



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

Consultas del bebé sano: 4 meses y 6 meses

Well-Baby Visits: 4 Months and 6 Months (Spanish)

Su bebé recibirá su segunda o tercera ronda de vacunas hoy. Estas vacunas son similares a las que se le aplicaron en consultas de control del bebé sano anteriores. Hable con el médico o el proveedor de atención médica de su bebé respecto a cualquier pregunta o inquietud que tenga sobre las vacunas.

4 meses	
Habilidades motrices	• Empieza a darse vuelta. • Alcanza objetos. • Sostiene la cabeza y el pecho hacia arriba mientras está boca abajo.
Habla	• Prueba sonidos nuevos. • Sonríe y se ríe.
Vista	• Ve más colores. • Ve de lejos, pero prefiere de cerca.
Aprendizaje	• Se lleva cosas a la boca (así es como aprenden los bebés).
6 meses	
Habilidades motrices	• Rueda desde la espalda hasta la barriga. • Se apoya en las manos para sostenerse.
Habla	• Hace sonidos de chillidos. • Se turna para hacer sonidos.

Vista	• Controla los movimientos de los ojos. • Tiene buena visión del color.
Aprendizaje	• Alcanza objetos. • Comienza a sentarse sin apoyo.

Nutrición

Cada bebé es diferente. Trate de identificar cuándo su bebé está lleno para evitar alimentarlo demasiado. Si come demasiado, podría vomitar (regurgitar).

- Alimente a su bebé solo con leche materna o leche de fórmula.
- No ponga cereal en su biberón.
- No le dé agua, jugo o miel a su bebé.
- Si está amamantando, su bebé debe tomar vitaminas líquidas. Su médico o proveedor de atención médica pueden decirle qué darle.

4 meses

- Si su bebé se despierta durante la noche, trate de calmarlo alimentándolo para que se duerma antes.
- Debería notar que su bebé regurgita con menos frecuencia. Esto puede detenerse por completo.

6 meses

A esta edad, puede optar por empezar a darle otro tipo de comida a su bebé. Hable con su médico o proveedor de atención médica sobre qué alimentos darle de comer. Siga alimentando a su bebé con leche materna o leche de fórmula.

- Su bebé puede comenzar a aprender a beber de una taza antiderrames para niños.
- Si a su bebé no le gusta algún alimento, inténtelo de nuevo en unos días o semanas.
- **No le dé a su bebé leche de vaca o alternativas a la leche.** Esto incluye, entre otras, leche de almendras, soja, avena, coco, arroz, plantas o anacardos.
- Una vez que su bebé tenga la edad suficiente para sentarse con facilidad, póngalo en una trona (Imagen 1).
- Comience a destetar a su bebé de los biberones por la noche. Si se despierta por la noche, trate de calmarlo de otra manera en lugar de darle un biberón o un bocadillo.

Seguridad

- **No golpee ni sacuda a su bebé.** Si se siente estresada, tómese un descanso. Tenga a alguien en quien confíe que cuide a su bebé por un rato.
- Los bebés aprenden llevándose cosas a la boca. Para evitar atragantamientos, mantenga los objetos pequeños alejados de ellos en todo momento.
- **Ponga siempre al bebé sobre su espalda al dormir.** No lo ponga a dormir de lado o sobre el estómago. Esto puede causar asfixia o ahogamiento, lo que le impide respirar de manera correcta. No ponga **nunca** estos objetos en la cuna de su bebé:
 - Ropa de cama suave
 - Edredones
 - Juguetes
 - Mantas
 - Almohadas
 - Protectores
 - Sábanas sueltas
 - Piel de oveja
- Tenga 1 mano sobre su bebé en todo momento. **Nunca** lo deje solo:
 - En un vehículo o en un carrito de compras.
 - En un carrito de compras.
 - Al darle un baño.
 - Con mascotas u otros animales.
 - En una superficie elevada como un cambiador, un mostrador o una silla.
- Comience haciendo de su hogar un lugar seguro. Pregúntele al médico o al proveedor de atención médica de su bebé qué puede hacer. Comience poniendo:
 - Medicamentos, productos de limpieza y productos químicos fuera del alcance en un armario alto o cerrado con llave.
 - Coberturas de seguridad en los tomacorrientes.
 - Cerraduras de pestillo en gabinetes e inodoros.



Imagen 1 Trona



Imagen 2 Sumerja el codo en agua para comprobar la temperatura.

- Barreras de seguridad entre habitaciones y en la parte superior y la parte inferior de cualquier escalera.
- Los bebés deben viajar en un asiento para automóvil orientado hacia atrás que esté debidamente equipado en el asiento trasero hasta que tengan al menos 2 años de edad o hasta que alcancen el límite de peso o altura de su asiento mirando hacia atrás.
- Configure la temperatura de su calentador de agua por debajo de 120 °F o 48.9 °C. El agua caliente puede quemar la piel de un bebé a una temperatura más baja que la de un adulto. Compruebe siempre la temperatura del agua del baño de su bebé antes de que toque su piel. Puede hacerlo sumergiendo el codo en el agua (Imagen 2).

Medicamentos

- Acetaminofén (Tylenol[®], Pediacare[®]) es seguro de usar para las fiebres y los dolores a esa edad. Siga las indicaciones del empaque o pregúntele al médico de su bebé cuánto puede tomar.
- **No le dé a su bebé ibuprofeno (Motrin[®] o Advil[®]) (Imagen 3).**
- Puede darle a su bebé juguetes para la dentición de goma o plástico o toallitas húmedas que se hayan torcido y congelado. **No use geles para la dentición como Orajel[®] ni ningún gel para el dolor que contenga benzocaína.** No son seguros para los bebés. Pídale más información al médico o al proveedor de atención médica de su bebé.

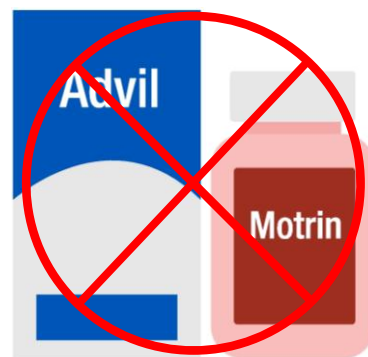


Imagen 3 No le dé a su bebé ibuprofeno (Motrin o Advil).

Otros imprevistos

- **Una fiebre en un bebé menor de 2 meses de edad es algo muy serio.** Si cree que su bebé tiene fiebre, verifique su temperatura en la parte inferior (rectal). Use un termómetro rectal, no uno de boca (oral). Llévelo a su médico, proveedor de atención médica o a la sala de emergencias si su temperatura es superior a 100.4 °F (38 °C).
- Nunca fume cerca de su bebé. Evite fumar en el automóvil, incluso con la ventanilla bajada. El médico o el proveedor de atención médica de su bebé pueden ayudarla a comenzar las clases para dejar de fumar.
- Pregúntele a su médico o lea las hojas de información de vacunas en caso de tener alguna pregunta sobre las vacunas de su bebé.

- Los bebés en la guardería se enferman con frecuencia. Los virus se propagan con rapidez en los centros de cuidado infantil. Mantenga a su bebé en casa cuando esté enfermo. Si no mejora después de unos días, comuníquese con su médico.

Cuide de usted

Tener un bebé es una gran responsabilidad. Habrá momentos en los que se sienta abrumada. Por eso es importante cuidarse a uno mismo. Hable con su médico o proveedor de atención médica si tiene sentimientos de depresión. Si necesita hablar con alguien, use estas opciones:

- Apoyo internacional posparto (Postpartum Support International, PSI)
 - Llame o escriba al 1 (800) 944-4773
 - Visite postpartum.net
- Childhelp® Línea directa nacional contra el abuso infantil
 - Llame o escriba al 1 (800) 4-A-CHILD (422-4453)
 - Visite childhelpline.org para chatear en vivo