

Atención del niño sano a los 9 meses

(Well Child Care at 9 Months)

Alimentación

Su bebé debe seguir tomando leche materna o fórmula infantil hasta que tenga un año de edad. A esta edad, los bebés comen 3 comidas y 2 a 3 bocados por día. Ahora anime a su hijo a tomar leche y jugo de un vasito. Este es un buen momento para comenzar a quitarle la costumbre del biberón. No le permita a su bebé que se quede con el biberón entre comidas.

Si su familia come carne, puede comenzar a añadir carne a la dieta de su hijo.

Desarrollo

Los bebés comienzan a empujarse a sí mismos y a pararse. Les encanta golpear cosas para hacer sonidos. Pueden comenzar a decir "papá" o "mamá".

A esta edad aprenden lo que quiere decir "no". Dígale "no" de manera calmada y firme y retire lo que su hijo tenga en sus manos o aleje a su niño de la situación no deseada. Calme a su bebé empleando un tono de voz tranquilizador y siendo dulce con él.

Deje que su bebé elija un juguete. Hágole acerca del juguete que escoge y lo que está haciendo con él. Escondidillas es un juego favorito.

Los bebés de 9 meses tienen mucha energía y se requiere mucha energía para cuidarlos. Trate de descansar lo suficiente. Pídale ayuda a amigos o familiares para que usted pueda descansar. Si descansa va a poder cuidar mejor a su hijo.

Sueño

Es importante tener una hora de dormir regular y una rutina. Los bebés disfrutan de mirar libros con dibujos. Quizá quiera "leer" uno regularmente con su hijo. Una colcha favorita o un mono de peluche pueden hacer que se sienta más seguro a la hora de dormir. Nunca ponga al bebé a dormir con un biberón. Ponga al bebé en la cama cuando esté despierto pero con sueño. Si su bebé se despierta mucho durante la noche, pídale consejos a su médico o enfermera practicante.

Calzado

El calzado le protege los pies, pero no es necesario cuando su hijo está aprendiendo a caminar dentro de la casa. Cuando su hijo necesite usar calzado, póngale zapatos deportivos de suela flexible o mocasines.

Lectura y medios electrónicos

Su hijo disfrutará de las texturas rugosas y lisas al "tocar" libros y escuchar los sonidos de versos sin sentido y rimas infantiles. Se sorprenderá de lo rápido que aprenderá a seguir los ritmos y canciones. No siente a su bebé delante del televisor.

Cuidado dental

A esta edad muchos niños ya tienen dos o más dientes. Después de las comidas y antes de la hora de dormir, trate de lavarle los dientes con una tela limpia. No se preocupe demasiado por sacarle todo el alimento de los dientes. Trate de que sea un momento de diversión para el bebé.

Consejos de seguridad

Haga que su casa sea a prueba de niños. Quite o forre los muebles que tienen esquinas filosas. Mantenga los objetos cortantes fuera del alcance de los niños.

La asfixia y el sofoco

- Evite alimentos con los que un niño puede ahogarse (dulces, salchichas, palomitas, cacahuates).
- Corte la comida en trozos pequeños.
- Almacene los juguetes en un arcón sin tapa de bisagras.

Incendios y quemaduras

- Revise sus detectores de humo para asegurarse de que funcionan.
- Ponga cubiertas de plástico en los contactos eléctricos que no se usen.
- Mantenga fuera de alcance los aparatos calientes y cables.
- Mantenga fuera del baño todos los aparatos eléctricos.
- No cocine con el niño a sus pies.
- Use los quemadores traseros de la estufa con los mangos de las sartenes fuera de alcance.
- Baje la temperatura del calentador de agua a 120°F (50°C).

Caídas

- Compruebe que las ventanas estén cerradas o que tengan mosquiteros que no se puedan empujar hacia afuera.
- No subestime la habilidad de trepar.

Seguridad en el asiento del carro

Si su bebé alcanza las 20 libras y todavía viaja en asiento infantil, es hora de usar un nuevo asiento de carro. Algunos asientos de carro pueden convertirse de asientos que ven hacia atrás para bebés a asientos que ven hacia delante para niños pequeños. Siga las instrucciones del fabricante cuidadosamente cuando instale un nuevo asiento o modifique el anterior para su hijo. Para obtener más información puede llamar a la Administración Nacional de Seguridad en Tráfico de Carreteras al 1-888-327-4236 ó visite el sitio Web (<http://www.nhtsa.dot.gov/>).

Seguridad en el agua

- Nunca deje a un bebé o niño pequeño solo en la bañera - NUNCA.
- Esté siempre al alcance de su hijo cuando esté cerca del agua, incluyendo baños y cubetas. Los bebés pueden ahogarse en una cubeta que contenga agua. Vacíe toda el agua y guarde las cubetas volteadas al revés.

Envenenamiento

- Guarde todos los medicamentos, vitaminas, productos de limpieza y otros productos químicos bajo llave. Deséchelos en forma segura.
- Instale pasadores de seguridad en los gabinetes.
- Mantenga el número del centro de envenenamiento en todos los teléfonos.

Fumar

- Los niños que viven en una casa donde hay alguien que fuma tienen más infecciones respiratorias. Sus síntomas son también más severos y duran más que los de los niños que viven en una casa sin fumadores.

- Si fuma, fije una fecha para dejar de hacerlo. Pídale a su profesional médico que lo ayude a dejar de fumar. Si no puede dejar de fumar, por lo menos NO fume en su casa o cerca de sus hijos.

Inmunizaciones

Es posible que en su visita de los 9 meses su bebé no se tenga que dar ninguna vacuna. Los niños de más de 6 meses de edad deberían darse la vacuna contra la influenza todos los años.

Próxima visita

La próxima visita rutinaria de su bebé deberá ser a los 12 meses de edad. Traiga los certificados de vacunación de su hijo en todas las visitas.

Escrito por el Dr. Robert Brayden.

Pediatric Advisor 2012.1 published by [RelayHealth](#).

Last modified: 2012-01-27

Last reviewed: 2011-09-20

Este material se revisa periódicamente y está sujeto a cambios en la medida que aparezca nueva información médica. Se proporciona sólo para fines informativos y educativos, y no pretende reemplazar la evaluación, consejo, diagnóstico o tratamiento médico proporcionados por su profesional de atención de la salud.

© 2012 RelayHealth and/or its affiliates. All rights reserved.

