



Concord Children's Clinic
1040 Vinehaven Drive, Concord, NC 28025

Phone: 704-784-1010

Fax: 704-784-1013

www.ConcordChildrensClinic.com

Negocio Del bebe (Una publicación de Concord Children's Clinic) – Edición del primer mes

Edición del primer mes: El negocio del bebé de este mes discutirá lo que los padres deben esperar cuando el bebé tiene alrededor de un mes de edad.

Inmunización

Las vacunas están disponibles en nuestra oficina o en el Departamento de Salud.

Nutrición

- Usted puede continuar amamantando o con fórmula en un horario de demanda. Sin embargo, intentar alimentar a su bebé cada 3-4 horas durante el día, puede ayudar a promover una rutina para períodos de sueño más largos por la noche.
- El aumento de peso es muy rápido a esta edad: la mayoría de los bebés suelen subir alrededor de una onza al día.
- La leche materna o la fórmula son los únicos nutrientes necesarios a esta edad. Suplemento de vitamina D se recomienda para bebés exclusivamente que están amamantados.
- Se puede ofrecer una botella de alivio a esta edad sin poner en peligro la lactancia.
- Escupir durante y después de la alimentación es común y ocurre con más frecuencia cuando el bebé se alimenta vigorosamente.
- El patrón de heces de tu bebé permanecerán suelto y variable a esta edad.

Dormir

Recomendamos que su bebé duerma en su **ESPALDA**. No deje que su bebé duerma en superficies blandas, como una cama de agua, una manta esponjosa o cualquier cosa que sea lo suficientemente suave como para cubrir la cara y bloquear el aire de la nariz y la boca. Evite la agrupación excesiva también. Esto ha demostrado reducir el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS o Muerte en cuna).

- Con el tiempo, su bebé dormirá durante toda la noche, probablemente entre las edades de 2 y 6 meses.
- Sostén a tu bebé mucho, los bebés necesitan esto.
- Los ciclos de sueño duran alrededor de 3 horas, pero varían entre los bebés.
- Trate de descansar cuando su bebé descanse.

Llorando

Los hechizos de llanto infantil a menudo aumentan a esta edad; alimentarse y dormir puede ser el único momento tranquilo para su bebé.

- Se necesitan interacciones estrechas como sostener, balancear, jugar, hablar y estimulación visual para ayudar a promover el crecimiento y el desarrollo de su bebé.
- Por favor, no deje que su bebé llore más de 15-20 minutos sin atención y **NUNCA** sacuda a su bebé.

Fiebre

Asegúrate de saber cómo tomar la temperatura de tu bebé correctamente. Si tiene alguna pregunta sobre la manera correcta de hacerlo, por favor pregunte a su pediatra.

- Las temperaturas rectales son las más precisas y deben utilizarse para esta edad.
- Una temperatura rectal de 100.4 grados F o superior se considera fiebre.
- La fiebre puede ser el único signo de una enfermedad grave en un bebé menor de 3 meses de edad.
- Por favor llame a nuestra oficina **INMEDIATAMENTE** si su bebé tiene una temperatura superior a **100.4** grados F

Seguridad general

NUNCA deje a su bebé desatendido en una cama, mesa para cambiar pañales, durante el baño u otros lugares donde pueda caerse y resultar herido. Tampoco sostenga a su bebé mientras lleve líquidos o alimentos calientes.

Seguridad del coche

Los accidentes automovilísticos son un gran riesgo para la salud y la vida de su bebé. El uso correcto de un asiento de coche evitará lesiones y muertes que se produzcan en accidentes automovilísticos.

- Asegúrese de que el asiento del coche de su bebé esté instalado correctamente.
- Para esta edad, el asiento del coche debe estar orientado hacia atrás y colocado en el asiento tracero hasta que su bebé tenga 24 meses de edad.
- Recuerde que **DEBE** usar el asiento del coche de su bebé **CADA** vez que su bebé viaje en un automóvil.
- Nunca deje a su bebé en el coche **SOLO**.

Seguridad del agua caliente

Asegúrese de comprobar la temperatura del agua caliente en su hogar. La temperatura correcta del agua debe ajustarse a menos de **120 grados F**.

- Si necesita cambiar la temperatura del agua en su hogar, por favor pregunte a su pediatra para obtener instrucciones sobre cómo hacerlo.
- Si su bebé se quema, coloque **inmediatamente** agua fría en el área afectada y llame a nuestra oficina.

La exposición al humo del cigarrillo

NO deje que nadie fume en su casa o automóvil.

- La exposición al humo del cigarrillo aumenta el riesgo de que tu bebé contraiga resfriados, infecciones del oído, asma y SIDS (muerte en cuna).
- Sabemos que dejar de fumar es muy difícil, pero su nuevo bebé es su mejor incentivo para hacerlo.

Alarmas de humo en el Hogar

Asegúrese de tener una alarma de humo que funcione correctamente en su hogar.

- Pruebe las baterías en su alarma de humo **MENSUAL**.
- Establezca una fecha cada año para **REEMPLAZAR** las baterías de su alarma de humo, en el cumpleaños de su bebé o en el horario de verano.

RCP (Reanimación cardiopulmonar)

Por favor, tome un curso de RCP en su Cruz Roja local, YMCA o universidad.

Control de veneno

Mantenga el número de control de venenos en su teléfono. 1-800-222-1222

El Próximo chequeo: A los dos Meses

El siguiente chequeo de su bebé es a los 2 meses de edad. Los chequeos regulares DEL BEBE se realizan en el primer mes, segundo, cuarto, sexto, noveno y a su primer año de edad. Estos chequeos generalmente involucran Vacunas y otros servicios de salud preventivos. Manteniendo a su bebé al día sobre chequeos y Vacunas es una de las mejores cosas que puede hacer para la salud de su bebé.