

Seguridad y Salud del Bebé

- Asegúrese que usted ha hecho una cita para que su bebé reciba la segunda dosis de inmunizaciones.
- Asegúrese que objetos suficientemente pequeños para ser tragados, estén fuera del alcance del bebé. Los juguetes del bebé deben de ser lo suficientemente grandes para que no puedan caber en la boca del bebé. Use el extremo de un tubo de rollo de papel como medida. ¡Cualquier juguete u objeto que quepa por el tubo es demasiado pequeño para su bebé!
- No deje a su bebé solo en la casa ni en el coche, ni lo deje en lugares donde pueda caerse.
- Asegúrese que su bebé esté correctamente sentado en un asiento para niños cada vez que esté en un vehículo.
- Cerciórese que su asiento para niños fué hecho después de 1981. Estos reúnen los estándares federales actuales de seguridad. Usted debe ser capaz de ver una etiqueta en la parte posterior del asiento que indica la fecha de fabricación. Si su asiento no tiene la etiqueta, no lo use.
- Hay varios estilos diferentes para escoger. Siempre refiérase a las instrucciones que vienen con el asiento aún cuando usted piense que ya sabe cómo usarlo. Si usted tiene un vehículo más nuevo, refiérase al manual del usuario para asegurarse que está usando su asiento correctamente. ¡Evite las bolsas de aire!
- Existen tres tipos básicos de asientos: para infantes, convertibles, y los “boosters”.
 - LOS ASIENTOS PARA INFANTES son para bebés desde su nacimiento hasta que tienen un año de la edad y pesan 20 libras.
 - LOS ASIENTOS CONVERTIBLES se pueden usar con infantes y también con niños que pesan más de 20 libras pero menos de 40 libras, y que tienen no más de 4 años de edad.
 - LAS ASIENTOS “BOOSTERS” son apropiados para niños que pesan más de 40 libras y se deben usar hasta que el niño puede correctamente usar

los cinturones de seguridad del vehículo.

- El lugar recomendado como más seguro para su bebé dentro del vehículo es la parte central del asiento trasero.
- Su niño nunca debe viajar en el compartimiento para el equipaje de una vagoneta o camioneta pick-up.

Para más información referente a la elección y uso de asientos para niños, visite su centro de salud local, la oficina de servicios de su condado, o llame sin costo a la oficina de la Administración Nacional de Seguridad de Trafico y Caminos (NHTSA – National Highway Traffic Safety Administration) 1-800-424-9393; Academia Americana de Pediatría (AAP – American Academy of Pediatrics) 1-800-433-9016; la Comisión de Seguridad de Productos al Consumidor (US Consumer Products Safety Commission) 1-800-638-2772.

Enfoque Familiar

Los niños necesitan ser educados en un ambiente que satisfaga sus necesidades. Hay varias maneras de alentar actitudes que promuevan un buen ambiente dentro de su familia y el hogar. Su actitud hacia la maternidad y paternidad probablemente reflejan características de la relación con sus propios padres. Piense sobre aquellas cosas que han influido en la manera en que usted percibe la paternidad. ¿Qué actitudes quiere usted continuar? ¿Hay algunas actitudes que le gustaría cambiar?

Las relaciones dentro de la familia son importantes para que los niños sean saludables y felices. Miembros de la familia: ¡Amense unos a otros! El resultado es un ambiente que promueve relaciones entre padres e hijos que son saludables y felices

Hágase las siguientes preguntas:

- ¿Tiene un buen sentimiento al pensar que usted es un miembro de su familia ahora mismo?
- ¿Tiene usted la impresión de que está viviendo con amigos? ¿Con gente que usted aprecia y en quien confía? ¿Con gente que son felices con usted y confían en usted?
- ¿Disfruta ser miembro de su familia?

Si su respuesta a cualquiera de las preguntas anteriores fué negativa, pregúntense a si mismo y a su familia qué pueden hacer para mejorar.

Hoy en día creemos que un ambiente amoroso y que satisface las necesidades, no puede malamente consentir a un bebé. Si las necesidades de su bebé, tales como cambiar pañales sucios o alimentarle, se satisfacen, el bebé se sentirá seguro. El sentimiento de seguridad hará que su bebé confíe. Esta es una de las cosas más importantes que un bebé puede aprender en esta edad. Estos sencillos actos de amor ayudan a que los bebés desarrollen una adecuada autoestima. Los actos sencillos de abrazar, apaciguar a su bebé con tonos suaves de voz, y cantarle, también fomentan el desarrollo saludable del cerebro.

Desarrollo del Bebé

Físico

Su bebé debe pesar aproximadamente entre 10 y 18 libras y tener entre 23 y 27 pulgadas de largo. Probablemente duerme 6 horas antes de despertarse en la noche y un promedio de 14 a 17 horas durante el día.

Su bebé es capaz de –

- Levantar su cabeza y pecho cuando está boca abajo.
- Mantener su mirada fija.
- Seguir el movimiento de una persona u objeto con sus ojos.
- Agarrar una sonaja o sus dedos.
- Menearse y patalear con sus extremidades.
- Darse vuelta (de su estómago a su espalda).
- Sentarse con ayuda de un adulto.
- Desarrollar un diente nuevo.

Por favor tome nota que los dientes nuevos de un bebé son muy susceptibles a las caries. Los bebés que beben de

una botella líquidos endulzados o leche mientras están acostados pueden desarrollar dientes con caries. Si su bebé necesita beber de su biberón para dormir, llénela con agua simple y no agregue azúcar.

Mental

Su bebé aprende usando todos sus sentidos.

Por lo tanto, él está ocupado:

- Explorando objetos con su boca.
- Jugando con sus dedos, manos, y pies.
- Reaccionando a sonidos de voces, sonajas, y campanas. Su bebé puede girar la cabeza para poder ver colores y luces brillantes y también puede reconocer su botella o el seno de su madre.

Social/Emocional

Su bebé se comunica con usted a través de su llanto. A veces el llanto comunica dolor, temor, molestia, o soledad. Su bebé balbucea o hace ruidos a la vez que le gusta ser tocado por aquellas personas que lo aman.

Su bebé es capaz de –

- Responder al sonido de una sonaja o de una campana.
- Sonreírle.
- Responder a juegos sencillos.

Dé a su bebé tanta libertad como sea posible para que tenga actividades y experiencias que promuevan su crecimiento y aprendizaje.