

Consulta 2 meses de vida. (consejos para los padres)

- Cuídate y tendrás energía para cuidar a tu bebé. Recuerde ir a tu consulta con el ginecólogo de post parto. Busca la forma de pasar tiempo a solas con su pareja. Mantente en contacto con familiares y amigos. Pide a tus otros hijos que te ayuden a cuidar al bebé con tareas sencillas y seguras, como traerle algo que necesite o agarrarle la manito al bebé. Dedicar tiempo a solas con tus otros hijos, ya sea leyendo, hablando o haciendo algo juntos.

Tu bebé va creciendo.

- Inicia rutinas diarias para bañarlo, alimentarlo, dormirlo y jugar con él. Pon a tu bebé a dormir boca arriba. En una cuna, en tu habitación, pero no en tu cama.
 - En una cuna que satisface las normas actuales de seguridad. No le pongas al bebé collares o brazaletes que tengan cintas o similares que cuelgan. Dale a tu bebé el chupete si lo desea. Coge a tu bebé, háblale, acarícialo, cántale y juega con él a menudo. Esto creará lazos de confianza entre los dos. Coloca a tu bebé boca abajo cuando esté despierto y lo puedas observar. Es el momento de averiguar lo que le gusta y lo que no. Averiguar que cosas lo ayudan a calmarse, como chuparse un dedo o un chupete, o acariciarlo, hablarle, mecerlo o pasarlo.

Seguridad

- Usa un asiento de seguridad orientado hacia atrás en todos los vehículos. Nunca coloques a tu bebé en el asiento delantero de un vehículo con airbag para el pasajero. Mantén tu coche y tu casa libres de humo de cigarrillo. Mantén las bolsas plásticas, los globos y otros objetos pequeños, especialmente los juguetes pequeños de otros niños, lejos de tu bebé. Tu bebé puede darse la vuelta, así que sostenlo con una mano cuando lo vistas o le cambies el pañal. Nunca dejes a tu bebé solo en una bañera, aunque esté en una silla o en un aro.

Alimentar a tu bebé

- Alimente a su bebé sólo con leche materna o leche maternizada de fórmula, en los primeros 4 a 6 meses.
- Evita darle alimentos sólidos, zumos y agua hasta que tenga unos 5 ½-6 meses de edad.
- Aliméntalo cuando te lo pida.
 - Se lleva la mano a la boca. Chupa, chasquea los labios, se pone inquieto y termina de darle de comer cuando vea señas de que está lleno, retira la cara o cierra la boca. Relaja los brazos y las manos
 - Sácale los gases durante las pausas naturales de las tomas.

Si le das pecho

- Alimenta a tu bebé 8 o más veces al día. Planea extraerte y almacenar leche materna.

Si le das leche de fórmula

- Alimenta a tu bebé de 6 a 8 veces al día. Sigue las medidas de precaución al preparar, calentar y almacenar la leche. Alimenta a tu bebé de forma que puedan verse los ojos. No recuestes el biberón para que el bebé se lo tome solito.

AVISOS DOMICILIO. PRIVADOS.

EN TFN. 606.00.59.60

Condiciones en www.pediatra.clinic

También en Dr.Jesús Gil de Gracia

Dr. J.Gil de Gracia
Col. 282831780
Especialista en Pediatría
y sus áreas específicas.