

# tu hijo @<sup>TM</sup>

## 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 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

**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.

#### Nota

Nunca sacudas a tu bebé.

*Born Learning*<sup>SM</sup> 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](http://www.bornlearning.org).



[www.TheBlueprintforEducationalChange.org](http://www.TheBlueprintforEducationalChange.org)