



El Mundo de Infantes 0-6 meses!

4-C: Community Coordinated Child Care • 155 N 3rd Street, Suite 300 DeKalb, IL 60115

Para más información contacte a 4-C por teléfono al:

1-815-758-8149
o
1-(800) 828-8727

Enfermera de 4-C
Extensión 289 o
241

Trabajadora Social
Extensión 237

Consultora de
Apoyo para
Proveedor
Extensión 233

Ayuda encontrar
cuidado de niños
Extensión 223

Ayuda pagar por el
cuidado de niños
Extensión 225

Apoyo de Padres y
Información
Extensión 237

Consejos Útiles:

Alente tiempo de barriguita durante el juego para construir fuerza de cuello y hombro.

Asegúrese de que toda cortina y cuerdas de cortinas están seguramente fuera de alcance.

Vea los mensajes que el bebé manda cuando ellos tienen hambre, están llenos, cansados, o necesitan un cambio de pañal.

Cuando el bebé muestre señal de rodar, no lo deje en un sofá ni cama donde ellos podrían caer y ser heridos.

Disfrute su bebé!

Nutrición:

- El único líquido que bebés necesitan es la leche materna o fórmula. La leche materna es mejor como proporciona la protección de enfermedades así como nutrición buena. Si amamantar no es posible o deseado, escoja una fórmula de bebé con hierro.
- Sostenga al bebé durante hora de comer, mírelos y hable con ellos.
- Bebés deben ser alimentados cuando ellos tienen hambre. Es importante aprender los indicios que niños dan cuando ellos tienen hambre, están llenos, necesitados de un abrazo, cambio de pañal, o tiempo callado para dormir. Cuando adultos entienden el "idioma" que usa el bebé, el cuidado de niño es más fácil.
- Recién Nacidos necesitan comidas frecuentes de cantidades pequeñas (generalmente 2-4 onzas). La cantidad aumenta y la frecuencia de alimentar va en disminuciones a como crece el niño.
- Empieza alimentos sólidos convenientes a 4-6 meses de edad. La mayoría de los expertos recomiendan cereal con hierro-enriquecido de arroz como el primer alimento. Empiece nuevos alimentos de uno en uno para identificar más fácil alimentos de problema. Por ejemplo, espere una semana antes de agregar cada nuevo cereal, verdura u otro alimento. No dé miel a bebés durante el primer año de vida, hay un riesgo de enfermedad que podría ocurrir en bebés.
- Niños necesitan grasa en su dieta para el crecimiento y desarrollo apropiado y absorción de alimentos nutritivos esenciales. Restricción de grasa durante los primeros dos años no se recomienda.

Relación de Padres e Hijos:

- Proporcione al niño con mucho tiempo mimoso.
- Toque y hable con el bebé y mírelo a los ojos tan ellos pueden ver la cara de la persona que habla. Los bebés aprenden acerca de sus alrededores por su sentido del oído, visión, toque, sabor, y por el olor.
- Lleve al bebé a ubicaciones diferentes en casa y lejos.

Crecimiento y Desarrollo Esperado:

- Investigación confirma que niños benefician del desarrollo óptimo de cerebro que dura una vida, cuando ellos tienen fijación amorosa con adultos y estímulo apropiado.
- Cerca de 2 meses sonríe el bebé, arrullan, miran a personas, y sigue con sus ojos.
- Cerca de 4 meses ríe en voz alta, puede levantar la cabeza y el pecho cuando bocabajo, y puede agarrar objetos.
- Cerca de 6 meses murmullos, da vuelta a sonido, rueda, sostienen la cabeza bien cuando tenidos vertical, y pesan generalmente cerca de doble el peso de nacimiento.
- Bebés tienen una necesidad de chupar. Los pacificadores pueden ser utilizados cuando bebés no tienen hambre.

Seguridad:

- El riesgo de muerte en la cuna se reduce apreciablemente cuando niños son colocados en su espalda para dormir, hasta que el bebé sea capaz de cambiar su propia posición.
- Mantenga la cama libre de almohadas y juguetes para prevenir la asfixia.
- Horno de Microonda puede "sobrecalentar" alimentos y puede causar quemaduras. La calefacción del microonda puede cambiar también los alimentos nutritivos en la leche materna. Caliente botellas colocándolo bajo agua caliente.
- Use asientos de coche de bebé que estén al tamaño del bebé y asegure que refrenas son utilizados como instruido.
- Aún en juego, evite tirar, o girar al bebé como herida de cerebro puede ocurrir de tales movimientos rápidos.
- Limite la exposición al sol a tiempos cortos que evitan quemaduras. Productos de bronceador no se recomiendan para niños bajo 6 meses de edad.
- Pruebe juguetes para asegurar que están seguros para que el bebé se ponga en la boca.

Enfermedad e Inmunización:

Bebés benefician de los anticuerpos de sus madres que los protegen de enfermedad. Esa protección disminuye sobre los primeros pocos meses de vida. Cuando los bebés tienen la fiebre sobre 100 F un médico se debe consultar, como el bebé podría estar gravemente enfermo.

Inmunización protege a niños de muchas enfermedades y el sufrimiento de las complicaciones que ellos causan. Para ser protegido, un bebé de 0 a 6 meses deben recibir lo siguiente:

- **HepB** (Hepatitis Tipo B): dosis al nacer, entre 1 a 2 meses & 4 meses;
- **DTaP** (Diphtheria, Tetanus, Pertusis): dosis a 2, 4 & 6 meses;
- **IPV** (Polio): dosis a 2 & 4 meses;
- **Hib** (Haemophilus de Influenza Tipo B): dosis a 2, 4 & 6 meses; y
- **PCV** (Neumocócico): dosis a 2, 4 & 6 meses.
- **Flu** (Influenza): dosis a 6 meses.

Elija guardería de calidad para el bebé. Para información sobre lo que debe buscar en un alrededor de calidad y para referencias de guardería, llame a Recurso de 4-C del Programa de Guardería y Referencia al 800-848-8727 o 815-758-8149 x222. Para información de padres llame al Programa de 4-C de Educación de Padres a la extensión 237.