



**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.