

Tiempo de Crecer



GUÍA PARA LA FAMILIA
El desarrollo de niños y niñas de 0 - 3 años

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. UNICEF
© Programa Puente, entrada al sistema *Chile Solidario*
© Fondo de Solidaridad e Inversión Social. FOSIS

Primera Edición (mayo, 2005)

Autoras:

Dra. Paula Bedregal, P. Universidad Católica de Chile
EM. Camila Lucchini, P. Universidad Católica de Chile
EM. Francisca Márquez, P. Universidad Católica de Chile

Con la colaboración de:

Dra. Ana Ayala, Ministerio de Salud
Dr. Carlos Becerra, Ministerio de Salud
Enf. Cecilia Reyes, Ministerio de Salud
Candy Fabio, Fondo de Solidaridad e Inversión Social. FOSIS
Francisca Morales, consultora de UNICEF

Segunda Edición (octubre, 2007)

Con la colaboración de:

Catalina Moya, consultora de UNICEF

Registro de Propiedad Intelectual N°: 146.389

I.S.B.N. : 978-92-806-4209-4

Santiago de Chile

Octubre, 2007

Diseño Gráfico:

Sandra Piñeiro

Impreso en Salesianos Impresores S.A.

Edición de 40.000 ejemplares

Esta publicación está disponible en: www.unicef.cl y www.programapuente.cl

El desarrollo de niños y niñas de 0 - 3 años

	Recomendaciones para embarazadas con menos de 6 meses	2
	Recomendaciones para embarazadas que están cerca del parto	3
	Cuando tengo entre 0 y 3 meses	4
	Cuando tengo entre 4 y 6 meses	8
	Cuando tengo entre 7 y 9 meses	12
	Cuando tengo entre 10 meses y 1 año	16
	Cuando tengo entre 1 año y 1 año y medio	20
	Cuando tengo entre 1 año y medio y 2 años	24
	Cuando tengo entre 2 y 3 años	28
	Cuando soy prematuro o tengo alguna discapacidad	32



Recomendaciones para embarazadas con menos de 6 meses

R Comunicación



En los primeros quince días el corazón de su guagua comienza a latir para tomar la sangre que alimentará su cuerpo.

Durante los nueve meses de embarazo pasa de ser invisible a los ojos hasta convertirse en un niño o niña capaz de pensar y amar.

Desde el quinto (5) mes se pueden sentir sus movimientos.

Usted y su familia pueden hablarle a la guagua a través de la guatita.

R Alimentación

La salud de la guagua dependerá de los cuidados, alimentación y bienestar de la mamá durante todo el embarazo. Por eso es importante:

- R NO fumar.
- R NO tomar nada de alcohol.
- R NO consumir drogas.
- R NO tomar ningún medicamento sin consultar al médico o matrona.



R Cuidados

Es muy importante descansar y dormir bien durante todo el embarazo.



R Controles de salud

Es también importante asistir a los controles de salud (ojalá con el papá de la guagua) y seguir las indicaciones.

Siempre contarle al médico o matrona sobre los temores e ideas que se tienen acerca del parto.

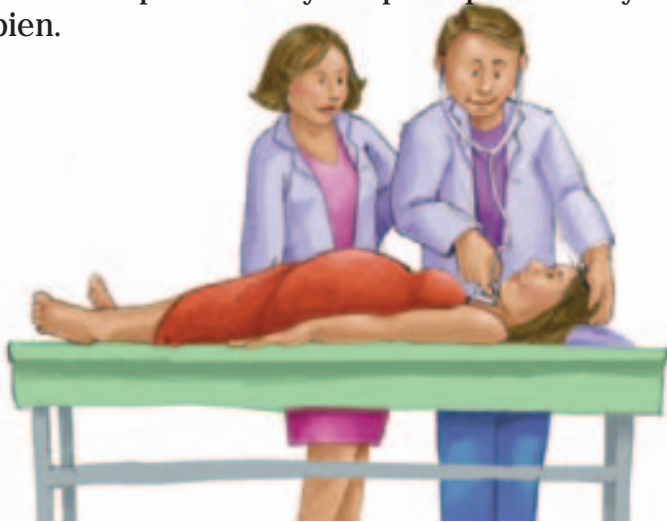




Recomendaciones para embarazadas que están cerca del parto

R Tranquilidad

La mamá y la familia son las protagonistas del parto, es decir, son las personas más importantes. Hay que estar tranquila, ya que la matrona y el médico le prestarán ayuda para que todo vaya muy bien.



R Parto

En el parto se sentirá acompañada y más segura si participa una persona con la que sienta confianza (se le puede pedir esto a la matrona o médico).



R Lactancia

Cuando nazca su hijo o hija, es muy importante recibirlo con dulzura y suavidad, colocándolo junto a su mamá para que siga escuchando los latidos del corazón y reconozca su voz.

La guagua puede tener hambre a la hora de nacer; si la deja cerca del pecho, encontrará el pezón y podrá mamar. Recibirá calostro (primera leche de la mamá) y a la mujer le servirá para contraer el útero y sangrar menos. La matrona o el médico le ayudarán.





Cuando tengo

1 Leche materna

A la guagua recién nacida, y hasta de tres meses, hay que alimentarla sólo con leche materna, la cantidad que pida y cuando lo pida, pero al menos cada 3 ó 4 horas. No es necesario darle agua ni jugos.

2 Lavar manos y pezones

Recuerde: antes de darle papa a su guagua, lave bien sus manos y limpie sus pezones como le indicaron en el centro de salud.

3 Evitar cólicos

Es necesario sacarle los chanchitos después de cada comida para evitar cólicos.



entre 0 y 3 meses

mi familia sigue las siguientes recomendaciones

4 Alimentación

No olvidar que la alimentación exclusiva del niño y niña a esta edad es la leche materna.

5 Cariño

Es importante darle atención y cariño mientras alimenta y lleva en brazos a su hijo o hija. Esto le da mucha seguridad. El contacto piel a piel es una buena forma de estimulación.



6 Estímulos

Hay que hablarle suavemente, sonreírle, acariciarle, cantarle y ponerle música suave.

7 Movimientos

Cuando se abriga a la guagua, es bueno dejarla en libertad para que pueda mover las manos, dedos, brazos y piernas.

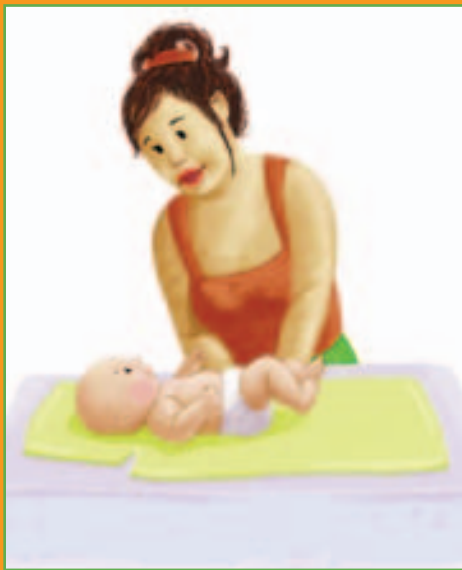


0 y 3 meses



8 Masajes

Acaricie a su guagua, transmitiéndole amor y calma, en un ambiente temperado.



10 Mudarlo

Es importante mudar a su guagua al menos después de cada comida.



9 Semisentado

Es bueno cambiar a su guagua de lugar y de posición para que conozca distintos lugares y sitios. Desde los 2 meses, póngala semi sentada y con apoyo.



11 Llanto

Si llora mucho o está molesta, averigüe qué le sucede.



12 Horario de sueño

Es bueno respetar el horario de sueño del niño o niña.

Pruebas mínimas a cumplir

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE 1 Y 3 MESES

A. GUAGUA DE 1 MES DE VIDA

1. Acueste a su hijo de espaldas.
2. Acérquese a una distancia entre 40 y 50 cms.
3. Háblele y sonríale suavemente sin tocarlo.

OBSERVE SI FIJA LA MIRADA EN SU ROSTRO

Mi hijo lo hace SÍ NO



B. GUAGUA DE 2 MESES DE VIDA

1. Acueste a su hijo de espaldas.
2. Tómelo de las manos, tírelo suavemente hacia delante hasta sentarlo.

OBSERVE SI HACE INTENTOS DE LEVANTAR LA CABEZA AL LLEVARLO A POSICIÓN SENTADO

Mi hijo lo hace SÍ NO



C. GUAGUA DE 3 MESES DE VIDA

1. Muéstrela, a unos 10 cms. de su cara, un objeto de color vivo y llame su atención.
2. Mueva el objeto de un lado a otro, de modo que su hijo lo siga con la mirada y moviendo la cabeza.

OBSERVE SI DA VUELTA LA CABEZA HACIA AMBOS LADOS MIRANDO EL OBJETO

Mi hijo lo hace SÍ NO



SI SU HIJO O HIJA NO HACE UNA DE ESTAS PRUEBAS A LA EDAD QUE CORRESPONDE, DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.

Atención

Cuídalo de accidentes.

Después de amamantarlo, bótele los flatitos, esto evitará asfixias y cólicos.

Nunca lo haga dormir con adultos. Debe dormir de lado.

No use cadenas en el cuello ni alfileres de gancho o clips metálicos en la ropa.



Cuando tengo

1 Leche materna

A la guagua entre 4 y 6 meses hay que alimentarla sólo con leche materna, la cantidad que pida y cuando lo pida. Es necesario sacarle los chanchitos después de cada comida.



2 Lavar manos y pezones

Recuerde, antes de darle papa a su hijo o hija, lave bien sus manos y limpie sus pezones como le indicaron en el centro de salud.



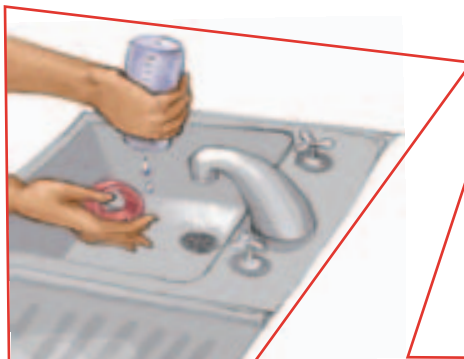
3 Hervir mamadera

Si toma mamadera, hay que hervirla al igual que los chupetes, y guardarlos en un lugar limpio.



4 Botar restos de leche

Los restos de la papa que la guagua no tomó deben botarse. La leche se descompone con facilidad.



5 Otros alimentos

Si su guagua se alimenta con leche artificial o leche materna, a los 6 meses se le dará puré de verduras y puré de fruta.



entre 4 y 6 meses

mi familia sigue las siguientes recomendaciones

6 Cariño

Es importante darle atención y cariño mientras le alimenta y lleva en sus brazos. Esto da mucha seguridad a la guagua.



7 La familia

Es bueno que el niño o niña acompañe a la familia en sus diversas actividades. La familia puede jugar con él o ella repitiendo los sonidos que hace; dándole objetos de colores fuertes que puede llevar a la boca sin hacerse daño; mostrándole objetos y nombrándolos; escondiéndole objetos para que los descubra; conversándole sobre personas, animales y cosas que lo rodean (frases cortas y simples).

8 Estímulos

No olvide llamar a la guagua por su nombre. Ubíquela en diferentes posiciones. Es importante favorecer que levante por sí sola la cabeza y los brazos. Colóquele música suave.

Preparación del puré de carne con verduras

Ingredientes para una taza

- Carne sin grasa del tamaño de una caja de fósforos o una cucharada sopera (pollo, pavo, vacuno).



- Verduras: usar tres tipos de color distintos. Entre ellas pueden ser:

 - 1 papa mediana

 - 1 trozo de zapallo mediano

 - Media zanahoria

 - Medio zapallito italiano

 - Media betarraga

 - 1 ó 2 hojas de acelga

 - Porotitos verdes

 - Medio tomate

- Aceite



- 1** Lávese bien las manos antes de preparar la comida de su guagua.



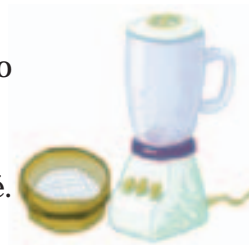
- 3** Raspe, muele o corte en trocitos la carne.



- 5** Ponga a cocer la carne en poca agua fría hasta que hierva 10 minutos.



- 7** Pase todo por cedazo de plástico o licuadora. La comida debe quedar como puré.



- 9** Sirva tibio, nunca caliente.



- 2** Fijese bien que el lugar en que preparará la comida esté limpio y sin moscas.



- 4** Lave muy bien las verduras directamente en el chorro de la llave y córtelas en trozos pequeños.



- 6** Agregue las verduras a la olla en que se cuece la carne y deje hervir por 10 minutos.



- 8** Agréguele, antes de servir, 1 cucharadita de aceite vegetal.



Atención

NO es necesario agregarle sal.

Pruebas mínimas a cumplir

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE 4 y 6 MESES

A. GUAGUA DE 4 MESES DE VIDA

1. Siente a su hijo o hija en su falda mirándole a la cara y atraiga su atención.
2. Cuando su hijo o hija la esté mirando, pídale a alguien que haga sonar un cascabel fuera de su alcance visual, a unos 30 cms. de una oreja y luego de la otra.

OBSERVE SI GIRA SU CABEZA BUSCANDO EL OBJETO QUE PRODUCE EL SONIDO.

Mi hijo lo hace SÍ NO



B. GUAGUA DE 4 MESES DE VIDA

Coloque a su hijo o hija de guatita en su cuna.

OBSERVE SI LEVANTA SU CABEZA Y HOMBROS USANDO SUS BRAZOS Y CODOS.

Mi hijo lo hace SÍ NO



C. GUAGUA DE 5 MESES DE VIDA

Coloque al niño o niña de espaldas frente a una mesa con sus manos sobre ella.

OBSERVE SI EXPLORA PALPANDO, RASGUÑANDO O GOLPEANDO EL BORDE DE LA MESA.

Mi hijo lo hace SÍ NO



D. GUAGUA DE 6 MESES DE VIDA

Coloque al niño o niña frente a una mesa. Pídale a otra persona que coloque una cuchara y la deslice hacia su niño (que quede al alcance).

OBSERVE SI TOMA LA CUCHARA.

Mi hijo lo hace SÍ NO



SI SU GUAGUA NO HACE UNA DE ESTAS PRUEBAS A LA EDAD QUE CORRESPONDE, DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.



Cuando tengo

1 Lavar manos y pezones

Recuerde, antes de darle papa a su guagua, lave bien sus manos y limpie sus pezones como le indicaron en el centro de salud.



2 Alimentación

A esta edad se alimenta de leche materna (a veces leche artificial), 4 a 5 veces al día, y una comida (almuerzo) con postre. A contar de los 8 meses, se incorpora otra comida con postre, (cena) en reemplazo de una mamadera, quedando con 4 papas.



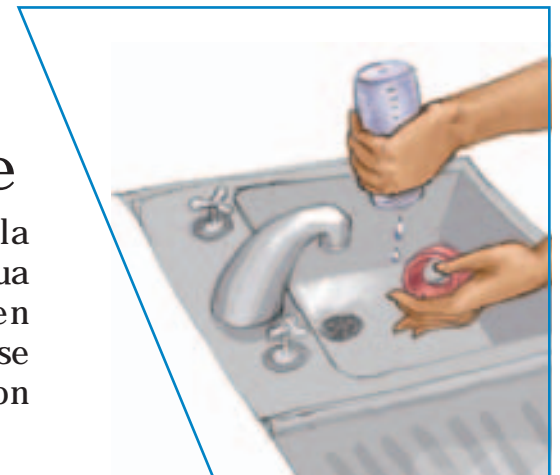
3 Hervir mamadera

Si toma mamadera, hay que hervirla al igual que los chupetes, y guardarlos en un lugar limpio.



4 Botar restos de leche

Los restos de la papa que la guagua no tomó deben botarse. La leche se descompone con facilidad.



entre 7 y 9 meses

mi familia sigue las siguientes recomendaciones

5 Huevo o pescado

Se puede dar huevo o pescado en reemplazo de la carne. Si hay alergia a alguno de estos alimentos, se retarda la incorporación hasta el año de edad.



6 Legumbres

También a los 8 meses se incorporan las legumbres pasadas por cedazo (porotos, lentejas, garbanzos), una o dos veces por semana.



7 Cerca de los padres

Puede estar cerca de la mamá o el papá mientras realizan sus actividades. Hay que fijarse en los riesgos que puede haber alrededor para evitar cosas que puedan lastimar a la guagua.





8 Estímulos

Es importante llamar a su hijo o hija por su nombre.

A la guagua le encanta jugar con otros: cantando, jugando a la escondida (esconder la cara), haciendo palmas, pasando objetos seguros, pelotas grandes, sonajeros y bloques.

Su guagua debe tener la oportunidad de estar en distintas posiciones y de moverse con ropa cómoda.

Pruebas mínimas a cumplir

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE 7 Y 9 MESES

GUAGUA DE 7 MESES DE VIDA

Siente a su hijo o hija con las piernas abiertas y estiradas.

OBSERVE SI SE MANTIENE SENTADO POR MÁS DE 30 SEGUNDOS

Mi hijo lo hace Sí NO



GUAGUA DE 8 MESES DE VIDA

Tome a su hijo o hija por los antebrazos e incítelo a que se siente.

OBSERVE SI EMPUJA HASTA SENTARSE Y SE MANTIENE

Mi hijo lo hace Sí NO



GUAGUA DE 9 MESES DE VIDA

Póngase detrás de su hijo o hija, y tomándolo de los brazos póngalo de pie.

OBSERVE SI REALIZA MOVIMIENTOS COMO SI MARCHARA, AUNQUE DESCANSE SOBRE EL APOYO QUE USTED LE DA

Mi hijo lo hace Sí NO



SI SU GUAGUA NO HACE UNA DE ESTAS PRUEBAS A LA EDAD QUE CORRESPONDE, DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.

Atención

Cúidelo de accidentes.

Hay que revisar el suelo donde gatea el niño, buscando objetos peligrosos que pueda llevarse a la boca y asfixiarse.

Es importante estar alerta frente a las caídas.



Cuando tengo



1 Alimentación

El niño y niña a esta edad se debe alimentar con cuatro papas (mamadera o leche materna) y dos comidas con postre (almuerzo y cena). Es importante tener horarios fijos.

Durante la comida deje a la guagua jugar con el plato y con una cucharita, así aprenderá a comer sola más adelante. Dele un vaso para que beba pequeños sorbos.



2 Lavar manos y pezones

Recuerde, antes de darle papa a su guagua, lave bien sus manos y limpie sus pezones como le indicaron en el centro de salud.

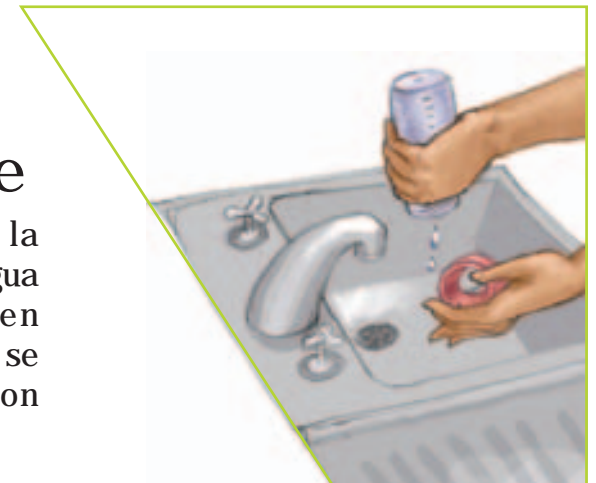
3 Hervir mamadera

Si toma mamadera, hay que hervirla al igual que los chupetes, y guardarlos en un lugar limpio.



4 Botar restos de leche

Los restos de la papa que la guagua no tomó deben botarse. La leche se descompone con facilidad.



entre 10 meses y 1 año

mi familia sigue las siguientes recomendaciones

5 Pararse

Colocar cosas donde se pueda apoyar para pararse y caminar.



6 Gatear

Es bueno animar a la guagua a gatear y caminar, dándole espacio donde pueda hacerlo.



7 Seguridad

Acompáñela para explorar la casa y sus alrededores de manera segura, no dejando al alcance elementos peligrosos.

10 meses y 1 año



8 Estímulos

Háblele mucho, cuéntele cosas nuevas y cuentos. El niño o niña comprende órdenes simples.



9 Juegos

Le encantan los juegos sencillos para ejercitar pararse. También le gusta sacar y poner objetos.



10 Partes del cuerpo

Nómbrele las diferentes partes del cuerpo para que aprenda a reconocerlas.

Pruebas mínimas a cumplir

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE 10 MESES Y 1 AÑO.

GUAGUA DE 10 MESES DE VIDA

Dígale palabras familiares como papá, mamá, sin hacer mímica al nombrarlas.

OBSERVE SI SU HIJO O HIJA REACCIONA AL OIR SU NOMBRE Y SI DICE MAMA, TATA, PAPA.

Mi hijo lo hace Sí NO



GUAGUA DE 1 AÑO DE VIDA

¿Dice su hijo o hija algunas palabras como papá, mamá o palabras deformadas pero con significado?

Mi hijo lo hace Sí NO



SI SU GUAGUA NO HACE UNA DE ESTAS PRUEBAS A LA EDAD QUE CORRESPONDE,
DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.

Atención

Cúidelo de accidentes.

Tape enchufes, guarde tijeras, detergentes, sustancias venenosas.

Tenga cuidado con las pinturas (contienen plomo) y con los cables eléctricos (los niños los muerden).



Cuando tengo

1 Alimentación

La alimentación debe seguir organizada en horarios fijos. Ahora puede comer de todo, molido, intentando hacerlo solo.



2 Lavar manos y pezones

Antes de darle papa a su guagua, recuerde lavar bien sus manos y limpiar sus pezones como le indicaron en el centro de salud.



3 Hervir mamadera

Si toma mamadera, hay que hervirla al igual que los chupetes, y guardarlos en un lugar limpio.



4 Botar restos de leche

Los restos de la papa que la guagua no tomó deben botarse. La leche se descompone con facilidad.



entre 1 año y 1 año y medio

mi familia sigue las siguientes recomendaciones



5 Palabras

Hay que animar al niño o niña a expresarse con palabras al pedir lo que quiere, evitando el uso sólo de gestos.

Es bueno hablarle suave, cantarle, contarle cuentos.

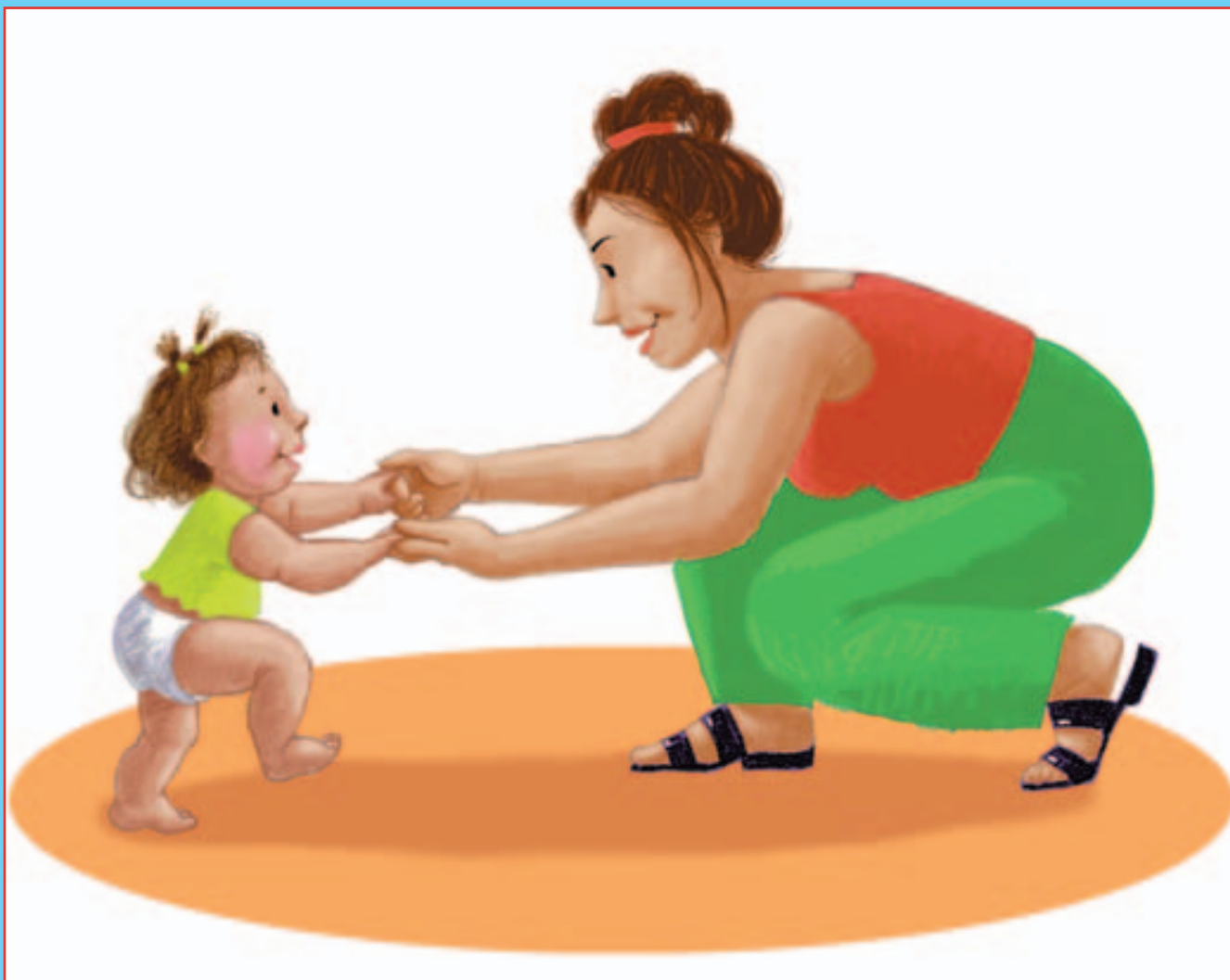
Le podemos enseñar a nombrar cosas y a usar otras.



6 Caminar

Ahora es posible salir a caminar más libremente para conocer el entorno. Le encanta pasear pero hay que cuidarlo en sus intentos.

1 año y 1 año
y medio



7 Enseñar

Si el papá y la mamá actúan siempre de la misma manera, esto le permite comprender al niño o niña lo que debe hacer y lo que no debe hacer.

Atención

Los golpes NUNCA SON UNA BUENA ESTRATEGIA para enseñar a los hijos.

Pruebas mínimas a cumplir

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE 1 AÑO Y 1 AÑO Y MEDIO

NIÑO O NIÑA DE 1 AÑO Y 3 MESES DE VIDA

¿Dice su hijo o hija algunas palabras como papá, mamá o palabras deformadas pero con significado?

Mi hijo lo hace SÍ NO



NIÑO O NIÑA DE 1 AÑO Y 3 MESES DE VIDA

Deje un objeto cerca de su hijo o hija y cuando intente llevárselo a la boca, dígame firmemente NO.

OBSERVE SI DEJA DE HACERLO FRENTE A SU ORDEN, AUNQUE DESPUES VUELVA A INTENTARLO.



NIÑO o NIÑA DE 1 AÑO Y MEDIO DE VIDA

OBSERVE SI CAMINA SOLO Y CON SEGURIDAD DE UN PUNTO DE LA PIEZA A OTRO.

Mi hijo lo hace SÍ NO



SI SU NIÑO O NIÑA NO HACE UNA DE ESTAS PRUEBAS A LA EDAD QUE CORRESPONDE, DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.

Atención

Cúidelo de accidentes.

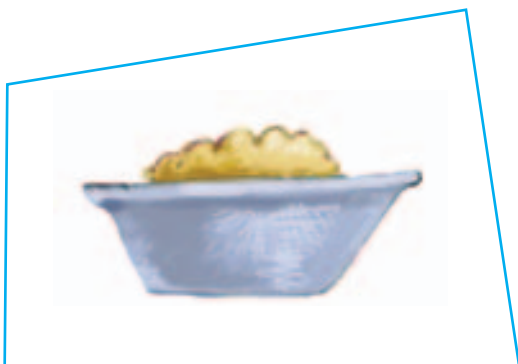
Tenga cuidado con los objetos cortantes o punzantes, cosas que lo puedan quemar (líquidos, comidas, estufas), los enchufes, remedios y objetos pequeños como bolitas, monedas, etc.



Cuando tengo

1 Alimentación

A esta edad se alimenta con dos comidas y postre (almuerzo y cena), la misma de la casa pero molida. Recibe leche materna o artificial dos veces al día.



2 Lavar manos y pezones

Antes de darle papa a su hijo o hija, recuerde lavar bien sus manos y limpiar sus pezones como le indicaron en el centro de salud.

A esta edad, dependiendo de las características del niño, puede suspender la mamadera o mamada nocturna.



3 Hervir mamadera

Si toma mamadera, hay que hervirla al igual que los chupetes, y guardarlos en un lugar limpio.



4 Botar restos de leche

Los restos de la papa que su hijo o hija no tomó deben botarse. La leche se descompone con facilidad.



entre 1 año y medio y 2 años

mi familia sigue las siguientes recomendaciones



5 Hábitos

Es el momento de ayudar al niño o niña a formar hábitos y a organizar sus horarios de sueño, aseo y baño.

Es bueno enseñarle a ordenar los juguetes en un lugar de la casa.



6 Enseñar

Le podemos enseñar a reconocer las partes de su cuerpo y hacerle preguntas sencillas.



7 Ejemplos

El papá y la mamá son el mejor ejemplo. Los niños repiten lo que ven en su casa.

1 año y medio y 2 años



8 Hablarle

Hay que hablarle, mirarlo, y respetarlo cuando expresa su enojo, miedo o tristeza. Es bueno hablarle suave, cantarle, contarle cuentos.

Nunca usar los alimentos para premiarlo o castigarlo.

Incentivar juegos con objetos simples como cajas, envases plásticos limpios y pelotas grandes.

Le gusta tirar objetos.

Pruebas mínimas a cumplir

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE 1 AÑO Y MEDIO Y 2 AÑOS

NIÑO O NIÑA DE 2 AÑOS DE VIDA:

1. Coloque una muñeca, un palo y una cuchara.
2. Pídale que le entregue la cuchara.

Mi hijo o hija lo hace

SÍ NO



SI SU NIÑO O NIÑA NO HACE ESTA PRUEBA A LA EDAD QUE CORRESPONDE,
DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.



Cuando tengo



1 Alimentación

A esta edad el niño o niña come la comida de la casa, no muy molida. El almuerzo y cena, desayuno y once es con leche. No le dé café ni té.

2 Lavar manos

Antes de darle papa a su hijo, lave bien sus manos.

Hay que incentivarlo a que tome la leche en taza.



3 Salud

A esta edad hay que evitar la "comida chatarra". Favorece la obesidad y no es saludable.



entre 2 y 3 años

mi familia sigue las siguientes recomendaciones



4 Hábitos

Permítale hacer cosas como: comer, lavarse las manos y cara, los dientes, vestirse, ayudar en la casa (cosas sencillas).

Hay que tener paciencia, ya que a veces el niño o niña es inquieto, habla y pregunta mucho y en ocasiones se hace pipí.

5 Juegos

Esta es la edad del juego más libre. Al niño y niña le encanta inventar juegos. Es bueno jugar con ellos.



6 Estímulos

Le gusta pintar y cantar; acompáñelo a distinguir colores, tamaños, el día de la noche. Le encanta que lo acompañen a observar la naturaleza.



7 Enseñar

Es bueno enseñarle a controlar la orina.
Respóndale las preguntas que hace.



8 Apoyo

Hay que aprovechar las situaciones de la vida diaria para ayudarle a comprender y aceptar a los demás.

Es bueno narrarle historias.

Pruebas mínimas

EVALUANDO EL DESARROLLO PSICOMOTOR

NIÑO O NIÑA DE **2** AÑOS Y MEDIO:

OBSERVE SI SU HIJO O HIJA DICE FRASES CON DOS PALABRAS COMO “MAMÁ PAN”, “QUIERO ESTO” ETC.

Mi hijo lo hace Sí NO

NIÑO O NIÑA DE **3** AÑOS:

OBSERVE SI SU HIJO O HIJA DISFRUTA DE LOS JUEGOS CON OTROS NIÑOS

Mi hijo lo hace Sí NO



SI SU NIÑO O NIÑA NO HACE UNA DE ESTAS PRUEBAS A LA EDAD QUE CORRESPONDE,
DEBE CONSULTAR EN EL CENTRO DE SALUD.

Atención
N

Cúidelo de accidentes.

Tenga cuidado con los objetos cortantes o punzantes, cosas que lo puedan quemar (líquidos, comidas, estufas), los enchufes, remedios y cosas pequeñas como bolitas, monedas, etc.

Atención Prematuros

Si en la familia hay una guagua prematura menor de 6 meses, recuerde que:



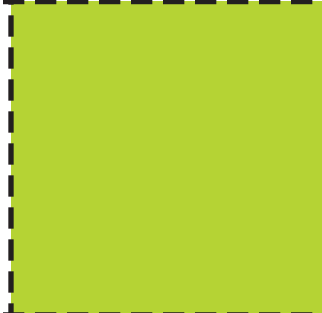
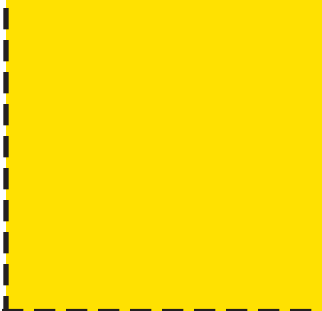
- 1 La mejor alimentación para los prematuros es la leche materna. A veces se complementa con leche artificial, según lo indiquen los médicos.
- 1 Son muy importantes los controles de salud. NO hay que perder las citas.
- 1 Para que la guagua crezca sana y se desarrolle, es importante seguir todas las indicaciones dadas por el equipo de salud.
- 1 Durante la visita al médico o enfermera, es importante comprender y aclarar todas las dudas. Es bueno llevarlas anotadas.
- 1 Ante cualquier sospecha de que la guagua está enferma, consulte.
- 1 Hay que estimularla, según las indicaciones que den el doctor y la enfermera.

Atención Discapacidad

Si en la familia hay un niño o niña menor de 3 años que presente alguna discapacidad, recuerde que:



- 1 Un niño o niña que presente alguna discapacidad no implica falta de capacidades, sino una persona diferente.
- 1 Es normal que en una primera etapa los padres sientan pena y dolor. De a poco, con el apoyo de toda la familia y del equipo de profesionales, se podrá sobrellevar.
- 1 Es importante enfrentar las emociones y no temer a expresarlas.
- 1 Es recomendable buscar grupos de apoyo.
- 1 Es fundamental informarse bien, tanto de los problemas de salud que presenta el niño o niña como de los cuidados que requerirá.
- 1 Es importante que haya un profesional de la salud, claramente identificado, quien haga de conductor de la rehabilitación. Si no sabe quién es el responsable, pregunte.
- 1 NO descuide otros aspectos de la vida familiar: la pareja, los otros hijos.
- 1 Es clave generar un ambiente de respeto y amor hacia los niños y niñas. El juego es muy importante.



UNICEF agradece el aporte financiero de Pampers, el cual hizo posible la publicación de este libro.

