

Atención del Niño Sano a los 6 Meses (Well Child Care at 6 Months)

Alimentación

Ahora puede empezar a darle a su bebé alimentos para bebé. Comience con frutas y vegetales. Sólo debe empezar una comida nueva cada 5 días. No comience con carnes hasta los 9 meses y huevo hasta los 12 meses. En las comidas, dé a su bebé fórmula o alimentación al seno materno antes de darle cualquier alimento para bebé.

Su bebé todavía debe tomar leche materna o fórmula infantil hasta que cumpla un año de edad. Mezcle el cereal con la fórmula sola - sin azúcar o fruta. Use una cuchara para darle cereal a su bebé, no un biberón o alimentador infantil. El estar sentado mientras se alimenta ayuda a que su bebé aprenda buenos hábitos alimenticios. Pronto su bebé podrá estar listo para un vasito, aunque ensucie al principio. Trate de darle un vasito ocasionalmente para ver si a su bebé le gusta. No lo deje acostarse con un biberón. Esto puede resultar en mala dentadura o infecciones del oído.

Desarrollo

Generalmente los bebés se voltean y comienzan a sentarse por sí solos. Los bebés chillan, balbucean, ríen, y frecuentemente lloran muy fuerte. Pueden tener miedo de la gente que no conocen. Sea paciente con su bebé y cumpla las necesidades de su bebé rápidamente.

Sueño

Un niño de seis meses podrá no querer irse a dormir. Una colcha favorita o un mono de peluche puede hacer más fácil la hora de dormir. Permanezca calmada con su bebé y mantenga su rutina a la hora de dormir. Si su bebé no está durmiendo toda la noche, pida a su médico información adicional acerca de prevención de problemas para dormir.

Consejos de Seguridad

Evite la Asfixia y el Sofoco

- Los cordones, cuerdas e hilos alrededor del cuello del bebé pueden sofocarlo. Mantenga los cordones lejos de la cuna.
- Mantenga fuera de alcance todos los objetos duros pequeños.
- Use sólo juguetes irrompibles sin orillas filosas o partes pequeñas que puedan desprenderse.
- Evite alimentos con los que un niño puede ahogarse fácilmente (tales como dulces, salchichas, cacahuates, palomitas).

Evite Incendios y Quemaduras

- Desarrolle y practique un plan de salida en caso de incendio.
- Compre, instale y/o revise su detector de humo.
- Mantenga un extinguidor dentro o cerca de la cocina.
- Revise las temperaturas de los alimentos cuidadosamente, especialmente si los

alimentos se han calentado en un horno de microondas.

- Mantenga fuera de alcance los alimentos o líquidos calientes.
- Ponga cubiertas de plástico en los contactos eléctricos que no se usen.
- Deseche los cables eléctricos viejos despellejados o deshilachados.
- Baje la temperatura del termostato del calentador de agua a 120°F.

Evite Caídas

- Mantenga los lados de la cuna y del corral subidos.
- Evite el uso de andadores.
- Instale puertas de seguridad para cuidar las escaleras.
- Cierre con llave las puertas de áreas peligrosas como el sótano o la cochera.
- Revise los cajones, muebles altos y lámparas para asegurarse de que no se caen fácilmente.

Evite el Envenenamiento

Mantenga fuera de alcance o bajo llave lo siguiente:

- medicina
- vitaminas
- productos de limpieza
- químicos de cañerías
- químicos de jardinería
- pinturas y adelgazadores de pintura
- químicos agrícolas.

Inmunizaciones

En la visita de los 6 meses, su bebé debe haber recibido:

- La vacuna DPT (Difteria - Tos ferina - Tétanos)
- La vacuna Hib (Hemophilus influenza tipo B)
- La vacuna de Hepatitis B.

Algunos proveedores de atención de la salud pueden darle a su hijo una vacuna contra la polio ya sea como inyección o por la boca a los 6 meses. Otros optan por darla en un momento posterior. Ambas preferencias son seguras y aceptables. Su bebé puede presentar fiebre y estar irritable por aproximadamente un día después de las vacunas. Su bebé también puede tener dolor, enrojecimiento, e hinchazón donde le pusieron las vacunas. Las gotas de acetaminofén (3/4 de gotero (0.6ml) cada 4 a 6 horas) pueden ayudar a evitar la fiebre e