

1)¿Que cambios físicos experimenta el cuerpo del niño durante el primer año de vida?

R: Tiene un crecimiento muy importante por que es la época en que más crece, avienta su peso, desarrollo muscular, comienza a decir sus primeras palabras y empieza sus primeros pasos.

2)¿Que se entiende por estimulación física, ambiental y del lenguaje?¿Porque debe hacerse?

R: Quiere decir que vive en un ambiente confortable para que lo estimule a moverse y hablar. Siempre que le hablen tiene que ser correctamente para que aprenda correctamente a hablar.

3)¿Cuales son los juguetes apropiados para esta edad?

R: Tiene que ser liviano, blandos, de colores llamativos, de una textura suave para lograr un buen desarrollo.

4)¿Que alimentación recibe el niño durante el primer año?

R: Principalmente leche, a partir generalmente desde los cinco meses comienza a tomar papilla.

5)¿Cuál es el vestuario básico de un niño en esta etapa?

R: El niño tiene que estar confortable, que tenga movilidad, que sea liviana, tiene que vestir: panales, camisetas, piluchos, chaleco, gorritos de lana, zapatos de lana y chupete.

6)¿Que medidas de cuidado de la salud debe efectuarse durante el primer año del niño?

R: Tiene que recibir sus vacunas adecuadas y una alimentación adecuada.

Nací en la Clínica _____ un día _____
de _____ del año _____ a las _____ hrs.

Mi nombre es _____

Mi papá se llama _____

Mi mamá se llama _____

Mis abuelos paternos son _____ y _____

Mis abuelos maternos son _____ y _____ Mis hermanos
son _____

Mi mamá llegó a la clínica _____ horas antes de que yo
naciera, el médico que la atendió fue el Dr. _____
y la matrona la Dra. _____ y el parto
fue _____

Luego de nacer el pediatra Dr. _____ me dio mis primeros datos: pesé al
nacer _____ Kg

medí al nacer _____ cms.

mi CC fue _____ cms

Mi estado en general fue _____

Tengo unas características, éstas son_____

Mi piel es _____

Mi pelo parece ser _____

Mis ojos son de color _____

Fui inscrito en el registro civil _____

De la comuna de_____

El día _____ de _____ del año_____

MIS PRIMERAS VISITAS Y REGALOS FUERON:

-

VISITAS REGALOS

MIS PRIMERA HUELLA DIGITAL:

-
-
-
-
-
-
-
-

MIS PRIMERAS PALABRAS

MIS PRIMEROS PASOS

Comencé a caminar sólo el día_____ del mes de_____ del año_____,cuando
tenía_____ meses \ años .

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

El termino del primer mes el niño habrá adquirido un horario mas ordenado. Se alimentara cada 3 o 4 horas. En la noche podrá dormir de 6 a 8 horas seguidas.

Puede levantar la cabeza si esta boca abajo, se tranquiliza al levantarlo en brazos. También siente calor, olor y sonidos de su madre, chupa casualmente su dedo.

CRECIMIENTO: habrá crecido 3 centímetros aprox. Y habrá aumentado su peso en 600 gramos aprox.

ACTIVIDADES:

Mire su hijo cara a cara, hablele con ternura y suavidad acostúmbrelo a que permanezca boca abajo, pero cámbielo de posición con frecuencia. Ejercite sus piernas estirándolas y fletándolas.

VISITAS AL PEDIATRA:

Durante el primer mes el pediatra lo deberá ver visto al recién nacido 2 veces; a los 10 días y al cumplir el mes

Algo que Recordar de mi 1º mes de vida:_____

A partir del segundo mes el niño comenzara a emitir sonidos vocales y a sonreír, tendrá la cabeza levantada unos segundos y tratara de establecer una comunicación cada día. Al ponerlo boca abajo mantendrá la cabeza levantada durante 10 segundos aprox., se reirá por si mismo, abrirá sus manitos. En estos días emitirá nuevos sonidos, cada día con mas frecuencia y claridad.

CRECIMIENTO: habrá crecido 3 centímetros aprox. T aumentara de peso entre 800 a 900 Kg.

ACTIVIDADES:

Háblele a su hijo, convérsele adecuadamente mientras lo muda, recuerde que usted le enseñara el lenguaje. Si la temperatura de afuera es adecuada sáquelo a pasear diariamente para que vea el movimiento de las hojas y pueda divertirse.

Algo que recordar de mi 2º mes de vida:_____

Mantiene su cabeza levantada por aun mas tiempo. De día duerme menos. Saliva bastante y ríe cuando le hablan.

Sigue perfectamente a un objeto si se mueve especialmente si este suena, también gira su cabeza y el movimiento de sus ojos. Cuando alguien le habla le sonríe aun que sea un extraño. Al final de este trimestre emite sonidos como gorgeo.

CRECIMIENTO: Subirá 800 grs. de peso y crecerá tres centímetros aprox. Comerá frutas, sopas y se acostumbrara a comer con cuchara.

ACTIVIDADES:

Celebre todo lo que el haga. Cántele y hablele cada vez que este despierto. Juegue con el. Déjelo mirar y tocar los objetos que alarman su atención.

Algo que recordar de mi 3º mes de vida:_____

El niño comienza a descubrir su casa, su familia, sus padres. Para el todo es un juego, se siente feliz y todas las mañanas lo oirá gorgear desde su cuna. Esta mucho mas firme y es mas fácil tomarlo. Gira su cabeza en todas las direcciones. Tendrá mas variedad en su alimentación.

CRECIMIENTO: Subirá aprox. 600 grs. y crecerá 2 centímetros.

ACTIVIDADES:

Haga lo posible para que el baño sea un momento de juego. Ayúdelo a sentarse, deje objetos atractivos cerca de él para que lo pueda alcanzar y jugar. Cámbielo frecuentemente de lugar.

Cuando lo alimente hágalo contento, hablele, cántele y prémelo.

Algo que recordar de mi 4º mes de vida: _____

-

-

-

El niño descubre cosas interesantes a su alrededor, la cual es que el juego ya no es tan importante. Reconoce a sus familiares y a los extraños no. Su sueño será mas prolongado debido a toda la actividad durante el día.

La gran novedad es la aparición de sus primeros dientes la cual le molestará mucho y una gran picazón en las encías.

CRECIMIENTO: Crecerá dos o tres cms al mes y 600 grs. al mes.

ACTIVIDADES:

Permita que el niño juegue desnudo aparte del baño para que tenga movilidad y ejercite sus piernas. Enséñele el nombre de objetos y personas de la casa.

-

-

Algo que recordar de mi 5º y 6º mes de vida:_____

-

-

El niño se concentra mas, se interesa por los detalles que ocurren a su alrededor. Abra aprendido muchos sonidos, vocales y las repetirá muchas veces. Es capas de jugar a las escondidas. Reconoce muy bien a las personas de la casa, va no se dejara tomar en brazos por extraños y reaccionara con rechazo hacia ellos.

Al octavo mes se sentirá con mas fuerzas y podrá permanecer sentado. Se adecuara a comer dos veces al día y tomar mamadera

dos veces al día.

CRECIMIENTO: Crecerá 1,5 a 2 centímetros por mes y aumentara 500 grs. por mes .

ACTIVIDADES: Permita a su hijo moverse solo y póngalo en un lugar fuera de peligro Y colóquele juguetes lejos de el, para que se las ingenie a alcanzarlos. Ayúdelo a parase. Al niño le gusta imitar si Ud. aplaude el también lo hará. Enséñele a tirar besitos y a darlos.

Algo que recordar de mi 7º y 8º mes de vida:_____

-

-

Ha adquirido mayores capacidades corporales de concentración.

Ahora entiende mas a los adultos. Entiende las prohibiciones aun que a veces no las cumple (como un NO o ven acá). A los nueve meses el niño habrá adquirido bastante control sobre su cuerpo. Se sienta solo.

A los diez meses comienza a gatear y gatea hasta los lugares que tiene apoyo para pararse.

A los once meses se mantiene mas tiempo de pie, caminara con la ayuda de los muebles.

Al año de vida podrá caminar con ayuda de otra mano e incluso a veces solo.

En este periodo el niño tiene que estar siempre con un adulto ya que no domina la técnica de caminar.

Su alimentación será picados mas que papillas.

CRECIMIENTO: Crecera 1 centímetro por mes y su peso aumentara 300 grs. por mes.

-

-

Algo que recordar de mi 1º año de vida:_____

-

Las pautas que se dan a continuación son: Una referencia para que ustedes vallan midiendo el normal

desarrollo del niño.

PRIMER MES:

- Nace con el reflejo de marcha. Al tomarlo en brazos avanza alternativamente con ambas piernas.
- Sus manos están casi siempre serradas.

SEGUNDO MES:

- Puede levantar la cabeza por algunos segundos si esta boca abajo. –Su vista puede seguir un objeto, si este se mueve lentamente.

CUARTO MES:

- El niño podrá fijar la vista en un objeto al menos diez segundos
- Continúa el proceso de abrir las manos.
- Tendido boca abajo o podrá levantar la cabeza por mas tiempo.

SEXTO MES:

- Localiza el ruido y trata de ver de donde proviene.
- Es capaz de sacudir un cascabel.
- Se da vuelta fácilmente.
- Ríe sonoramente.

OCTAVO MES:

- Su capacidad de concentración ha aumentado notablemente.
- Cotorrea durante casi todo el día.
- Reconoce a las personas que viven con el.

-Toma objetos diferentes con ambas manos.

-Se sienta solo.

DESIMO MES:

- Gatea

-Se interesa por los detalles.

AÑO DE VIDA:

-sienta con facilidad.

-Camina con apoyo .

-Se fija en detalles.

-Emite sus primeras palabras coherentes.

-Obedece ordenes simples .

-Reconoce prohibiciones.

-Puede traer un objeto si se lo piden.

-

-
-
-

La prevención de muchas enfermedades de la infancia, que antiguamente causaban la muerte, ha sido lograda gracias al uso generalizado de determinadas vacunas.

La administración de una vacuna lleva al organismo a desarrollar defensas contra una enfermedad. Las vacunas contienen agentes infecciosos vivos generalmente atenuados, o agentes inactivados o destruidos, sustancias conservantes, estabilizantes, antibióticos y un líquido de suspensión.

La reacción a la administración de una vacuna depende del tipo de vacuna, la forma de administración y determinadas características del niño (edad, sexo, nutrición, estrés infecciones).

Las vías de administración de las vacunas son: oral, subcutánea o intramuscular.

Determinadas vacunas pueden producir efectos secundarios, entre ellos fiebre. Consulte a su pediatra sobre los mismos.

Existe un esquema de vacunas obligatorio para los lactantes y niños sanos.

EDAD	VACUNA
Al nacer	– BCG (Tuberculosis)
2º Mes	– DPT (Difteria, Pertussis y Tétanos) – Hib (Haemophilus influenzae tipo B) – Polio oral
4º Mes	– DPT (Difteria, Pertussis y Tétanos) – Hib (Haemophilus influenzae tipo B) – Polio oral
6º Mes	– DPT (Difteria, Pertussis y Tétanos) – Hib (Haemophilus influenzae tipo B) – Polio oral
12 meses	– Tres Vírica (Sarampión, Paperas, Rubéola)
18 meses	– DPT (Difteria, Pertussis y Tétanos) – Polio oral
4 años	– DPT (Difteria, Pertussis y Tétanos) – Polio oral
1º Básico	– BCG (Tuberculosis) – Tres Vírica (Sarampión, Paperas, Rubéola)
2º Básico	– DT (Difteria y Tétanos)

VACUNAS	EDAD
Engerix B 20 Mcg	0 meses

	1 mes
	6 meses
Engerix B Pediátrica 10 mg	Al nacer 30 días 6 meses
Havrix Adulto 1440 UE	0 meses 6 meses
Havrix junior 720 UE	0 meses 6 meses

Las visitas de control al pediatra son importantes porque permiten evaluar el crecimiento y desarrollo del niño, la necesidad de realización de estudios complementarios, la administración de vacunas, la nutrición del bebé, etc. A su vez permiten que los padres puedan despejar dudas sobre su hijo.

Es importante que en cada consulta los padres lleven una libreta sanitaria en la que figuren mes a mes: fecha, edad, peso, talla, circunferencia cefálica, vacunas administradas, si el bebé esta tomando algún medicamento. La frecuencia con la que se deben hacer estas visitas para control al pediatra es variable: algunos médicos recomiendan que se hagan visitas generales para control: al nacer, a las 2–4 semanas, 2, 4, 6, 9, 12, 15 y 18 meses y a los 2 años. Algunos bebés deben ser controlados con otra frecuencia, por lo que debe consultar a su pediatra sobre la frecuencia de las visitas.

La mayoría de los bebés tienen la capacidad de moverse de lugar entre los 6 a 10 meses. Se agarran de los muebles, los barrotes de la cuna, o van hacia usted cuando se encuentran en el suelo. El paso siguiente es cruzarse. Lo hacen agarrándose de los muebles para mantener el equilibrio.

Luego el bebé comienza a caminar, para ello se desliza tomándose con sus manos de los muebles. Así inicia sus primeros pasos solo, a menos que alguien lo quiera ayudar.

Los primeros pasos son motivo de alegría en la familia, pero el proceso de caminar lleva meses. Un 25 % de los bebés da sus primeros pasos a los 11 meses, otros recién empiezan a los 15–16 meses. Para estimular al bebé se pueden colocar sillas para que se agarre de ellas. Haga caminar a su bebé descalzo o con medias. Tenga cuidado con escalones, bordes afilados o enchufes, así evitará accidentes en el hogar.

En el momento de la mamada el niño debe tener hambre, estar limpio, no tener frío ni calor, ubicado en una posición cómoda tanto para él como para la madre. Existen 3 posiciones básicas : clásica, invertida y recostados.

Con un brazo la madre sostendrá al bebé colocando la cara del mismo cerca del pecho mientras que con el otro brazo sujetará la mama para que el pezón quede accesible a la boca del bebé, idealmente los labios del bebé deberán abarcar el pezón y parte de la areola. El éxito de la lactancia dependerá de cuanto se adapten madre e hijo. Lo ideal es la madre se pueda ajustar al modelo de libre demanda que consiste en amamantar al niño cuando éste está hambriento.

Es importante prestar atención a una serie de reflejos que tiene el bebé que nos facilitarán el amamantamiento

- Reflejo de hociqueo: cuando los bebés huelen la leche vuelven la cabeza para hallar el pecho materno. Si se les toca la mejilla con un objeto suave (el pecho) los bebés se vuelven hacia ese objeto y abren la boca buscando el pezón.

- Reflejo de succión: con el reflejo de hociqueo el bebé toma el pezón y parte de la areola en la boca, el contacto del pezón con el paladar y la parte posterior de la lengua desencadena el reflejo de succión que consiste en apretar los senos de la areola . – Reflejo de deglución: se desencadena en la boca del bebé, los bebés alimentados con mamadera en esta etapa deben comprimir la tetina para no ahogarse.

Hacia el cuarto día los lactantes suelen despertarse y se convierten en buenos lactantes. Hay que permitir que el bebé chupe hasta quedar satisfecho; si el bebé no se despegar se puede colocar un dedo en la boca del bebé para que disminuya la succión y facilite el apartar al niño.

Cuando la lactancia ya está bien establecida muchas veces los bebés quedan satisfechos con la cantidad de leche obtenida de una mama.

¿En que momento debe amamantar a su hijo ?

Cuando el niño ya esté comiendo bien puede empezar a amamantarlo antes de los alimentos, esto es variable, y va a depender del interés que muestre el bebé por los alimentos.

¿ Cuántas veces es necesario amamantar a su bebé ?

Es variable, dependiendo mucho del bebé y de la mamá. En general se amamanta tres a seis veces por día.

A los bebés les encanta estar con otras personas y jugar con ellas. Los juegos son una buena manera de divertirse y a la vez aprender.

¿ Cómo jugar con el bebé ?

Es importante que usted le demuestre a su bebé que está realmente interesado en el juego : mantenga sus ojos bien abiertos, sorpréndase, sonría y hablele mientras están jugando. No olvide de acariciarlo, besarlo y mimarlo durante el juego. Si usted nota que el bebé ha perdido el interés en el juego deténgase.

¿ Qué juguetes comprar ?

Cuando vaya a comprar un juguete a su bebé es importante que tenga en cuenta que el mismo sea seguro :

- No compre juguetes pequeños que el bebé pueda colocar en su boca, nariz u oídos, puesto que se puede ahogar, o en el caso de la nariz o el oído puede ser muy dificultosa la extracción.
- Evite aquellos juguetes que tienen pequeñas partes que se puedan salir.
- El material con que esté hecho el juguete debe ser irrompible.
- El juguete no debe tener puntas o saliencias que puedan lastimar los ojos o la boca de su hijo.
- Controle periódicamente los juguetes de su hijo : un juguete sano seguro puede convertirse en uno peligroso cuando se rompe.

Juegos y juguetes según la edad :

0 a 4 meses:

En los primeros meses de vida el bebé empieza a conocer el mundo que lo rodea a través de los sentidos, usted puede estimular el gusto, el olfato, el oído, la vista y el tacto de su hijo jugando con él, por ejemplo:

- Mediante masajes
- Haciéndole oler diferentes esencias : por ejemplo el perfume de las flores cuando dan un paseo por el jardín, el aroma del café recién hecho, etc; es importante que cada olor sea presentado a su bebé de a una vez.
- Mostrándole figuras coloridas, colocando al niño frente a un espejo para que se mire.
- Ofreciéndole elementos de diferente textura : un trozo de algodón, un cepillo para el pelo, una frazada, una lima de uñas, etc.

Juguetes: móviles.

5 a 8 meses:

En esta etapa la mayoría de los bebés podrán tener cierto control sobre su cuerpo ya que sostienen la cabeza, se sientan con apoyo, pueden tomar objetos con sus manos, etc. Una opción para jugar con el bebé es :

- Tomar elementos de la batería de cocina para hacer ruido, por ejemplo, o colocarle objetos mas pequeños en su interior, como una esponja, una cuchara, etc, para que el niño juegue metiendo y sacándolas de su lugar.
- Pasearlo en brazos para que observe distintas cosas de la casa.
- Usted puede grabar los sonidos de su bebé y sus charlas con él, y posteriormente hacérselo escuchar.
- Puede jugar a hacer burbujas de jabón, y a soplarlas.

Juguetes : gimnasios, sonajeros, mordillos, etc.

9 a 12 meses :

Es un período de cambios muy grandes ya que el bebé está aprendiendo a caminar y a hablar, es importante entonces hacer que ejercite y use las palabras para expresar lo que desea :

- Coloque almohadones sobre el área en donde juega su bebé de modo que el deba saltarlos o rodearlos para avanzar. Ayúdelo si desea retroceder, con los pies adelante (del mismo modo que cuando se les enseña a bajar escaleras).
- Use una sábana y cubra su cara o la del bebé y hágale las siguientes preguntas : ¿ dónde está el bebé ?, ¿ dónde está mamá ? luego descubra su cara y simule que lo ha encontrado, haga distintas muecas cada vez que muestre su cara.
- Juegue a las escondidas con su bebé : si hay dos adultos uno puede esconderse con el bebé en brazos mientras el otro juega a buscarlos.
- A la hora del baño puede usar tazitas en la bañera para que su bebé juegue con ellas llenándolas y vaciándolas con agua.

Juguetes : muñecos con sonidos, cubos, juguetes para encastre, etc.

La ropa de cama (sábanas, frazadas, mantas) no deben ajustarse impidiendo que el bebe se mueva libremente.

Los bebes, durante las primeras horas de vida, tienen dificultad para regular su temperatura corporal. Por esta razón ellos deben estar más abrigados. Con el correr de los días van ajustando su termorregulación y el abrigo debe ser el mismo que el del resto de la familia. No debe tenerse en cuenta la temperatura de las manos o pies del bebe para saber si se encuentra correctamente abrigado, debido a que estas partes del cuerpo se encuentran generalmente más frías en los primeros días de vida.

La ropita que contactará con la piel del bebe debe ser de algodón, evitando productos con fibras sintéticas, botones, bordados y costuras excesivas. Se prefieren los colores claros. El tamaño de las mismas debe permitir una fácil colocación y extracción, así como también la realización de movimientos amplios.

El calzado de los bebes consiste en medias o escarpines. Dentro del hogar el bebe debe tener el calzado que le permita la mayor movilidad posible. No deben colocarse zapatos con suelas rígidas, ya que dificultan la correcta formación del arco plantar

El tipo de ropa que llevará el bebe depende del clima, la época del año, la edad y el lugar en el que se encuentra. Para controlar la temperatura del bebe no tenga en cuenta sus manitos ni piecitos, ya que éstos se encuentran en general más fríos.

No es conveniente sobre abrigar al bebe; a la hora de elegir su vestimenta tenga en cuenta la ropa que usted está usando en ese momento.

Existen alimentos que pueden provocar alergia por lo que no es conveniente usarlos hasta después del primer año de vida : chocolates, frutillas, tomate, pescado, etc.

A su vez no debe darse miel a menores de un año ya que ésta puede contener esporas que pueden causar botulismo. Los niños mas grandes, al tener mejor desarrollados su tracto gastrointestinal si pueden comer.

Papilla de Cereales y Legumbres.
(bebés de 6 meses en adelante)

Ingredientes:

- **Avena molida: 2 cucharadas soperas**
- **Harina de legumbre (Garbanzo, porotos, arvejas, etc.): – 1 cucharadita de té**
- **Azúcar: 1 cucharadita de té**
- Aceite: ½ cucharadita de té**

Preparación:

Mezclar la avena, azúcar y la harina de legumbres con un poquito de agua hasta lograr una pasta consistente. Agregar 1 taza de agua y cocinar a fuego lento hasta ebullición. Agregar el aceite y continuar hirviendo a fuego moderado durante 5 minutos.

Papilla de verduras y carne.
(bebés de 8 meses en adelante)

Ingredientes

- Carne: lomo 100gr.
- Verduras: zanahoria: 1chica.
- Zapallo/calabacita: 2 rodajas.
- Papa: 1 chica.
- Batata: 1 chica.
- Aceite de maíz: 1 cuchara de te.
- Queso crema: 1 cuchara sopera.

Las cantidades son estimativas, una vez realizada la papilla la porción adecuada para el bebé es del tamaño de 1 compotera: aproximadamente 4 cucharas soperas.

Preparación:

Hervir las verduras hasta que estén cocidas. Cocinar el lomo a la plancha; picar con cuchillo o con procesadora logrando trozos pequeños. Mezclar las verduras, la carne y el queso hasta obtener una papilla cremosa. Agregar el aceite. Chequear temperatura del alimento antes de dárselo al bebé.

Nota importante: consulte a su pediatra antes de alimentar a su hijo con estas papillas.

Para el baño del bebé debe usarse un jabón neutro con el que también se lavará la cabeza. El baño puede realizarse antes o después de la alimentación. La higiene de los oídos debe ser superficial y no deben utilizarse hisopos, tampoco es conveniente cortar las uñas al recién nacido por la posibilidad de cortar los dedos y provocar infecciones.

Técnica : es fundamental controlar previo al baño la temperatura del agua que no debe estar muy caliente ni muy fría; el ambiente en el que se realice el baño debe ser cálido y deben evitarse corrientes de aire.

Al introducir al bebé al agua debe aferrarlo por las axilas, deslizando el dedo mayor en la axila del bebé, de esta manera impedirá que el niño resbale, para mayor seguridad puede ayudarse con su mano libre que, rodeando al cuerpo del bebé, colocará en la parte baja de la espalda (sacro). No es necesario sostener al bebé puesto que el flotará espontáneamente.

Para la higiene en cada cambio de pañal es ideal utilizar linimento óleo calcáreo con el que la piel del bebe quedará bien hidratada y se prevendrá la dermatitis del pañal.

¿Que hacer cuando el bebé ya no entra en su bañera? coloque la bañera del bebé dentro de la bañera del baño y úsela por unos días de esta manera para que su bebé se habitúe a esta nueva situación. Tome un baño con su

bebé en la bañera del baño, no sostenga a su bebé cuando entra o sale de la misma, usted puede caerse o resbalarse. Controle la temperatura del agua, coloque una alfombra antideslizable para reducir la posibilidad de resbalarse. No deje solo a su bebé en la bañera nunca, ni por un minuto. Luego de bañar a su bebe, dedique un instante a la limpieza del ombligo, lo que podrá hacerse con un isopo embebido en alcohol.

El sueño infantil evoluciona con el paso del tiempo. El recién nacido duerme la cantidad de tiempo que necesita, y lo hace cuando sea y sin tener en cuenta las circunstancias que lo rodean. En general, un recién nacido duerme entre 16 –18 horas al día. En esta etapa, el sueño y la alimentación están muy relacionados por lo que los bebés suelen despertarse por hambre. Sin embargo, siempre es necesario asegurarnos que el llanto no es debido a otras causas: necesidad de mimos o contacto físico, frío o calor, pañal sucio, etc.

En general, el ritmo biológico en las primeras semanas de vida se repite cada 3–4 horas, en este tiempo el bebé despierta, es higienizado, alimentado y posteriormente se vuelve a dormir. A partir de los 3–4 meses el niño alarga su período de sueño nocturno progresivamente ya que comienza a reemplazar su ritmo biológico de 3–4 horas por el de 24 horas. En esta etapa los bebés duermen generalmente 15 horas al día y es normal que se despierten por la noche para comer. Después de los 6 meses los bebés duermen menos horas de día, alargan el período de sueño nocturno y tienen un ritmo de comidas mas o menos bien establecido (4 comidas durante el día). A partir del año, el niño duerme principalmente de noche y puede necesitar 1 o 2 siestas al día: una a la mañana y otra por la tarde

Los bebes necesitan succionar. A veces el alimento no alcanza para satisfacer sus necesidades. El chuparse el dedo es natural, y comienza en la vida intrauterina. El chuparse el dedo, el puño o un chupete calma al bebe. Trate de no usar chupetes para calmarlo. Pruebe otras maneras, como cantarle o acunarlo.

En caso de ser el chupete el único método que calma al niño, no se lo ate al cuello

Los dientes son órganos duros de tejido calcificado. Sirven para la masticación o trituración de los alimentos, necesarios para una adecuada digestión, para la adecuada pronunciación de las palabras y para conservar la correcta forma de la boca.

Los dientes empiezan a formarse en el niño antes de nacer, por eso es importante que la mamá consuma alimentos ricos en calcio como leche, huevos y queso, ya que de ello depende la buena calidad de los di

EDAD	CADUCOS EDAD (MESES)		PERENNES EDAD (MESES)	
	Superior	Inferior	Superior	Inferior
Tipo de diente				
Incisivo Central	6+/-2	7+/-2	7-8	6-7
Incisivo Lateral	9+/-2	7+/-2	8-9	7-8

Caninos	18+/-2	16+/-2	11-12	9-10
Primer Premolar	-	-	10-11	10-12
Segundo Premolar	-	-	10-12	11-12
Primer Molar	14+/-4	12+/-4	6-7	6-7
Segundo Molar	24+/-4	20+/-4	12-13	11-13
Tercer Molar	-	-	17-21	17-21

El abuelo Ulises me contaba que antes la Navidad se festejaba de manera diferente. Él era muy amigo de Tomás, el abuelo de Pedro, siempre andaban juntos. Tomás, cuando se acercaba la fecha, salía con sus hijos. Primero iban al asilo a llevar comida para los ancianos, y seguidamente se iniciaba la búsqueda de una rama grande, lo más parecida a un pino. A veces llevaba días encontrarla y una vez hallada era toda una ceremonia ubicarla en una maceta con tierra húmeda en el lugar más importante de la casa. Luego entre todos adornaban el devenido árbol de Navidad con cintas multicolores.

La estrella que se colocaba en la cima se confeccionaba con el papel dorado o plateado que se juntaba durante todo el año de los envoltorios de cigarrillos y algunas golosinas. Antes de la Nochebuena, Antonia, la esposa de Tomás, colgaba de las ramas chupetines y caramelos en forma de bastones. Las mujeres pasaban tardes enteras cosiendo ropa para estrenar esa noche, bordando manteles y cocinando panes dulces. Era hermoso ver cuando iban llegando los hermanos, primos, tíos, sobrinos; las mesas quedaban chicas, entonces preparaban la mesa grande, y a un costado otra para los más pequeños.

Luego de cenar, el brindis, y a la medianoche todos juntos a la capilla del barrio. Allí, luego de la misa de gallo, se intercambiaban saludos con los vecinos, y generalmente continuaban los brindis y a veces el baile en la casa de alguno de ellos o en plena calle. En la época de Luis, uno de los hijos de Tomás, amigo de Falucho, mi papá, aparecieron los arbolitos artificiales verdes o blancos, se conservaban por siete años y siempre tenían el mismo olor a plástico. Se adornaban con globos de colores y se llenaban de dulces, que, al principio, asustaban un poco.

Ahora la Navidad es distinta. Los arbolitos se siguen conservando como en la época de mi papá, pero cada año los decoran distinto, algunos con moños rojos, otros con globos azules, depende de la moda. Las reuniones familiares son cada vez más reducidas, con una sola mesa alcanza; cada uno trae algo para comer, pasada la medianoche llega un señor gordo con una barba blanca que llaman Papá Noel, del que nadie sabe explicar su origen. Por lo que escuché, apareció por primera vez en un lugar llamado Estados Unidos; de todos modos, parece un hombre muy bueno porque trae regalos para los chicos, quienes por esperarlo ya no acostumbran a ir a la misa. Yo tampoco voy, pero tú sabes Señor, que todos los días, cuando escucho las campanas al atardecer, concurre a su llamado a oración.

Después comienzan a jugar con piro-piroc-pirotecnica, ¡qué difícil decirlo! Son cosas fuertes que al encender hacen luces en el cielo, otras provocan ruidos fuertes como los truenos. Ahí me asusto mucho y a veces lloro de miedo.

No sé Jesús, si podrás entender mis súplicas, yo te pido por todos los niños que andan abandonados por las calles: que tengan un hogar como el mío, que la gente que va con bolsas llenas de regalos las brinden con comida para los más necesitados, esos que veo a la noche revolver los tachos de basura. Yo nunca tuve

hambre ni frío, será porque fui bueno y siempre obedecí....

¿Podrás con tu bondad infinita escuchar las humildes plegarias de un perro? Roque (habitante de la casa d e Pedro)