

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 el niño:

- Mama lentamente o con dificultad.
- No parpadea ante una luz intensa.
- Rara vez mueve los brazos y las piernas, parece rígido o desmadejado.



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.

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.

Nota

Llama al médico si tienes alguna pregunta o inquietud.

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.

La salud de tu hijo, continuación

Nota

Llama al 1-877-KIDS-NOW para averiguar si tu bebé puede recibir un seguro médico gratuito o de bajo costo.

La nutrición Alimenta a tu niño cuando tenga hambre, en general cada 2 a 4 horas. Hazlo eructar cada vez que acabe 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 pedirlo. 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 El niño debe viajar siempre en un asiento seguro, de cara hacia 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.



better beginnings
EVERY CHILD DESERVES OUR BEST