

## **RECOMENDACIONES POSTPARTO**

### **CURA EPISIORRAFIA**

- Ducha diaria
- Pulverizar con clorhexidina (Cristalmina®)

### **CURA CESÁREA**

- Ducha diaria
- Pulverizar con clorhexidina (Cristalmina®)
- No precisa ser tapada con apósito
- Retirada de grapas a los 7-10 días

### **CURA CORDÓN DEL RECIÉN NACIDO**

- Varias veces al día cura con una gasa estéril con alcohol de 70º o clorhexidina en la zona de inserción del cordón umbilical. Recuerda levantar la pinza y limpiar también por debajo.
- Puede tardar en caer 7-10 días
- Sigue curando durante unos días después de la caída

### **CITAS EN EL CENTRO DE SALUD**

- Con la matrona en los primeros 7-10 días después del parto
- Con la pediatra en la primera semana de vida para la primera revisión del bebé

### **CONSULTA SIEMPRE SI DESPUÉS DEL PARTO APARECE:**

- Fiebre (Temperatura > 38ºC)
- Loquios malolientes
- Sangrado abundante que no va en disminución con el paso de los días
- Aparición de zona roja, indurada o caliente en las piernas
- Dolor y/o inflamación que no cesa con la toma de analgésicos/antiinflamatorios en la zona perineal (episiotomía) o cesárea
- Molestias al orinar
- Aparición de grietas en el pezón o mamas duras y enrojecidas
- Síntomas de depresión puerperal