

Números de teléfonos de emergencia

Cuide a su bebé.

Esté al día en las visitas al doctor e inmunizaciones (vacunas). Guarde y presente todos los registros en cada visita al doctor/clínica. El bebé puede recibir una inyección en caso de presentarse un resfriado medio o una infección del oído.

Llame de inmediato al doctor si cree que el bebé está enfermo. Los síntomas pueden incluir: vómito (no sólo escupir), fiebre, erupciones cutáneas, diarrea, tos, succión pobre, ataques, respiración agitada o ruidosa, orina oscura o en pequeñas cantidades, o se jala los oídos.

Aprenda primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar para saber qué hacer en caso de que su bebé se lastime o se esté ahogando o no respire.

Nunca fume cerca de su bebé. El humo de segunda mano puede causar resfriados, infecciones del oído, asma, bronquitis y neumonía en los bebés.

Realice exámenes de envenenamiento por plomo a su bebé al alcanzar los 6 meses de edad y una vez más por año por los próximos 6 años.

Ayude a su bebé a aprender.

Juegue a dónde está el bebé o las palmaditas con su bebé. Repita los sonidos que él/ella hace, como sus risas o grititos. Esto ayuda a que su bebé aprenda a hablar.

Proteja a su bebé del maltrato.

Nunca sacuda a un bebé. Sacudir a un bebé es maltratarlo y puede causar daño cerebral, ataques, parálisis e incluso la muerte. Cuidar a un bebé puede ser frustrante. Para disminuir la frustración, coloque al bebé en la cuna con seguridad y salga del cuarto para tomar un respiro. Llame a un amigo, profesional de la salud, o un funcionario religioso o llame a la línea sin costo de 24 horas (1-800-422-4453) si está teniendo problemas.

DOCTOR DEL BEBÉ (nombre y teléfono):

DEPARTAMENTO DE BOMBEROS LOCAL:

DEPARTAMENTO DE POLICÍA LOCAL:

TELÉFONO DEL CENTRO DE CONTROL DE VENENOS:

1-800-222-1222

OFICINAS DISTRITALES DEL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICO DEL CONDADO DE COOK:

Norte de la Ciudad

3rd District Court Building
2121 Euclid Avenue
Rolling Meadows, IL 60008
847-818-2860 Teléfono, 847-818-2023 TDD

Oeste de la Ciudad

Eisenhower Tower
1701 S. First Avenue
Maywood, IL 60153
708-786-4000 Teléfono, 708-786-4002 TDD

Suroeste de la Ciudad

5th District Court Building
10220 S. 76th Avenue
Bridgeview, IL 60455
708-974-6160 Teléfono, 708-974-6045 TDD

Sur de la Ciudad

6th District Court Building
16501 South Kedzie
Markham, IL 60426
708-232-4500 Teléfono, 708-232-4010 TDD

Visite www.cookcountypublichealth.org
Facebook www.facebook.com/CCDPH
Twitter www.twitter.com/cookcohealth

Su bebé de 6 a 12 meses



*Cosas que su bebe debe poder
hacer y consejos para mantener
saludable a su bebé*



**COOK COUNTY HEALTH
& HOSPITALS SYSTEM**
CCHHS

**Cook County Department
of Public Health**

Promoting health. Preventing disease.

Protecting you.

Proteja a su bebé de que se lastime.

Deje el bebé únicamente bajo el cuidado de una persona responsable. Nunca deje solo al bebe en una tina de agua o en donde pueda caerse (por ej.: encima de la mesa, cama, sofá o cambiador de pañales). Suba los lados de la cuna.

El bebé debe dormir en la cuna solo y en una superficie firme con una sola sábana que cubra todos los lados. Dormir de espaldas reduce el riesgo de que ocurra el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SMIS).

Cubra con tapones de seguridad o cinta adhesiva todos los tomacorrientes que no se estén usando. Retire todos los cordones de las áreas de juego y de dormir.

Elija los juguetes con cuidado. Las partes pequeñas (por ej. Ojos y nariz de un animal de peluche, globos rotos, llaves, monedas, joyería) pueden provocar asfixia. Todos los juguetes/partes deben ser más grandes que la boca del bebé.

Coloque todas las vitaminas, gotas de hierro, limpiadores y otros químicos, cuchillos y bolsas de plástico fuera del alcance o en un lugar cerrado. Tenga a la mano el número del Centro de Control de Venenos (vea al reverso). No induzca el vómito.

Use un detector de humo/monóxido de carbono en su casa. Cambie las baterías cada seis meses.

Si hay armas y munición en su casa, almacene las armas no cargadas separadas del lugar donde almacena la munición.

Al transportar al bebé en un auto, use un asiento trasero de seguridad para niños aprobado por el gobierno.

No exponga a su bebé a la luz solar directa. Consulte a su doctor para el uso de protector solar

Para evitar caídas, use puertas de seguridad en las escaleras y frente a las ventanas y no use andadores.

Esta tabla es muy general. Consulte al doctor de su bebé si tiene preguntas.

Como usan el cuerpo la mayoría de los bebés a esta edad:	La mayoría de los bebés a esta edad:
Se sienta con o sin donde apoyarse	6 meses - 8 meses
Balbucea	6 meses - 12 meses
Imita sonidos como ma-ma y da-da	9 meses - 12 meses
Sostiene alimentos y sostiene el biberón	6 meses - 8 meses
Gatea o intenta gatear	6 meses - 12 meses
Intenta levantarse en posición erguida y camina sin ayuda	9 meses - 12 meses
Comienza a caminar con ayuda	8 meses - 12 meses
Bebe de una taza sin ayuda, puede comer con una cuchara	9 meses - 12 meses
Comienzan a salir sus dientes	5 meses - 9 meses
Duerme 10 – 12 en la noche con siestas de día de menor duración	4 meses - 12 meses

Mantenga limpio a su bebé.

Lávese las manos antes y después de cambiar el pañal del bebé. Lave, enjuague y seque el área de cambiado de pañales después de cada cambio de pañal. Consulte a su doctor en caso de que se presenten erupciones cutáneas incontrolables de pañal.

Para evitar quemaduras a la hora del baño, sienta la temperatura del agua primero usando su codo o muñeca para asegurarse de que no es demasiado caliente para el bebé. No use bastoncillos de algodón (Q-Tips TM) para limpiar el interior de los oídos o nariz.

Limpie los nuevos dientes del bebé con un paño suave.

Ayude a su bebé a crecer.

Dé a su bebé leche maternal o fórmula láctea con hierro hasta que alcance los 12 meses. Comience a alimentarlo con leche a los 12 meses. Los bebés a esta edad ya no deben necesitar ser alimentados antes de dormir.

Comience a alimentar al bebé con líquidos como fórmula, agua o jugo en una tasa que pueda sostenerse. A los bebés debe retirárseles el biberón entre los 12 y 15 meses de edad. Ofrézcale al niño(a) formula o leche materna después de que el bebé haya sido alimentado para motivarlo a probar nuevos alimentos.

Alimente a su bebé al menos 3 veces al día y dele de comer dos bocadillos. A los bebés les gusta comer usando sus dedos y manos con alimentos como galletas, pasta, vegetales cocidos, frutas suaves, y carnes tiernas como pollo. La comida que el bebé comerá con los dedos debe ser cortada a menos de media pulgada.

No dé a su bebé dulces duros, cacahuates, frituras, hot dogs, zanahorias crudas, palomitas de maíz, goma de mascar o mantequilla de cacahuete, pues puede ahogarse a esta edad.