



# El Mundo de Infantes de 6 a 15 Meses!

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

**Para más información, comuníquese con el personal de 4-C por teléfono:**

1-815-758-8149  
ó  
1-(800) 828-8727

Enfermera de 4-C  
Extensión 289 ó  
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:

Háblele al bebé e imite los sonidos que hace el bebé.

Provea juguetes que sean seguros y que provean comodidad durante la dentición.

Provea los medios para que el bebé se mire en espejos.

Asegúrese que las cortinas y cordones estén fuera del alcance de los niños.

Léale y cántele al bebé, y toque música que usted y el bebé disfruten.

**Disfrute la paternidad!**

## **Nutrición y Alimentación:**

- Para prevenir atragantamientos, alimente al bebé solamente cuando éste esté en posición vertical. Mezcle cereales con leche materna o fórmula.
- Alimentos triturables con los dedos pueden ser introducidos cuando el bebé puede cogerlos, controlar los músculos de la boca, cerrar la boca con una cuchara dentro y halar los alimentos.
- Introduzca los alimentos uno a la vez para facilitar la identificación de problemas con ciertos alimentos. Por ejemplo, espere una semana antes de comenzar cada cereal, vegetal u otro alimento.
- Los infantes deben comer cuando tienen hambre. Es importante conocer las claves que lo bebés proveen cuando tienen hambre, están satisfechos, necesitan afecto, necesitan un cambio de pañal o tranquilidad para tomar la siesta. Cuando los adultos entienden el lenguaje de los bebés, el cuidado se facilita.
- Es la responsabilidad de los padres proveer comida segura y nutritiva; es la decisión del infante determinar cuánto va a comer. Para evitar enfermedades o reacciones alérgicas, no sirva mantequilla de maní, mariscos o miel.
- Los infantes necesitan grasas en sus dietas para un crecimiento y desarrollo apropiados y absorción de nutrientes esenciales. Restricción de grasas durante los primeros dos años no es recomendable.
- Aproximadamente a los 7 meses, el bebé puede comenzar a beber de vasos. A esta edad, es más fácil cambiar de la botella a vasos.
- Nunca alimente al bebé mientras éste no es atendido.
- Para evitar el deterioro de los dientes u otros problemas de salud, no alimente al bebé en la cuna.

## **Seguridad:**

- Evite el uso de andadores ya que muchos accidentes se asocian a su uso.
- Remueva objetos que impliquen peligro de atragantamiento, y confirme que los juguetes y sus partes son seguros.
- Evite ornos microwondas, ya que pueden "supercalentar" y causar quemaduras.
- Use asientos infantiles protectores que estén diseñados para el tamaño del bebé y asegúrese que está amarrado de acuerdo con las instrucciones.
- Aún en juegos, evite lanzar al bebé o agitarlo violentamente ya que el cerebro puede ser lastimado en tales movimientos.
- Limite la exposición al sol a periodos de tiempo cortos ya que quemaduras pueden ocurrir. Utilice bloqueadores solares en exposiciones largas de tiempo.
- Evite alimentos que pueden causar atragantamientos, salchichas, frutas sólidas y vegetales como manzanas y zanahorias sin cocinar. Cocine los alimentos para ablandarlos y córtelos en pedazos pequeños.
- En el hogar, utilice detectores de humo y monóxido de carbono.
- No permita fumar en el hogar ni cerca del bebé ya que esto contribuye a enfermedades e infecciones.
- Mantenga las plantas fuera del alcance de los niños y asegúrese que no sean venenosas.
- Mantenga las bebidas calientes fuera del alcance de los niños para prevenir quemaduras.
- Anticipe los cambios en la habilidades del niño y ajuste el ambiente para hacerlo más seguro.

## **Enfermedades e Inmunización:**

A medida que los bebés pierden los anticuerpos maternos, los infantes comienzan a crear su propia inmunización. Esto se logra enfrentando catarros, virus y otras infecciones. De 6 a 18 meses, los infantes enfrentan aproximadamente 12 catarros o infecciones respiratorias, y aproximadamente 3 enfermedades gástricas que pueden causar diarrea y malestar estomacal. Las enfermedades se vuelven menos frecuentes a medida que el niño crece.

Las inmunizaciones protegen a los niños contra muchas enfermedades y el sufrimiento y complicaciones que éstas causan. Para estar protegido, el niño entre 6 a 12 meses debe ser inmunizado de la siguiente manera:

- **HepB** (Hepatitis B): dosis al nacer, entre 1 y 2 meses y 4 meses;
- **DTaP** (Difteria, Tétano, Toz Ferina): dosis a los 2, 4 y 6 meses;
- **IPV** (Polio): dosis a los 2 y 4 meses;
- **Hib** (Influenza Haemophilus tipo b): dosis a los 2, 4 y 6 meses; y
- **PCV** (Neumococo): dosis a los 2, 4 y 6 meses

## **Relación de los padres y los niños:**

- Disfrute leer, juegos manuales, y música con el bebé.
- Utilice actividades diarias como el baño, las comidas, vestirse, y cambios de pañales para hablar y comunicarse.
- Dedique al menos 15 minutos diarios ininterrumpidos para jugar y hablar con el bebé (sin televisión ni conversaciones telefónicas).
- Alerta al bebé sobre lo que está por suceder, como por ejemplo, "Te voy a cambiar el pañal".
- Incluya al bebé durante las comidas. Coloque la silla del bebé en la mesa de la familia de tal manera que haga sentir al bebé parte de ella.
- Siga la misma rutina cuando vaya a poner al niño a dormir: vístase con pijamas, lea un libro, acurrúquese, y luego ponga al bebé en la cuna.
- Los padres son las personas más importantes en la vida del bebé. El bebé siempre puede aceptar más amor y atención de éstos.

## **Crecimiento y Desarrollo:**

Estudios investigativos confirman que los infantes se benefician del desarrollo óptimo del cerebro cuando tienen relaciones afectuosas con los adultos y estímulos apropiados.

- A los 12 meses, el bebé debe poder señalar objetos y fotos. Ayude al bebé a desarrollar esta habilidad
- A los 12 meses, el bebé pesa aproximadamente tres veces su peso original al nacer.
- El bebé balbucea y emite sonidos de varias frecuencias. Contéstele con sonidos para que entienda que ha sido escuchado.
- El bebé persigue objetos en movimiento con los ojos.
- Interés en objetos especiales, como sábanas o un juguete, puede desarrollarse.
- Durante este periodo, el bebé rueda, luego gatea y usualmente se pone de pie a los 12 meses.
- Las siestas serán menos frecuentes, pero más largas.
- Los bebés dejarán el tete espontáneamente alrededor de los 7 meses y pueden comenzar a beber de vasos.
- Arrojar bloques u otros juguetes es una habilidad que el niño desarrolla.

**Seleccione cuidado de calidad para los niños. Para información sobre qué criterios de calidad buscar en un centro de cuidado para referidos, llame al Programa de Recursos y Referidos de 4-C al 800-848-8727 ó 815-758-8149 x222. Para información sobre paternidad, llame al Programa de Educación Paterna/Materna de 4-C x237. Para información sobre 4-C, use la extensión 221.**