

Etapas especiales

A los 7 meses de edad los bebés comienzan a:

- Tratar de comer solos
- Aprender a beber de un vaso
- Sentarse erguidos sin apoyo
- Aplaudir, tirar, golpear, picar y coger cosas con las manos
- Desarrollar un aumento en la memoria y los lapsos de atención

Entre los 8 y 9 meses de edad, los bebés comienzan a:

- Gatear por la casa
- Comenzar a beber solos de un vaso
- Dejar caer y levantar juguetes
- Usar la hora de la comida como hora de juego
- Hablar con mayor claridad y formar palabras completas, como mamá y papá
- Observar con interés lo que ocurre alrededor de ellos
- Mover juguetes y objetos pequeños de una mano a la otra



Entre los 10 y 11 meses de edad, los bebés comienzan a:

- Usar los dedos para coger objetos pequeños, como comida
- Tratar de ponerse de pie, sujetando un mueble
- Intentar unos pasos con su ayuda
- Reconocer su nombre cuando usted lo pronuncia
- Reconocer la diferencia entre rostros familiares y desconocidos
- Imitar los gestos y sonidos de las personas
- Apilar bloques y verlos caer, para luego apilarlos de nuevo

Etapas especiales

A los 12 meses de edad, los bebés comienzan a:

- Desarrollar identidad propia e independencia
- Caminar solos
- Mostrar temor a las personas desconocidas
- No desprenderse de una frazada o juguete favorito
- Practicar “charlas” con adultos
- Poner a prueba los límites de las personas que los cuidan

Recursos

Línea telefónica de ayuda del Children's Trust

211 ó 305-631-4211

Early Steps

1-800-654-4440

Injury Free Coalition for Kids of Miami

305-243-3928

www.injuryfree.org

Women, Infants and Children (WIC)

786-336-1333



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 de 7 a 12 meses

Entre los 7 y los 12 meses de edad, su bebé comenzará a desarrollar mejores habilidades motrices. Su bebé comenzará a explorar una creciente curiosidad por el mundo que lo rodea, y usted, la persona que lo cuida tendrá la importante responsabilidad de proveer un entorno seguro en esta etapa de mayor actividad de su niño.



Healthy Start Coalition
of Miami-Dade

Introducción de alimentos sólidos

La Academia Americana de Pediatría recomienda alimentar a los bebés exclusivamente con leche materna durante los primeros seis meses. Cuando su bebé cumpla siete meses de edad, es probable que comience a mostrar indicios de que ya está listo para comenzar a ingerir alimentos sólidos.

Algunos de estos indicios son:

- Control correcto de la cabeza
- Su bebé come sin empujar el alimento fuera de la boca con la lengua
- Debe ser capaz de sentarse sin apoyo

Primeros alimentos

Se recomienda el cereal de arroz, ya que es menos alergénico que los cereales de avena, cebada y mixtos.

Déle un solo alimento nuevo a la vez y espere al menos dos o tres días entre alimentos nuevos para detectar posibles reacciones alérgicas, como diarrea, erupciones en la piel o vómito. Incremente gradualmente la consistencia y cantidad de los alimentos, así como la frecuencia de alimentación.



Después de dos o tres meses de comenzar a darle alimentos sólidos, la dieta diaria de su bebé puede incluir:

- Leche materna o fórmula láctea infantil
- Frutas
- Verduras
- Carne
- Cereal

La seguridad de su bebé

Su bebé comienza a desarrollar habilidades motrices y aumenta su curiosidad. Su hogar deberá tener medidas de protección apropiadas, y su bebé deberá estar supervisado en todo momento para evitar que se lesione. Consejos para crear un entorno seguro:

- Coloque barreras en todas las escaleras
- Mantenga los objetos frágiles fuera de su alcance
- Desconecte los aparatos eléctricos que no esté usando
- Cubra las tomas eléctricas
- Saque los detergentes y limpiadores que se encuentran debajo del fregadero, y póngalos en un estante alto
- Guarde los medicamentos bajo llave
- Mantenga los objetos pequeños, como nueces, botones y alfileres fuera del alcance de los niños
- Agáchese hasta el piso, al nivel del bebé, para ver lo mismo que él ve
- NO compre juguetes que tengan piezas pequeñas removibles, ya que representan peligro de asfixia ahogo

Dentición

La mayoría de los bebés ya tienen sus cuatro primeros dientes a los ocho o nueve meses de edad. Cuando comiencen a salirles los dientes a su bebé, tal vez note que babea más y que quiera morder todo. En algunos niños, la dentición no causa dolor. Algunos pueden sufrir cortos períodos de irritabilidad, mientras otros pueden parecer malhumorados durante semanas, con episodios de llanto y trastornos en los patrones de alimentación y de sueño.

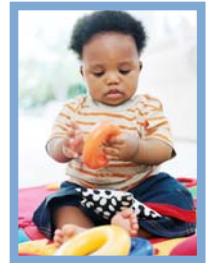


¿Cómo puedo aliviar el dolor de dentición de mi bebé?

- Ofrezcale a su bebé un aro de dentición, pero evite los que tienen líquido en el interior, ya que pueden romperse o tener fugas
- Deje que su hijo muerda paños mojados y fríos
- Frote las encías del bebé con un dedo limpio

Juegos

Jugar con su bebé no sólo fortalece los lazos afectivos, sino que también fomenta el desarrollo de habilidades sociales, de lenguaje y motrices. Algunas formas de jugar con su bebé son:



- Jueguen a las “escondidas”
- Jueguen juntos frente a un espejo; su bebé comenzará a reconocer su propia imagen
- Responda a las “palabras” de su bebé, imitando los sonidos que haga
- Léale libros o cuénteles cuentos a su bebé
- Lleve a su bebé en el cochecito para bebés a dar un paseo, y señale las aves y los animales que vean en el camino
- Siéntese en el piso y ruede una pelota con su bebé
- Llame a su bebé y aliéntelo a que se arrastre o ruede hasta usted
- Déle a su bebé objetos seguros e interesantes para que agite, golpee, abra y cierre. Pruebe con ollas de cocina y recipientes de plástico que tengan bordes seguros