

tu hijo @TM

veamos lo que está ocurriendo con tu hijo durante esta etapa de su desarrollo...

6 a 12 meses

Para fines de su primer año, posiblemente ya gatee y esté intentando dar sus primeros pasos. Estos acontecimientos marcan hitos en su desarrollo cerebral. Recuerda que el ingrediente más importante para el desarrollo saludable de un bebé es tener un adulto encargado cariñoso, confiable y atento a su lado.

la salud de tu hijo

Las inmunizaciones que normalmente tocan a esta edad incluyen:

- DTaP (difteria, tétano y tos ferina)
- Hib (protege a tu niño contra la meningitis)
- Prevnar (para los neumococos)

Aparte de la vacuna contra la gripe, por lo general, no se acostumbra vacunar a los niños en la visita de los 9 meses a menos que el bebé haya faltado a alguna sesión anterior de vacunación.

Revisión de niños sanos

A los 6 meses y luego a los 9 meses, posiblemente le toquen visitas de rutina a tu bebé.

Nutrición

Aunque hayas comenzado a darle cereales a tu bebé en los últimos meses, sigue dándole aproximadamente 24 onzas de leche materna o fórmula al día.

De los 6 a los 9 meses:

Una vez tu bebé se acostumbre al cereal, exponlo a otros alimentos de un solo ingrediente — comienza con frutas y verduras y luego la proteína. Experimenta con alimentos machacados o purés, pero recuerda darle un solo tipo de alimento a la vez durante al menos 2 o 3 días para que puedas detectar alguna alergia o cualquier tipo de reacción.

De los 9 a los 12 meses:

A estas alturas, tu bebé debería estar comiendo tres veces al día. Sírvale comida fácil de masticar y digerir, cortada en pedacitos pequeños y fáciles de comer con las manos. Le encantará comer pedacitos de queso, verduras al vapor, frutas o cereal Cheerios®. Evita los alimentos que tienen ser masticados. También puede comenzar a beber usando vasitos con tapa y para su primer cumpleaños (o justo después) deberás comenzar a no darle el biberón. Recuerda que no debe dársele el biberón en la cuna.

El sueño

Durante esta etapa tu bebé probablemente necesita 2 o 3 siestas al día; en la mañana, temprano en la tarde y más tarde en la noche. En la noche, acuesta a tu bebé entre las seis de la tarde y las ocho de la noche. Calcula que dormirá entre 11 y 13 horas. No obstante, aun a los 8 o 9 meses podría despertarse durante la noche para comer — especialmente si está lactando. Permítele dormir con un objeto que le dé un sentido de seguridad, tal como un peluche.

Según la Academia Americana de Pediatría, informa a tu médico si a los 6 meses tu bebé:

- Apareta estar muy tieso, con los músculos encogidos.
- Tiene el cuerpo demasiado relajado, como un muñeco de trapo.
- Se niega a acurrucarse.
- No parece disfrutar de la compañía de otras personas.
- No logra sentarse sin ayuda.
- No se ríe ni chilla de placer.
- No trata de agarrar objetos por cuenta propia.

Si a los 9 meses:

- Arrastra un lado del cuerpo cuando gatea (por más de un mes).
- No señala objetos ni fotos con los dedos.
- No busca objetos que se hayan escondido en su presencia.

el crecimiento y desarrollo de tu hijo

American Academy of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDRENSM

Revisado y aprobado por la American Academy of Pediatrics.

Físicamente

Entre los 6 y 9 meses tu bebé probablemente:

- Logre sentarse sin ayuda.
- Trate de agarrar el platito o la cucharita.
- Se pase los objetos de una mano a la otra.
- Disfrute de dejar caer objetos desde la cuna.

Entre los 9 y 12 meses tu bebé probablemente:

- Gatee bien.
- Se pueda poner de pie agarrándose de algo.

Intelectualmente

Entre los 6 y 9 meses:

- Emita sonidos para mostrar desagrado o satisfacción.
- Busque una pelota que haya rodado fuera de su vista.
- Utilice los cinco sentidos para aprender.

Entre los 9 y 12 meses:

- Baile o se meza al ritmo de la música.
- Diga su primera palabra.
- Aplauda o se despida con las manos cuando se lo indiquen.

Fuentes de información: *Your Baby's First Year* y *Caring for Your Baby and Young Child*, Academia Americana de Pediatría, Steven P. Shelov, MD, FAAP, jefe de redacción; *Understanding Children*, Civitas y Richard Saul Wurman; *El abc de los niños*, Civitas; *Healthy Sleep, Happy Child*, Marc Weissbluth, MD.

Civitas agradece a **Parents as Teachers**, un programa de educación para los padres de niños pequeños y de apoyo a la familia, por su apoyo continuo.

tu hijo @

6 a 12 meses

el crecimiento y desarrollo de tu hijo

Social y emocionalmente

Entre los 6 y 9 meses:

- Se angustie si le quitan un juguete.
- Responda a su propio nombre y reconozca los nombres de los miembros de su familia.
- Muestre señas de ansiedad, moderada a severa, si lo separan de uno o ambos padres.

Entre los 9 y 12 meses:

- Ofrezca objetos a otros pero insista en que se los devuelvan.
- Rechace la comida cuando no la quiera.
- Se apegue a su cobija o juguete predilecto.

cómo educar y criar a tu hijo

Apego

En los próximos meses tu hijo mostrará el gran apego que siente por la persona que más lo cuida, angustiándose cuando se vaya y contentándose cuando regrese. Para mitigar la ansiedad causada por la separación:

- Despídete, para que aprenda que regresarás.
- Explica que te marchas, pero que regresarás.
- Proporcióname un objeto que lo tranquilice y que le haga sentir que estás cerca.

Juego

A esta edad, los bebés utilizan el juego como una oportunidad para desarrollar nuevas destrezas cognitivas, físicas y sociales. Observa a tu niño y así aprenderás muchísimo sobre sus intereses. Además:

- Utiliza juguetes sencillos, tales como bloques de madera, pelotas y artículos culinarios como soperos.
- Coloca al bebé boca abajo para ayudarlo a fortalecer los músculos. También dale la oportunidad de tratar de caminar, empujar, halar, trepar y saltar.
- Juega al escondite con diferentes objetos. Tu hijo disfrutará al ver cómo aparecen y desaparecen las cosas.

Disciplina

A esta edad los niños aún no entienden la disciplina. Por lo tanto, a medida que la movilidad de tu hijo vaya aumentando, enfoca más tu atención en su seguridad y sus exploraciones.

- Anticipa sus pasos. Distrae a tu bebé para que no ponga atención a objetos ni actividades peligrosas.
- Nunca uses castigos corporales.
- Éste es un buen momento para asegurarte de que tu casa es segura para un bebé.

Alfabetización

Entre los 6 y 12 meses, tu bebé comenzará a comunicarse contigo. Primeramente, imitando tus sonidos y luego diciendo sus primeras palabras. Para ayudar a desarrollar su capacidad lingüística:

- Habla y comunícate de cara al bebé para que comience a comprender la conexión entre los sonidos y las palabras.
- Señala personas y objetos familiares por todas partes y pídele que los identifique.
- Canta canciones con versos que se repitan y que vayan acompañadas de gestos con las manos.
- Proporcióname libros de cartón o de tela con páginas fáciles de pasar.



la seguridad de tu hijo

Cuando tu bebé comience a gatear, querrá tocar todo lo que puede, pues de este modo es que aprende sobre el mundo que lo rodea. Por lo tanto, créale un entorno seguro.

- Ponle cerrojos a los gabinetes, gavetas y retretes.
- Coloca tapitas de seguridad en las tomas eléctricas que no se estén utilizando y abrazaderas para amarrar los cordones de las cortinas y las persianas.
- Agáchate hasta el nivel de tu bebé para examinar el área desde su punto de vista. "Repara" lo que te parezca peligroso.
- Limita el acceso a las escaleras, cubre las esquinas puntiagudas de los muebles y de las chimeneas.

- Aprende las técnicas de resucitación infantil.
- Nunca dejes a tu niño solo en la bañera.
- Coloca todos los detergentes, medicamentos y objetos puntiagudos fuera del alcance de tu niño.
- Mantén los juguetes de los niños más grandes fuera del alcance de tu bebé. Es posible que tengan piezas pequeñas que podrían ahogar al bebé.
- Llama inmediatamente al Centro de Control de Envenenamientos si piensas que tu bebé haya ingerido algo venenoso: **1-800-222-1222**.

Born LearningSM es una campaña de participación pública que ayuda a los padres, a los que cuidan a los niños y a las comunidades a crear oportunidades de aprendizaje temprano para niños pequeños. Diseñada para apoyarte en el importante papel como el primer maestro del niño, los materiales educativos de Born Learning están disponibles gracias a los esfuerzos de United Way, United Way Success By 6 y Civitas.

Para más información, visítanos en línea en www.bornlearning.org.

