

Etapas especiales

De 1 a 5 semanas, la mayoría de los bebés:

- Pueden ver mejor los objetos a una distancia de 20 a 30 centímetros (8 a 12 pulgadas) y miran fijamente los rostros (en particular los ojos).
- Perderán el muñón del cordón umbilical en dos o tres semanas (aunque hay bastante variación al respecto).
- Reconocen la voz de la mamá.
- Tienen heces de color negro verdoso durante los primeros cuatro o cinco días. Después, las heces de un bebé alimentado con leche materna parecerá de color mostaza clara granulosa; un bebé alimentado con fórmula láctea infantil tendrá heces más firmes y de color más pardusco.
- Les gustan los patrones blancos y negros.

De 6 a 7 semanas, la mayoría de los bebés:

- Patalean y mueven las manos.
- Tienen patrones de alimentación y sueño más predecibles.
- Pueden levantar la cabeza ligeramente al estar acostados boca abajo.
- Pueden comenzar a disfrutar de los baños.
- Giran la cabeza para alejar el rostro cuando hay demasiada actividad o voces.
- Levantan la cabeza y el pecho cuando están boca abajo.
- Mueven el cuerpo en respuesta a voces.
- Se ríen, balbucean y hacen otros ruidos.
- Les gusta que los acaricien.
- Giran la cabeza hacia los sonidos.
- Se calman al ser acurrucados.
- Sonríen.
- Observan rostros y objetos.
- Se llevan las manos a la boca.

Indicadores

Al final del tercer mes, su bebé:

Deberá ser capaz de:

- Al estar boca abajo, levantar la cabeza 45 grados.
- Seguir un objeto que se mueve directamente enfrente del rostro.

Probablemente será capaz de:

- Reír en voz alta.
- Al estar boca abajo, levantar la cabeza 90 grados.
- Chillar de gusto.
- Unir las manos.
- Sonreír espontáneamente.
- Seguir un objeto que se mueve de un lado al otro.

Si su bebé no demuestra estas habilidades, deberá consultar con su pediatra.

Para obtener más información, comuníquese con:

Academia Americana de Pediatría
1-847-434-4000
www.aap.org

Línea de Salud Familiar
1-800-BABY (2229)

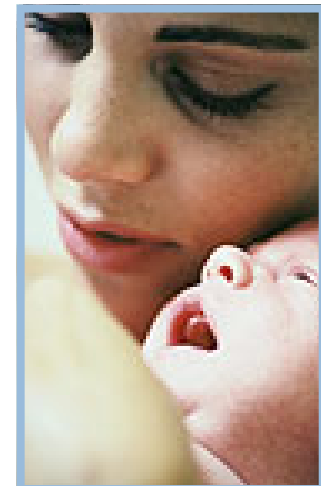


Healthy Start Coalition of Miami-Dade
701 SW 27th Avenue • Suite 1401
Miami, FL 33135
Phone: 305-541-0210 • Fax: 305-541-0213
www.hscmd.org



Qué esperar: Su bebé del nacimiento a los 2 meses

Convertirse en padre o madre es un cambio muy emocionante. Los padres y los bebés aprenden juntos. Durante las primeras semanas después del nacimiento de su bebé, le sorprenderá la cantidad de cambios que ocurren.



Healthy Start Coalition
of Miami-Dade

Ha llegado su bebé. Convertirse en padre o madre presenta nuevos desafíos. Tomará tiempo que se acostumbre a su nuevo e importante papel.

Alimentación del recién nacido

Los bebés pueden deshidratarse con gran facilidad. Su bebé deberá orinar como mínimo de seis a ocho veces diarias. Los bebés recién nacidos necesitan leche materna según la demanden. Muchos bebés pueden alimentarse ocho o más veces en un período de 24 horas. Los bebés amamantados necesitarán comer cada una o dos horas durante las primeras cuatro o cinco semanas, mientras que los bebés alimentados con fórmula láctea infantil comerán cada dos o tres horas en un principio. Si alimenta a su bebé con fórmula láctea infantil, cerciórese de seguir las instrucciones presentadas en el envase.

Sueño seguro

• Durante las primeras semanas, parecería que el bebé duerme todo el tiempo.

Algunos bebés duermen tan sólo diez horas diarias, mientras que otros requieren muchas más horas de sueño. Los patrones de sueño de su bebé serán completamente distintos de los suyos. La mayoría de los bebés tienen cinco o seis ciclos de vigilia y sueño y, por lo tanto, la mayoría de los nuevos padres tienen que levantarse a media noche.



• Utilice una cuna que cumpla con los requisitos de seguridad vigentes, que tenga un colchón firme y cuyas barras no estén separadas entre sí más de 6 centímetros (2.375 pulgadas).

• Cuando acueste a su bebé para que duerma, colóquelo boca arriba. Esto ayuda a reducir el riesgo de síndrome de muerte infantil súbita (SIDS,

por sus siglas en inglés).

• No permita que su bebé duerma con almohadas, frazadas, animales de peluche o toallas enrolladas que mantengan al bebé de costado.

Mantenga seguro a su bebé

• Los bebés siempre deberán estar en un asiento infantil cuando viajen en un automóvil. Es ilegal tener al bebé en su regazo o acostarlo en el asiento mientras usted conduce. Coloque el asiento infantil viendo hacia atrás, en el centro del asiento trasero del vehículo.

• Al colocar al bebé en el asiento portátil o para automóvil, no olvide abrochar de inmediato el cinturón de seguridad. Cuando el bebé esté en el asiento portátil o para automóvil, no lo deje sobre un mostrador o una mesa. Siempre ponga el asiento portátil en el piso.



• Es apropiado que un bebé pase tiempo boca abajo cuando esté despierto, para que fortalezca los músculos del cuello y de los brazos, pero siempre deberá acostarse boca arriba para dormir.

• Siempre pruebe el agua antes de meter al bebé en la tina para el baño. Siempre mantenga una mano en el bebé y asegúrese de dar apoyo a la cabeza y al cuello. Recuerde que un bebé puede ahogarse en muy poco tiempo. Nunca deje a su bebé sólo en la bañera.

• No deje a su bebé expuesto a la luz solar directa. La piel de un bebé se quema con facilidad.

• Asegúrese de que su casa tenga un detector de humo y un detector de monóxido de carbono, como protección para usted y su familia.

• Si usa un chupete para su bebé, no lo ate con un cordón al cuello del bebé ni utilice un alfiler para sujetarlo a la ropa del bebé.

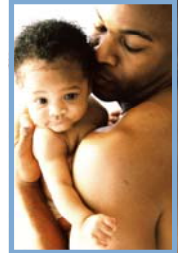
• Mantenga la ropa del bebé ligera y holgada, y lave la ropa únicamente con jabón suave.

• Si alimenta a su bebé con fórmula láctea infantil, siempre sostenga el biberón mientras le da de comer. Nunca apoye la botella en un objeto.

Ayude a su bebé a crecer y aprender

• El cerebro de un bebé se desarrolla con mayor rapidez en el primer año que en cualquier otra etapa de la vida. El contacto que usted tenga con su bebé tendrá un gran efecto en la manera en que su bebé aprenda y crezca.

• Si usted cuida a su bebé con amor, respondiendo a sus necesidades, ayudará a estimular el desarrollo de su cerebro. Cargar y tocar a su bebé ayudan a estimular el crecimiento.



• Los cerebros de los bebés responden a las relaciones que tengan con sus padres y personas que los cuidan, sus sentidos de la vista, oído, olfato, tacto y gusto, y las emociones que sienten.

• Aproveche los momentos en que su bebé está “alerta” para ayudarle a desarrollarse y aprender. Sonría cuando le hable a su bebé. Más que cualquier otra cosa, los bebés quieren ver y tocar los rostros de las personas que los cuidan. Ya a partir de la tercera semana, los bebés comenzarán a imitar las expresiones faciales de los adultos que los cuidan.

• Brinde respuestas cálidas y afectuosas a las necesidades físicas de su bebé (hambre, pañales sucios, etc.) cuando éste lllore.