

Nombre _____ Fecha _____

Peso _____ (_____%) Altura _____ (_____%) Cabeza _____ (_____%)

Dosis de acetaminofén (Tylenol): _____

Vacunas administradas hoy: _____

Dieta

- Se le puede presentar un alimento nuevo a su bebé cada 3-5 días. Los cereales, las verduras y las frutas fortificadas con hierro son saludables para su bebé.
- Los cítricos y los frutos del bosque (“berries”) pueden causar irritación y dermatitis de la zona del pañal.
- Los bebés deben continuar tomando alrededor de 24 onzas de fórmula o alrededor de 4 tomas de pecho al día, incluso si disminuyen la ingesta de líquidos.
- Los bebés no necesitan jugo.
- Debe administrarse un vasito con agua con cada comida 2-3 veces al día.
- Las carnes deben introducirse alrededor de los 6-9 meses de edad.
- Se pueden dar comidas blandas alrededor de los 7-9 meses.
- No le de miel a su bebé hasta que cumpla 1 año de edad. No hay evidencia de que evitar la mantequilla de maní / huevos / mariscos disminuya el riesgo de alergia.

Desarrollo/Dentición

- Los bebés de 6 meses balbucean y se ríen con sus padres, se dan la vuelta y pueden sentarse unos segundos sin ayuda.
- Pueden agarrar objetos, transferirlos entre las manos y llevarlos a la boca.
- Los bebés comenzarán a mostrar cierta ansiedad ante los extraños durante los próximos meses.
- Continúe leyendo y hablando con su bebé, mantenga el medio ambiente seguro y desarrolle una rutina diaria.
- Puede usar Tylenol/acetaminophen o Motrin/ibuprofen para el malestar de la dentición. La fiebre de más de 101 grados no es típica con la dentición de rutina y puede indicar una infección.
- Empiece a cepillarlos dientes de su bebé dos veces al día con un cepillo de dientes suave y agua.

Dormir

- Los bebés de esta edad necesitan entre 1 y 3 siestas todos los días.
- Continúe acostando a su bebé cuando esté despierto pero con sueño para desarrollar técnicas de consuelo.
- Puede permitir que un bebé lllore durante unos 10 minutos mientras intenta dormir.

La seguridad

- Los bebés deben sentarse en una silla alta a la hora de comer.
- El asiento para el automóvil debe permanecer en el asiento trasero, mirando hacia atrás, hasta los 2 años.
- Continúe colocando a su bebé boca arriba para dormir. Los bebés pueden darse la vuelta por la noche, lo cual está bien, pero aún así es mejor ponerlos a dormir boca arriba.
- Mantenga un ambiente "libre de humo."
- Proteja sus hogares para niños con puertas para bebés en las escaleras, cerraduras de gabinetes / cajones, mantenga los medicamentos y productos de limpieza fuera del alcance.
- No deje artículos pesados o calientes sobre los manteles.
- Mantenga las plantas fuera del alcance del bebé.
- Se debe usar protector solar de "amplio espectro" con SPF 30. Aplíquelo cada 2 horas y después de nadar / sudar. Los protectores solares con dióxido de titanio u óxido de zinc son buenos para la piel sensible.
- Los aerosoles para insectos se pueden usar para niños mayores de 2 meses. Utilice los que no tengan más del 30% de DEET. Mantenga los aerosoles para insectos alejados de las manos y la cara. La permetrina también se puede usar pero SOLO debe usarse en la ropa, NO en la piel.
- Control de intoxicaciones: 1-800-222-1222
- No use andadores para bebés. Los platillos de juego son geniales.
- Nunca deje a un niño solo en un automóvil.
- NUNCA sacuda a un bebé.

¡Regrese a los 9 meses de edad para su próxima visita de niño sano!