

GUÍA PARA LOS PADRES

- A** Funcionamiento familiar
- B** Alimentación
- C** Desarrollo
- D** Seguridad
- E** Salud dental
- F** Qué esperar del control de salud de 9 meses de edad



Funcionamiento familiar

A

- » No dude en llamar a otras personas para que la auxilien.
- » Busque y seleccione a un/a niño/a o cuidador/a maduro/a, capacitado/a y responsable. Si lo precisa, puede hablar con nosotros.
- » Hable con su pareja para que participe en el cuidado a su hijo.
- » Invite a sus amigos o únase a un grupo de padres.



Alimentación

» A esta edad, la mayoría de los niños ya duplicó el peso de nacimiento.

» El crecimiento de su hijo se hará más lento.

» Si está dando pecho, ¡fantástico! Y continúe haciéndolo mientras les guste a ambos.

» Si lo está alimentando con fórmula, use una fortificada con hierro.

» Puede darle alimentos sólidos, con consistencia cremosa. Para saber si está listo hay que fijarse en que cumpla estas señales: Abre la boca frente a la cuchara; se puede sentar con apoyo, mantiene buen control de su cabeza y cuello, y muestra interés en los alimentos que usted consume.

» Alimentos nuevos

- Ofrezca 1 a 2 cucharadas de alimento sólido en consistencia de crema (una o dos veces al día).
- Evite sobrealimentarlo, fijándose en las señales de satisfacción (se inclina hacia atrás o da vuelta la cara).
- No obligue a su hijo a comer o consumir toda la comida.
- Sea paciente. Es posible que tenga que dar el alimento 10 o 15 veces antes de que le comience a gustar.
- Evite agregar azúcar y sal.
- Mantenga los objetos pequeños y bolsas de plástico fuera del alcance de su hijo y así evitará que se atore.

Desarrollo



- » Siente a su hijo para que pueda mirar alrededor.
- » Hable con él, imitando sus sonidos. Intenten leer juntos.
- » Jueguen a las escondidas, los aplausos, y utilicen gimnasios móviles, juguetes de colores o espejos.
- » Si el hijo está inquieto, pásele juguetes seguros para que los tome y pueda poner en su boca. También, intente lograr que tenga siestas y horas de juego regulares.
- » Cuando tenga sueño, pero aún no esté dormido, llévelo a la cuna.

» Cuna Corral

- Cuando esté comenzando a ponerse de pie, baje el colchón de la cuna hasta la posición más baja.
- Use una cuna con barrotes con una distancia inferior a 6,5 cm, así como corralitos seguros.
- Si su hijo esté en la cuna, las barandas deben estar alzadas.
- No utilice ropa de cama suelta.



Seguridad

- » En el auto, siempre ponga a su hijo en una silla de seguridad, en el asiento trasero y mirando hacia atrás.
- » No ponga a su hijo en un asiento que tenga airbag activado.
- » Nunca lo deje sin compañía en la tina o lugares altos como mudadores, camas o sofás.
- » Su hijo no debe usar andador.
- » Mantenga cerradas las puertas de las habitaciones donde su hijo podría resultar herido como, por ejemplo, el baño.
- » Cierre las escaleras con rejas.
- » Evite las quemaduras, utilizando agua con una temperatura inferior a los 38°C.
- » Nunca deje a su hijo libre en la cocina porque es la habitación más peligrosa. Póngalo en un corral o silla.
- » Disponga que los mangos de las ollas y sartenes estén ubicados hacia el centro de la cocina.
- » No deje enchufadas las planchas o productos para el cabello.
- » No deje a su hijo solo si está cerca del agua o en la tina del baño, aunque utilice una silla de baño o un anillo.
- » Siempre debe estar junto a su hijo para poder tocarlo.
- » Esconda, bajo llave, los venenos, medicamentos y suministros de limpieza. Si su hijo ingiere alguna de estas cosas, pida ayuda.

Salud dental

- » Hay que estar atentos porque les empiezan a salir dientes.
- » Para la limpieza de cada diente, utilice agua en un paño o en un cepillo suave.
- » Consulte sobre la necesidad de flúoruro.
- » No le dé la mamadera en la cama.
- » Siempre sostenga la mamadera, evitando apoyarla.
- » Haga una rutina horaria para la alimentación de su hijo, evitando que coma todo el día.



Qué esperar del Control de Salud de 9 meses de edad



- Conversaremos de:

- » La disciplina de su hijo.
- » Nuevos alimentos y establecimiento de rutinas.
- » Estimulación y desarrollo:
 - Motivarlo a que aprenda.
 - Seguridad, tanto en la casa como en el auto

