tiene moretones o si su grupo sanguíneo es diferente del materno.

### ¿Qué puedo hacer para ayudar a mi bebé?

- Déle de comer hasta que esté satisfecho y siempre que se muestre con hambre. Es su leche lo que le da la energía para descomponer la bilirrubina.
- La ictericia tiene el efecto de dar sueño al bebé y hacerle comer más despacio. Puede que tenga que despertarlo para cerciorarse que coma no menos de 8 veces en cada 24 horas. Su primera leche de mama, llamada colostro, ayuda al bebé a expulsar el excremento, lo que a su vez ayuda a reducir la bilirrubina. Además al ponerlo al pecho con mayor frecuencia le ayuda a usted a producir más leche.
- No le dé agua. El agua sólo le llena el estómago, reduce la cantidad de leche que podrá ingerir y no ayuda a reducir la bilirrubina.

## ¿Qué otras cosas pueden ayudar a mi bebé?

El nivel de bilirrubina del bebé puede ser analizado por un profesional de la salud pinchando un talón para extraer una gota de sangre. Usted puede ayudar al bebé a sobrellevar el dolor del pinchazo si lo tiene en sus brazos y lo pone al pecho.

Su médico o partera puede poner al bebé bajo luces azules especiales si tiene niveles elevados de bilirrubina. Esto se llama fototerapia (*phototherapy*, en inglés). La fototerapia produce cambios en la bilirrubina tal que no presente peligro alguno. Se puede administrar de dos formas:

- Baño de luces azules
- Sistema de fototerapia Wallaby®

El baño de luces azules sólo se da en el hospital. El sistema de fototerapia Wallaby® consiste en una luz especial que emana de un panel (en inglés se usa la palabra *paddle*) que se coloca en la espalda del bebé. Este tratamiento puede ser administrado en el hospital o en casa. Converse con su médico o partera para decidir cuál opción de tratamiento le conviene.

Converse con el personal del hospital acerca de este tema o de otras necesidades especiales de su bebé mientras que esté recibiendo fototerapia. Las enfermeras del hospital o aquellas que trabajan en la comunidad pueden ayudarla con dudas o preguntas sobre el amamantamiento.



A su regreso a casa, **llame** a su médico, partera o enfermera comunitaria si:

- ▶ Usted cree que su bebé ha desarrollado ictericia.
- ▶ Su bebé aún presenta ictericia después de la primera semana de nacido.
- ▶ La coloración amarillenta se vuelve más intensa en la piel o si la observa en el cuerpo o en las piernas o brazos del bebé.
- ▶ El bebé parece querer dormir demasiado y no se despierta a comer 8 veces al día o más.

## A su regreso a casa recuerde...

---

---

---