



Visita De 6 Meses

NUTRICIÓN

Es posible que su bebé ya haya comenzado a comer alimentos sólidos. Si no, ahora es el momento de empezar! Comience ofreciendo un ingrediente solo, los alimentos puros suaves de una cuchara, introduzca un nuevo alimento cada 3-5 días como sea tolerado. De esta manera, si hay alguna reacción a un alimento, es fácil identificar qué alimentos pueden haber causado una reacción. Los únicos alimentos completamente fuera de límites hasta 1 año de edad son leche entera (queso y yogur están bien) y miel. Para asegurar un hierro adecuado, su bebé debe tener 2 porciones diarias de cereales infantiles fortificados con hierro o carnes. Añada gradualmente puré de frutas y verduras blandas. Ofrezca alimentos sólidos 2-3 veces al día y deje que su bebé decida cuánto comer. A medida que su bebé muestre signos de preparación (generalmente entre los 7 y los 9 meses de edad), introduzca alimentos dulces y blandos para los dedos, como pequeños plátanos, aguacates y camote. Evite cualquier alimento que pueda causar asfixia. En ausencia de cualquier alergia alimentaria anafiláctica en miembros cercanos de la familia, las bayas, las mantequillas de nueces y los mariscos pueden ser introducidos de la misma manera que otros alimentos y, si están bien tolerados, deben mantenerse en la dieta con consistencia relativa (1- 3 veces por semana). No le dé a su bebé comida que requiera masticar. A medida que su bebé come más alimentos sólidos, la cantidad de leche o la ingesta de leche materna puede disminuir, pero todavía debe tomar al menos 24 onzas de fórmula o 3-4 amamantamiento al día. Si su hijo es amamantado total o parcialmente, asegúrese de estar usando un suplemento de Vitamina D (400 UI / día). El jugo no se recomienda, pero si se administra debe diluirse con agua y limitarse a 2-4 onzas al día. Empiece a ofrecerle a su bebé una taza ahora para que la transición de quitarle el biberón alrededor de los 12 meses de edad sea más fácil.

DESARROLLO

Los bebés de seis meses hablan en respuesta a los padres. La mayoría puede rodar y sentarse por un par de segundos por su cuenta. Se extienden y agarran objetos y pueden transferir objetos de mano a mano. Sonríen, se ríen, chillan y balbucean. Algunos bebés empiezan a tener reconocimiento de los padres y muestran ansiedad extraña. Los juguetes grandes, lavables, coloridos, ruidosos son grandes para esta edad. Continúe leyendo y hablando con su bebé. Es muy importante ofrecer un lugar seguro para que su bebé explore el mundo. Desarrolle una rutina diaria para su bebé.

SEGURO PARA DORMIR

Un bebé de seis meses de edad puede dormir de 9 a 12 horas por la noche, requiere 1-3 siestas cada día y se beneficia de un horario consistente de la siesta. Ponga a su bebé en la cama cuando esté despierto, pero somnoliento, para ayudarlo a aprender a ir a dormir por sí mismo. Esta bien dejar que su bebé lllore por 10-15 minutos mientras intenta ir a dormir. La mayoría de los bebés no necesitan comer durante la noche a esta edad.

El síndrome de muerte súbita (SIDS) es la muerte repentina e inexplicada de un niño menor de un año de edad. **Una de las cosas más importantes que puede hacer para disminuir la posibilidad de SIDS es poner a su bebé en su espalda para dormir hasta 1 año de edad.** Una vez

que su bebé pueda rodar de atrás hacia adelante y de adelante hacia atrás, él o ella no necesita ser reposicionado después de rodar sobre su propio - pero debe todavía ser colocado inicialmente de espalda. Otras recomendaciones para:

- Use una superficie firme (colchón / cuna de seguridad aprobado).
- **No se recomienda compartir la cama ya que puede ser peligroso para su bebé.**
- La lactancia materna se asocia con un menor riesgo de SIDS.
- Mantenga objetos suaves (almohadas, animales de peluche, etc.) y ropa suelta fuera de la cuna del bebé para evitar asfixia / estrangulación.
- Ofrezca chupón durante la siesta y la hora de acostarse (no obligue al bebé a tomar o reinsertar una vez que se cae de la boca).
- Evite la exposición del bebé al humo y el cuidador de alcohol / uso ilícito de drogas.
- Evite sobrecalentar a su bebé mientras duerme. El bebé debe vestirse apropiadamente, con no más de 1 capa más que el adulto sería cómodo una pijama calentita (si es necesario) es preferible a sábanas sueltas. No use gorrito cuando el bebé este durmiendo.

LA SEGURIDAD

- Los asientos de los automóviles infantiles deben estar orientados hacia atrás en el asiento trasero del automóvil hasta que el niño haya alcanzado al menos los dos años de edad.
- Coloque el calentador de agua por debajo de 120° F.
- No lleve medicamentos en su bolso o bolsa de pañales.
- Mantenga un ambiente libre de humo para su bebé.
- Asegúrese de tener un detector de humo en funcionamiento y un monitor de CO2 en su casa.
- Asegurese de tener su hogar a prueba de niños - preste especial atención a los cuchillos, cigarrillos, fósforos, alcohol, venenos, medicamentos, enchufes, cordones, armas y bolsas de plástico.
- Mantenga las plantas fuera del alcance del bebé - algunas plantas son venenosas.
- No use andadores para bebés. Causan muchos accidentes incluyendo lesiones en la cabeza y no ayudan a los niños a aprender a caminar.
- Es una buena idea tomar clase de primeros auxilios.

- Aplique un protector solar para niños (mínimos SPF 30) 30 minutos antes de la exposición al sol y vuelva a aplicar cada 1 ½ a 2 horas. Un sombrero y ropa de algodón ligero también se recomienda.
- Está bien usar un repelente de insectos que contenga hasta un 30% de DEET, pero aplíquelo con moderación.
- NO utilice una combinación de protector solar / repelente de insectos, ya que el protector solar debe aplicarse con más frecuencia de lo que es seguro usar repelente de insectos.
- Conozca su número de control de envenenamiento: **1.800.222.1222**

DIENTES

Para aliviar los síntomas de la dentición, use acetaminofeno (Tylenol) - vea los medicamentos a continuación. No use adormecedores como Ambusol o Orajel. Limpie los dientes de leche con un paño o cepillo de dientes para bebés. No se debe usar pasta de dientes con flúor hasta que él o ella pueda escupir consistentemente. La fiebre (más de 101 ° F) no acompaña a la dentición.

INMUNIZACIONES

Su bebé debe recibir varias vacunas hoy para protegerse contra enfermedades graves. Alrededor del 25% de los niños presentan síntomas temporales tras la administración de vacunas. Si usted piensa que su bebé está teniendo una reacción a una vacuna dada hoy está bien dar **acetaminophen (Tylenol)** - **vea los medicamentos abajo** - pero llame a nuestra oficina

Siguiente Visita de Cuidado del Pozo: 9 Meses de Edad (Por favor llene la Prueba de Desarrollo de ASQ antes de la visita)

Puede solicitar el Cuestionario de Desarrollo de las Edades y Etapas de 9 Meses al programar su cita.

APA Website: www.advanced-pediatrics.com | APA Patient Care Line: 303.699.6200

con cualquier temperatura mayor que 102 ° F. Por favor refiérase a nuestro sitio web "Well Care & Immunizations" para más información sobre las reacciones normales de inmunización.

MEDICAMENTOS

Cuando administre medicamentos líquidos, use siempre el gotero o la jeringa que viene con la medicina. Si la medicina no viene con un dispositivo dosificador, pregunte a su farmacéutico por uno que debe ser utilizado. Nunca use cucharaditas o otras cucharas para medir la medicina.