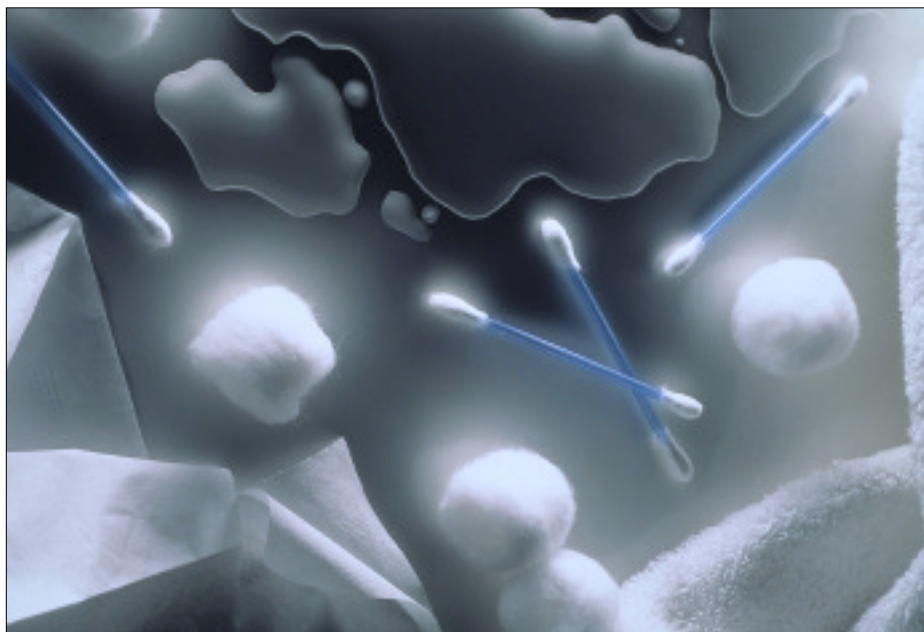


Productos sanitarios para el bebé

LAURA GONZÁLEZ BOSQUET

Farmacéutica.



El cuidado del bebé encuentra en la oficina de farmacia respuestas alimentarias, higiénicas y terapéuticas de todo tipo. Desde la nutrición hasta la cosmética de protección e higiene, pasando por los accesorios varios, la farmacia dispone de los productos idóneos para preservar el buen estado de salud del bebé y su mayor comodidad.

Una de las áreas más desarrolladas en la oficina de farmacia es la destinada a la salud y cuidados del bebé. Todos sabemos que el desarrollo de este ser tan especial precisa todo tipo de atenciones y cuidados. En este sentido, el papel del farmacéutico resulta fundamental para hacer frente a pequeños imprevistos, disipar muchos de los interrogantes que habitualmente surgen en torno al mundo del bebé y contribuir a que los padres se sientan más seguros en esta maravillosa y dulce etapa.

La nutrición del lactante

La leche materna es el alimento más completo para la alimentación del bebé durante los primeros 6 meses. No sólo le proporciona todos los nutrientes esenciales para

un óptimo crecimiento y desarrollo, sino que además le protege de posibles infecciones y permite establecer un importante lazo afectivo entre madre e hijo, lo que propicia un buen desarrollo psicológico y emocional. No obstante, en algunas circunstancias, la lactancia materna no es posible o no resulta suficiente. Para estos casos, existen en el mercado muchas fórmulas infantiles, sobre las que el farmacéutico puede aconsejarnos, que pueden reemplazar o complementar la lactancia materna y que garantizan una alimentación adecuada del recién nacido.

Fórmulas infantiles

Las fórmulas infantiles que hoy existen en el mercado siguen las

normas pautadas por la ESPGAN (Committee on Nutrition. European Society of Pediatric Gastroenterology and Nutrition), que están recogidas en la legislación actualmente vigente.

Las leches infantiles destinadas a bebés que no presentan requerimientos especiales, están formuladas para que su composición sea lo más parecida posible a la de la leche materna, por ello, contienen las proteínas, grasas, vitaminas, minerales y calorías necesarias para asegurar un buen desarrollo. Sin embargo, estas leches, no incluyen los factores inmunológicos que contiene la leche materna y que protegen al recién nacido de posibles infecciones.

Las leches infantiles suelen utilizar la leche de vaca como base, la cual se modifica tomando como modelo la materna e introduciendo

do mejoras cualitativas en su composición (hierro, vitaminas y ácidos grasos omega-3 u omega-6). Ello origina la gran variedad de marcas que actualmente podemos observar en el mercado.

Las fórmulas comerciales se presentan en formas de fácil y rápida preparación, habitualmente, en forma de polvos, líquidos concentrados que se diluyen con el agua o de líquidos prediluidos que no requieren preparación. Los biberones se preparan diluyendo una medida estándar rasa de leche en polvo (sin apretar y rasándolo bien) por cada 30 cc de agua hervida. Una vez añadido el polvo en el agua tibia, se agita hasta la total disolución.

Es importante respetar bien estas medidas ya que, si no lo hacemos, la fórmula puede presentar concentraciones demasiado altas o bajas que podrían dañar la salud del bebé. Asimismo, no se deben reutilizar los restos de otros biberones; es aconsejable preparar el biberón justo antes de cada toma para evitar un posible riesgo de contaminación por microorganismos.

En los primeros 4-6 meses de la vida del bebé, se recomiendan las fórmulas de inicio, que suelen estar enriquecidas en hierro (una ausencia de hierro en la dieta puede causar anemia en el recién nacido). También existen en el mercado leches con bajo contenido en hierro, que no deben utilizarse sin la expresa recomendación del pediatra.

A partir de los 4-6 meses, se propone la fórmula infantil *de seguimiento* o continuación y la alimentación empieza a complementarse y diversificarse con la introducción progresiva de cereales infantiles sin gluten (los cereales infantiles con gluten no se introducen hasta el sexto mes cumplido), papillas de frutas y de pollo con verduras.

Todo lo que hemos visto hasta aquí corresponde a la alimentación de un bebé sano o sin dificultades nutricionales, sin embargo, en algunas ocasiones, el lactante precisa requerimientos dietéticos específicos que obligan a la utilización de leches especialmente adaptadas para proporcionarle todos los nutrientes necesarios. Este es el

caso de las leches artificiales especiales, que sólo deben utilizarse bajo prescripción facultativa.

Leches artificiales especiales

— *Formulaciones que carecen de lactosa.* Un primer grupo de leches especiales son aquellas que se prescriben en los casos en que no se tolera bien el azúcar de la leche de vaca, es decir la lactosa. Por tanto, son formulaciones que carecen de lactosa. En éstas, la lactosa se halla sustituida por otros azúcares como el caso de la dextrinomaltoza, polímeros de glucosa y sacarosa.

Los cosméticos más utilizados para garantizar la protección de la piel del bebé son las leches y cremas protectoras, los aceites y los polvos pediátricos

— *Elaborados a partir de la soja.* Se utilizan tanto para el tratamiento de la intolerancia a la lactosa como, algunas veces, si el bebé no tolera bien o es alérgico las proteínas de la leche de vaca. A diferencia de las anteriores, en las formulaciones a base de soja, la fracción proteica de la leche está formada por las proteínas de la soja y se halla enriquecida con metionina y taurina. Aunque cabe decir que la soja a veces también es causante de alergia.

— *Fórmulas hipoalergénicas.* Para solucionar este punto, dentro de las leches especiales contamos con otras opciones para aquellos bebés que sufren de alergia a las proteínas de la leche de vaca. Son fórmulas hipoalergénicas elaboradas a partir de hidrolizados de proteínas. Mediante el proceso de hidrólisis se permite solucionar las manifestaciones alérgicas más comunes del bebé (de carácter respiratorio o cutáneo).

Además de éstas existen otras leches especiales que responden a dolencias más específicas, aunque no las detallaremos en este artículo.

Cosmética de protección

La piel del recién nacido es especialmente vulnerable a la acción de los agentes externos. Ello es debido a que todavía no ha desarrollado todos sus mecanismos de defensa, ni ha alcanzado el nivel de maduración que le permitiría hacer frente a los posibles irritantes del medio ambiente que le rodea.

Una de las características de la piel del bebé es que su capa córnea y su epidermis se encuentran visiblemente más finas y delgadas. Ello también se traduce en una función glandular disminuida, la presencia de una menor concentración de queratina y melanocitos poco pigmentados. Como consecuencia de ello, el manto epicutáneo protector es menos resistente y, en general, su piel mucho más sensible y delicada. Por ello, deben extremarse los cuidados tanto en la zona cubierta por el pañal, como la expuesta a la acción de los irritantes medioambientales externos. Por este motivo la cosmética infantil tiene un carácter fundamentalmente protector y requiere un especial control para garantizar la máxima tolerancia y mínima probabilidad alérgica.

Los cosméticos más utilizados para garantizar la protección de la piel del bebé son las leches y cremas protectoras, los aceites y los polvos pediátricos.

En primer lugar, destacaremos el papel de las emulsiones protectoras. Se trata de formulaciones que, por un lado, aportan agua a la piel, y por otro, los lípidos que ayudan a formar el manto hidrolipídico que se encuentra disminuido en el recién nacido. Un ejemplo de ello son las *emulsiones fluidas o leches* de fase externa acuosa. Éstas se caracterizan por formar sobre la piel una fina película hidrófoba que ayuda a retener agua y, a la vez, descongela la zona y le proporciona suavidad, emolencia y un efecto refrescante. Si se quiere conseguir un efecto suavizante y calmante de la irritación, son adecuados los extractos de matricaria camomila (alfabísabolo), ácido glicirretínico o áloe vera y para calmar la sensibilidad cutánea alantoína, extracto de caléndula o avena. En cuanto a

los emulsionantes, conviene usar los no iónicos por ser muy bien tolerados debido a su elevada inocuidad.

Pero cuando se pretenden aliviar escoceduras o irritaciones, las más indicadas son las cremas de fase externa oleosa ya que contienen una elevada concentración de fase grasa en la fórmula constituida por aceites, ceras (derivados de la lanolina purificada), siliconas, triglicéridos, ácidos o alcoholes grasos o vaselinas. De esta forma, se garantiza un mayor poder protector y una gran emoliencia que proporcionarán mayor suavidad a la piel.

Estas cremas protectoras contienen además antisépticos suaves como el óxido de cinc, que también tiene una acción secante, astringente y antiinflamatoria. Otros polvos inertes de propiedades secantes son el dióxido de titanio o el caolín.

Dentro del grupo de los cosméticos protectores infantiles, destacamos también los polvos pediátricos, conocidos popularmente como talcos. Se aplican después del baño y tienen la función de refrescar, suavizar y proporcionar protección a la piel del bebé. En su composición domina el silicato magnésico anhidro. Junto a éste, se adicionan otros polvos con mayor poder absorbente de la humedad (especialmente cuando su aplicación va dirigida a la zona del pañal), como por ejemplo el caolín o el silicato de aluminio hidratado, de esta forma se consigue mantener la zona seca por más tiempo. Asimismo, la presencia de óxido de cinc aporta a la mezcla un mayor poder secante y un suave efecto antiséptico.

Cosméticos para la higiene

Los jabones líquidos, geles, champúes, aceites y leches limpiadoras son los cosméticos destinados a la limpieza e higiene de la delicada piel del bebé. En cuanto a los jabones líquidos y champúes, son productos que, debido a las características fisiológicas de la piel del niño, deben presentar un especial cuidado en la selección de los ingredientes utilizados. Así, el producto debe tener un bajo poder detergente y deslipidizante y también debe garantizar una ausencia

de poder irritante. También es importante que se encuentre dentro del intervalo de pH fisiológico adecuado tanto para la piel como para evitar cualquier tipo de molestia o irritación ocular, en el caso de que involuntariamente pueda entrar en contacto con el ojo del recién nacido. Los jabones líquidos pediátricos son preparados de baja viscosidad (se incluyen pocos viscosizantes por motivos de intolerancia cutánea y ocular). Además de los tensioactivos suaves y poco espumantes, se adicionan a estas formulaciones principios activos suavizantes y aditivos sobreengrasantes para contrarrestar el posible efecto detergente del jabón sobre la piel.

Los champúes pediátricos tienen una formulación similar a las soluciones jabonosas líquidas, con tensioactivos del tipo no iónicos o anfóteros

Los champúes pediátricos tienen una formulación similar a las soluciones jabonosas líquidas, con tensioactivos especialmente del tipo no iónicos o anfóteros, por lo que la cantidad de espuma suele ser bastante reducida. También son champúes líquidos poco viscosos y con todas las especificaciones, en cuanto a inocuidad y tolerancia cutánea y ocular, para que minimicen cualquier riesgo de irritación.

Los aceites pediátricos son cosméticos con una doble función, la higiene y protección de la piel del bebé. Esto es debido a que, por un lado, tienen la capacidad de mezclarse bien con la suciedad facilitando el arrastre de ésta por medio de un algodón o gasa y, por otro lado, después de su aplicación, queda una finísima película sobre la piel que proporciona suavidad, emoliencia y cierta capacidad para repeler el agua. Por todo ello, estos aceites están muy indicados para la zona recubierta por el pañal, muy expuesta a la humedad e

irritación. Además, el área del pañal se encuentra en continua oclusión y la falta de aireación y el contacto con la orina la hace candidata al desarrollo de gérmenes y a la aparición de dermatitis y alteraciones cutáneas. Una de las más habituales es la dermatitis del pañal, causante de un eritema exudativo y la formación de grietas en los pliegues cutáneos de la zona. La composición de estos aceites puede contener triglicéridos de síntesis, ésteres grasos ramificados y pequeñas cantidades de aceites vegetales emolientes (como el de almendras dulces, caléndula o germen de trigo).

Al igual que los aceites, las leches limpiadoras pediátricas cumplen también una doble función: por un lado, realizan un limpieza cutánea facilitando la eliminación de los residuos adheridos a la piel, y por otro, ejercen una acción protectora reforzando el manto hidrolipídico cutáneo del recién nacido y proporcionándole emoliencia y suavidad. Son emulsiones fluidas de fase externa acuosa que contienen fundamentalmente emulsionantes del tipo de los no iónicos utilizados por su buena tolerancia e inocuidad. También contienen principios activos que refuerzan la acción protectora y les proporciona una buena acción suavizante (almendras dulces, germen de trigo).

Pañales desechables y toallitas húmedas

El pañal está formado fundamentalmente por fibras de celulosa con una cubierta interior que está en contacto con la piel del bebé, y una cubierta exterior de plástico suave. Tiene un diseño anatómico que contribuye a que los líquidos se concentren en la zona absorbente, y cuenta con sustancias de gran poder de absorción (gelificantes hidrófilos) con el objeto de mantener seco el culito del bebé y proporcionarle el máximo bienestar. Las barreras protectoras impermeables del pañal ofrecen una gran seguridad, ya que impiden que la orina se deslice sobre las piernas del bebé. Además, los pañales presentan una forma anatómica, son elásticos en las piernas y cintura y tienen cierres mul-

tiuso que permiten un ajuste perfecto. Algunos de ellos, incluyen agentes dermoprotectores (áloe) que forman una película que ayuda a proteger la piel de la humedad y otros son biodegradables.

Los pañales se distinguen por «etapas» o «pasos» y por el peso del bebé. Si el bebé se encuentra en el límite superior del peso indicado, para obtener la máxima protección, siempre es conveniente elegir el siguiente rango.

Para terminar el apartado de higiene tenemos las toallitas húmedas que limpian, refrescan, hidratan y protegen la piel del bebé, especialmente después de cambiar el pañal. En el mercado se encuentran envases de práctico diseño, que ayudan a que las toallitas salgan de una en una y a que se mantengan húmedas hasta el final. Las toallitas suelen contener sustancias emolientes y suavizantes que protegen la delicada piel del bebé (áloe, manzanilla).

Accesorios

En torno al mundo del bebé existe toda una serie de accesorios, como chupetes, biberones o esterilizadores, que facilitan las labores cotidianas relacionadas con el cuidado del recién nacido.

Chupetes

El reflejo de succión es un reflejo innato en el bebé. Gracias a éste, se hace posible la toma de alimento por parte del recién nacido. Se dice que incluso tiene lugar antes del nacimiento y persiste aproximadamente hasta el año de edad. Cuando el bebé llora o se siente intranquilo, el chupar el chupete le proporciona un efecto tranquilizador, aunque el chupete no debe convertirse en una costumbre, pues el llanto es una forma que el bebé tiene de expresarse y es recomendable reforzar los lazos de comunicación con el recién nacido. Así, hablar con el bebé, mecerlo o jugar con él es la mejor forma de tranquilizarlo sin utilizar el chupete como único recurso. En caso de que el niño se alimente con lactancia materna, algunos expertos indican la conveniencia de posponer unas 3 semanas



el uso del chupete para facilitar el proceso de adaptación del bebé al pecho de la madre. Sin embargo, en los bebés que utilizan el biberón, el uso del chupete ayuda a que no se acostumbren a saciar el deseo de chupar con éste, y exista el riesgo de una sobrealimentación. Hay que tener en cuenta que el uso excesivo del chupete puede originar deformaciones dentales, por lo que es conveniente ir dosificando paulatinamente su uso hasta limitarlo a las horas previas al sueño o de mayor tranquilidad.

En el mercado existen distintos tipos de chupetes que se presentan en distintos tamaños, formas y materiales. El tamaño está condicionado por la edad del niño. Los materiales pueden ser caucho o silicona. Los de silicona son más inertes, pero una vez que han salido los dientes pueden rasgarse y romperse con facilidad, por lo que al despuntar los primeros dientes, es mejor decantarse por los de caucho. Y en cuanto a la forma, distinguimos los anatómicos, los clásicos y en forma de gota. Algunos poseen una cápsula protectora encajada a presión para mantenerlo esterilizado y listo para su uso. En cualquier caso, el chupete debe asegurar el desarrollo natural del paladar, dientes y encías del recién nacido, y también es fundamental escoger uno que no desprenda ninguna de sus piezas con el riesgo de obstrucción de las vías respiratorias. Asimismo se debe evitar colgarlo del cuello para que no se produzcan ahogos o lesiones en el cuello del pequeño.

Biberones

En el mercado existe un amplio abanico de biberones que se adaptan a los gustos y necesidades del pequeño. Es conveniente que la boca del biberón sea lo suficientemente amplia como para facilitar el acceso de la escobilla para un lavado cuidadoso del mismo, puesto que los restos de leche son un caldo de cultivo para los microorganismos. Los biberones pueden ser de cristal o de policarbonato. Los primeros tienen la ventaja de que no absorben los olores y los sabores pero, sin embargo, son más pesados y pueden romperse al caer al suelo; en cambio, los de policarbonato son de un material más ligero que no se rompe y al igual que los anteriores aguantan bien los cambios de temperatura. En cuanto a las tetinas, pueden tener la forma clásica más redondeada, anatómica o en forma de gota y, al igual que los chupetes, pueden ser de caucho o de silicona. El caucho es una goma natural, resistente y elástica y estas tetinas son las que más recuerdan al pecho materno, aunque con el tiempo se ensanchan, toman un color más oscuro y retienen olores. Cuando pasa esto hay que cambiarla. Por otro lado, la silicona es un material artificial que tiene la ventaja de no absorber agua ni olores y la desventaja de que puede tomar el color de los alimentos. Otro inconveniente de la silicona es que el bebé puede romperla con facilidad al salirle los dientes.

Las tetinas pueden tener un solo agujero, para que el flujo de la leche sea más lento, o tres agujeros para que la leche salga con más abundancia. En cualquier caso, hay que tener

en cuenta que, al invertir el biberón, la leche debe verterse en forma de un goteo constante. Las tetinas que poseen un agujero más grande se utilizan para dar las primeras papillas y los agujeros con forma de estrella son apropiados para papillas más espesas. Existen también las tetinas antihipo y anticólicos, para regular el flujo de leche y evitar que el bebé trague mucho aire, y las que tienen orificios para que la salida de la leche se compense con la entrada de aire y, así, evitar interrupciones en la toma (el bebé puede chupar sin detenerse).

Mordedores

Los mordedores infantiles son objetos pensados para que el bebé introduzca en su boca y los muerda aliviando el dolor de las encías producido cuando los dientes empiezan a despuntar. De este modo, se consigue calmar su ansiedad. Al igual que todos los accesorios destinados al cuidado del bebé, deben asegurar una total tolerancia e inocuidad

para el recién nacido. En este sentido, existe una normativa que limita la utilización del PVC (policloruro de vinilo) como material para mordedores y juguetes infantiles: en diciembre de 1999, la Unión Europea aprobó la prohibición de emergencia presentada por la Comisión Europea, en noviembre del mismo año, de los mordedores de PVC blando. El motivo es que éste libera ftalatos, sustancias tóxicas para el organismo. Así el día 20 de diciembre de 1999 entró en vigor en España la prohibición de mordedores y sonajeros de PVC, retirándose del mercado. En mayo de 2000, el Ministerio de Sanidad Español aprobó una resolución para prohibir y retirar del mercado los juguetes y artículos de puericultura de PVC blando destinados a ser introducidos en la boca por niños menores de 3 años.

Esterilizadores

La esterilización es un proceso de gran importancia para el recién nacido, ya que su sistema inmuno-

lógico no se encuentra todavía totalmente desarrollado, por lo que es presa fácil de la gran cantidad de microorganismos que le rodean. Por ello, antes de preparar el biberón, debemos lavarnos bien las manos y esterilizar todos los utensilios (a tal fin existen esterilizadores de cómodo uso, o también podemos hervirlos unos 10 minutos). La esterilización es especialmente importante hasta los 4-5 meses. En el mercado encontramos distintos tipos de esterilizadores que utilizan diversos procedimientos físicos o químicos para conseguir erradicar la contaminación externa. Para aquellos materiales que no toleran bien el calor también existen esterilizadores que emplean sustancias o soluciones antisépticas que, al contactar con el material, lo liberan de su carga bacteriana. Para el caso de los materiales termorresistentes, además, existe la opción de esterilizadores que utilizan el efecto germicida del vapor de agua en ebullición. □