

tu hijo @TM

su nacimiento

qué sucede durante esta etapa de su desarrollo ...

Este es el momento más emocionante y decisivo. Disfrútalo, pero no dudes en pedir ayuda si la necesitas.

La salud de tu hijo

Revisión de niños sanos

Antes de salir del hospital le harán un examen médico completo a tu bebé y le aplicarán una vacuna. Si no hay problemas de salud, le harán la primera revisión médica durante el primer mes de vida y otra cuando cumpla 2 meses.

Avisa al pediatra si:

- Mama lentamente o con dificultad.
- No parpadea ante una luz intensa.
- No enfoca ni sigue con la vista el movimiento de objetos cercanos.
- Rara vez mueve los brazos y las piernas, parece rígido o desmadejado.
- Le tiembla la mandíbula inferior constantemente, incluso si no está llorando ni excitado.



El sueño

Durante las primeras 6 semanas, el bebé no sabrá distinguir entre el día y la noche y no tendrá un patrón de sueño regular.

Nota

Llama al médico si tienes alguna pregunta o inquietud.

Síndrome de muerte súbita infantil

Antiguamente este síndrome se llamaba “muerte blanca”. Para disminuir significativamente el riesgo:

- Coloca siempre al bebé a dormir boca arriba y di a los que lo cuidan que hagan lo mismo.
- No pongas juguetes, peluches, ni otros objetos pequeños en la cuna.
- No lo pongas a dormir en camas de agua, sofás, colchones mullidos, almohadas, o mantas.
- Mantén su habitación a una temperatura adecuada no demasiado alta.
- Nunca fumes cerca de tu bebé.

La nutrición

La leche materna es el mejor alimento para los lactantes. La leche especial para bebés también es buena. Si lo quieres amamantar y necesitas ayuda, habla con tu médico.

Esto ha sido posible gracias al generoso apoyo de la A.L. Mailman Family Foundation.

La salud de tu hijo, continuación

Nota

Llama al 1-877-KIDS-NOW para averiguar si tu bebé puede recibir un seguro médico gratis o asequible.

La nutrición Los niños amamantados con leche materna generalmente maman cada 2 ó 3 horas; los alimentados con biberón necesitarán comer cada 3 ó 4 horas. Haz que eructe cada vez que termine de comer.

El aseo y el baño *Baños con esponja*
El cordón umbilical se desprenderá a los 10 ó 20 días de nacido. Hasta entonces, asea el cuerpo del bebé con una toallita limpia, tibia, y humedecida. No lo bañes.

Baños en la tina

Después de que haya cicatrizado el ombligo, báñalo en el lavabo o en una tina para bebés.

Cómo educar y criar a tu hijo

Primeros cuidados *Cuídate.* Pide apoyo a tus amigos, familiares, o grupos de la comunidad. No dudes en pedirla. Llama al médico si te sientes deprimida después del parto.

Comprende a tu bebé y atiéndelo. Es imposible malcriar a un lactante, así que atiéndelo cuando lllore y tómallo en tus brazos, abrázalo, y arrúllalo.

Habla, canta, lee, y juega con tu bebé. Juega con él, estréchalo en tus brazos y míralo a los ojos para comunicarte con él.

La seguridad de tu hijo

Nota

Nunca sacudas a tu bebé.

Seguridad general

- No ates chupetes ni otros objetos al cuerpo del bebé ni a la cuna.
- Sostén siempre su cabeza y cuello cuando lo muevas.
- Nunca lo dejes solo en un lugar elevado.

En el auto La ley ordena que el niño debe viajar siempre en un asiento seguro, de cara hacia atrás en la parte trasera del auto.

*Born Learning*SM es una campaña de participación pública que ayuda a los padres, a los que cuidan a los niños y a las comunidades a crear oportunidades de aprendizaje temprano para niños pequeños. Diseñada para apoyarte en el importante papel como el primer maestro del niño, los materiales educativos de *Born Learning* están disponibles gracias a los esfuerzos de United Way, United Way Success By 6 y Civitas. Para más información, visítanos en línea en www.bornlearning.org.

