



Visita De 9 Meses

NUTRICIÓN

- La mayoría de los bebés de 9 a 12 meses tomará alrededor de 24 onzas de leche materna o fórmula fortificada con hierro por día.
- Continuar con cereales, verduras, frutas y carnes.
- Si su bebé es amamantado total o parcialmente, asegúrese de continuar dando un suplemento de Vitamina D (400 UI / día).
- No le dé a su bebé miel cruda hasta 1 año de edad o más tarde.
- Evite los alimentos que pueden causar asfixia (nueces, palomitas, hot dogs, uvas enteras, pasas, zanahorias, frijoles enteros y caramelos duros).
- Introducir una taza. Es muy importante quitar el biberón al 1er año de edad para evitar las caries del biberón de leche.
- El jugo no se recomienda, pero si se le administra debe diluir con agua y limitar a 4 onzas al día.

SEGURO PARA DORMIR

Desarrolle una buena rutina para ir a la cama para su bebé. A esta edad, los bebés generalmente duermen de 9 a 12 horas por la noche. Una o tres siestas por día todavía son generalmente necesarias. Está bien dejar que su bebé lllore durante 10-15 minutos mientras intenta dormir. Los bebés no requieren alimentación nocturna a esta edad.

Continúe poniendo a su bebé en su espalda para dormir hasta 1 año de edad. Una vez que él / ella rueda bien, no hay necesidad de reposicionar a su bebé si él / ella rueda encima - pero colóque al bebe en la parte posterior.

- **No se recomienda compartir la cama y puede ser peligroso para su bebé.**
- Mantenga objetos suaves (almohadas, animales de peluche, etc.) y ropa suelta fuera de la cuna del bebé para evitar la asfixia / estrangulación.
- Ofrezca chupón durante la siesta y la hora de acostarse (no obligue al bebé a tomar el chupón o reinsertarlo una vez que se cae de la boca).
- Asegúrese de que el colchón de la cuna de su niño pequeño esté bajado para que no pueda salir fácilmente de la cuna.

DESARROLLO

Los bebés de nueve meses responderán a su propio nombre, entenderán algunas palabras, charlarán y reirán. La mayoría se arrastran, o gatean. Pueden sentarse por su cuenta. Sacudirán, golpearán, lanzarán y soltarán objetos. Les encanta jugar peek-a-boo. Pueden mostrar ansiedad con extraños. Los juguetes grandes, ruidosos, coloridos son grandes para esta edad. Lea y hable con su bebé - esto estimulará el desarrollo del lenguaje. Los niños menores de 18 a 24 meses no deben ver televisión, DVDs, videos ni utilizar aplicaciones informáticas o móviles. Sin embargo, el video chat con ayuda de los padres (Skype, Facetime) con familiares y familiares puede ayudar a fomentar las conexiones sociales.



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.
- Mantenga un ambiente libre de humo para su bebé - tanto en casa como en el automóvil.
- Asegúrese de tener un detector de humo en funcionamiento y un monitor de CO2 en su hogar.
- Las plantas deben estar fuera del alcance - algunas son venenosas.
- La temperatura del calentador de agua debe ajustarse por debajo de 120° F.
- No lleve medicamentos en su bolso o bolsa de pañales.
- Asegurese de tener su hogar. A prueba de niños preste especial atención a los cuchillos, los cigarrillos, el alcohol, los fósforos, los venenos, los medicamentos, los enchufes, las cuerdas, las armas, y las bolsas de plástico.
- A medida que su bebé se vuelve más móvil, estabilice los muebles verticales (a los bebés les encanta tirar de pie).
- Revise los peligros al nivel de su bebé. Coloque los protectores de puertas y de ventanas según sea necesario.
- No use andadores para bebés. Causan muchos accidentes incluyendo lesiones en la cabeza y no ayudan a un niño a aprender a caminar.
- Aplique un protector solar para niños (mínimo SPF 30) por lo menos 30 minutos antes de la exposición al sol y vuelva a aplicar cada 1 ½ - 2 horas.

- Está bien usar un repelente de insectos con 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 el número para el control de envenenamiento: **1.800.222.1222**

OTROS CONSEJOS

- Los zapatos no son necesarios hasta que su bebé esté caminando independientemente afuera. Elija zapatos flexibles y duraderos para caminar por el exterior y calcetines o botines por dentro.
- La distracción es la mejor técnica de disciplina en este momento.
- Las reglas simples son apropiadas, pero limitan el número de reglas y las refuerzan consistentemente.

Siguiente Visita de Cuidado del Pozo: 1 Año de Edad (Por favor llene la Prueba de Desarrollo de ASQ antes de la visita)

Puede solicitar el Cuestionario de desarrollo de edades y etapas de 12 meses al programar su cita.

APA Website: www.advancedpediatricassociates.com | APA Patient Care Line: 303.699.6200

- Usted es el modelo más importante para su hijo.
- Una vez que los dientes de su bebé se rompan, empiece a cepillarlos dos veces al día usando pasta de dientes de flúor (aproximadamente del tamaño de un grano de arroz). El proveedor o dentista debe comenzar la aplicación de barniz de fluoruro para prevenir las caries.

INMUNIZACIONES

Si su bebé está al día en sus vacunas no hay vacunas recomendadas a esta edad.

MEDICAMENTOS

Cuando administre medicamentos líquidos, use siempre el gotero o la jeringa que viene con el medicamento. Si el medicamento 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.