

ahora sabemos que las quemaduras del sol incluso mínimas, sobre todo en bebés, incrementan el riesgo de cáncer en el futuro. Las cremas protectoras solares se pueden utilizar a partir de los seis meses de edad. Durante los meses de invierno, el calor del cuerpo se pierde muy rápidamente por la cabeza, por ello es necesario que vista al bebé con un gorro o capucha que se pueda atar para que esté a gusto.

## LOS PADRES COMO MAESTROS

A medida que el bebé comienza a ser más independiente, usted se preguntará cómo establecer límites y cuándo ceder a las demandas del bebé. Muchos padres piensan que al responder a los lloros del bebé le están malcriando. A esta edad, lo contrario es el caso. Durante los primeros años, los bebés necesitan atención y amor. Los lloros indican que hay algo que no anda bien en su pequeño mundo. Si usted responde a sus lloros con abrazos y con palabras suaves, le está mostrando que usted se preocupa de él y que se puede confiar en que usted le protegerá y que la gente se ayuda una a la otra durante los momentos difíciles. Recuerde que el bebé aprende del ejemplo que usted le da. Si usted pasa tiempo con su bebé, éste aprenderá que el amar y cuidar de los demás es algo importante.

El tiempo que pasa satisfaciendo las necesidades de su hijo durante estos primeros meses, ayuda a formar un niño o niña seguro/a que necesitará menos atención más adelante. Una de las mayores satisfacciones de ser padres es la sensación de proporcionar bienestar en un hogar con amor. Las únicas limitaciones que debe tener el bebé ahora son aquellas relacionadas con su seguridad.

## NECESITA UN TESTAMENTO

Ahora que usted tiene un nuevo miembro en la familia, necesita hacer un testamento. Si no tiene uno ya, tiene que hacerlo. Si ya tiene uno, revíselo para ver si necesita ser puesto al día.

Los testamentos pueden hablar por usted cuando usted no lo pueda hacer. Por ejemplo, el testamento le permite decidir quién cuidará de sus hijos en caso de muerte. También le

permite decidir quién va a gestionar su dinero y propiedades para atender a las necesidades económicas de sus hijos en caso de incapacidad por su parte.

Usted puede escoger una persona que haga ambas funciones de guardián personal y de sus bienes. Si, por otro lado, usted tiene muchos bienes, puede decidir tener un guardián personal y otro para los bienes. El guardián personal es el que se encargaría de la crianza de sus hijos. El guardián de sus bienes se encargaría de la herencia de sus hijos. El guardián de sus bienes estaría encargado de dar dinero al guardián de sus hijos.

El guardián personal es generalmente un miembro de la familia o un amigo muy cercano. El guardián de sus bienes puede ser su abogado, banquero o un pariente con espíritu para los negocios. Si decide tener dos guardianes, uno personal y otro para administrar sus bienes, procure que sean dos personas que se lleven bien entre sí.

Si usted no escoge un guardián en su testamento, el juzgado lo hará por usted. Si no tiene un testamento, contacte con un abogado hoy mismo y redacte uno. Incluso si usted no tiene mucho que dejar a su hijo o hija, probablemente tenga idea de quién quiere que se encargue del cuidado de sus hijos en caso de usted no lo pueda hacer.

*Preparado por Don Bower, Especialista de Desarrollo Humano de Extensión y revisado por varios autores presentados en el número 39-12*

## Poniendo el Saber a Trabajar

La Universidad de Georgia y la Universidad de Ft. Valley State, el Departamento de Agricultura de los EEUU y condados cooperadores del estado. El Servicio de Extensión Cooperativa ofrece programas educativos, asistencia y materiales a toda persona sin discriminación por raza, color, nacionalidad, sexo o discapacidad.

**Una organización para la igualdad de oportunidad/acción afirmativa comprometida a procurar diversidad en sus empleados.**

Folleto CHFD-E(S) 39-06 HD 1-1 Revisado septiembre 2000

Emitted for the advance of the work realized by Cooperative Extension, Acts of May 8 and June 30, 1914, with the cooperation of the Faculty of Agriculture and Environmental Sciences of the University of Georgia and the Department of Agriculture of the United States.

Gale A. Buchanan, Decano y Director

La Universidad de Georgia  
Servicio de Extensión Cooperativa  
Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente  
Athens, GA 30602



Este folleto informativo se lo ofrece:

Agente de Extensión del Condado

COOPERATIVE EXTENSION SERVICE  
U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE  
THE UNIVERSITY OF GEORGIA  
COLLEGE OF AGRICULTURAL AND  
ENVIRONMENTAL SCIENCES  
ATHENS, GA

OFFICIAL BUSINESS  
PENALTY FOR PRIVATE USE \$300

# Bebés Buenos



**SEXTO MES**  
**Una gran sonrisa**



SERVICIO DE EXTENSIÓN COOPERATIVA  
La Universidad de Georgia con la cooperación  
de la Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor  
y la Facultad de Ciencias Agrícolas y del Medio Ambiente



# Bebés Buenos

## SEXTO MES: Una gran sonrisa

A l término del sexto mes, ya habrá llegado a la mitad de este tan importante primer año. ¿Qué cambios ocurrirán? ¡Siga leyendo!

### EL DESARROLLO DEL BEBÉ

Recuerde: Todos los niños se desarrollan de forma similar, pero a su propio ritmo. Usted podrá observar el siguiente desarrollo en este mes o poco después:

- Responde a expresiones faciales tanto al ceño fruncido como a las sonrisas.
- Imita sus sonidos y acciones.
- Muestra preferencias por algunos juguetes (es posible).
- Gira de la espalda a la posición sobre el estómago.
- Se arrastra (impulsándose con las piernas sobre el estómago).
- Pasa objetos de una mano a otra.
- Se sienta sin apoyo.
- La vista es de casi 20/20.

El desarrollo del lenguaje continúa con la adición a su vocabulario de los siguientes sonidos consonánticos (f, v, th, s, sh, z, sa, m y n). No se sorprenda si su bebé “habla” más a mujeres—esto es común por la suavidad de la voz de las mujeres. Puede expresar disgusto con gruñidos y ruidos cuando está disgustado. Pero también puede expresar placer haciendo gorgoritos y riendo.

Su bebé está ahora más alerta que nunca. Algunos bebés están visualmente alerta durante

la mitad de las horas del día. Mientras que está jugando con un juguete, el bebé puede intentar agarrar otro y fijarse en un tercero. Los bebés de seis meses tienen una curiosidad interminable. Procure proporcionar un ambiente estimulante y seguro para aprender y crecer.

### EL TEMPERAMENTO DEL BEBÉ

Ahora su bebé puede perfectamente distinguirle a usted de otras personas, por ello, no se sorprenda si se muestra tímido alrededor de personas desconocidas. No fuerce al bebé en los brazos de otra persona si éste se resiste. Un bebé de seis meses puede sentir verdadera ansiedad si se le fuerza a una situación en la que siente miedo. La cercanía física con una persona adulta conocida le ayudará a adaptarse y a confiar en otros adultos desconocidos. Las personas desconocidas pueden recibir sonrisas de su bebé siempre y cuando usted esté cerca. Este miedo a extraños generalmente dura de 3 a 6 meses.

### LA SALUD DEL BEBÉ

Recuerde: este mes el bebé necesita su tercera vacuna contra DTP y Hib. La tercera vacuna contra la polio se le puede administrar en cualquier momento entre ahora y los 18 meses de edad. ¡Uno de los mejores regalos que le puede dar a su bebé es seguir de forma regular la vacunación de su bebé hasta que sea adolescente!

Los dientes del bebé están ahora empezando a salir, si ya no lo han hecho antes. Los dos dientes frontales inferiores son los primeros en salir para ser seguidos de los dos frontales superiores. A medida que los dientes van saliendo a través de las encías sensibles, el bebé puede estar incómodo. Es común que esté irritable y que babee. Si el bebé babea mucho, necesitará cambiarle la camisa con frecuencia para que la piel no se le irrite con la ropa húmeda. Se puede utilizar un babero para proteger el pecho del bebé ya que se puede cambiar fácilmente.

Para las encías sensibles se puede utilizar un anillo especial para la salida de los dientes. ¡No se sorprenda si a su bebé le gusta morderle el dedo! Una toallita fresca y humedecida para

morder puede aliviar. A algunos bebés les gustan galletas duras, anillos especiales congelados, o cortezas de frutas como la corteza de melón.

Si su bebé aparenta tener mucho dolor, es posible que necesite de una medicina contra el dolor. Consulte con su médico.

Junto con los dientes viene nueva actividad: el mantener los dientes limpios. Limpie los dientes del bebé con una toallita humedecida para limpiar los restos de comida. Si se deja que los dientes de leche tengan caries, esto puede afectar a los dientes permanentes de después.

### LA COMIDA DEL BEBÉ

Si no lo ha hecho ya, ahora es el momento de empezar a darle a su bebé cereales fortificados con hierro como arroz. Después de cinco días aproximadamente introduzca otro tipo de cereal como harina de avena y cebada. Añada solo un tipo de comida cada vez para asegurarse de que el bebé no tiene alergia a algún tipo de comida.

Al darle de comer el cereal, una buena pauta a seguir es “¡Una sonrisa con cada cucharada!—tanto si se acepta como si se rechaza.” Así el bebé asociará placer con el momento de la comida y puede colaborar mejor.

Después de los cereales se suelen introducir frutas y verduras, como judías verdes, zanahorias o calabaza. Los vegetales amarillos se digieren mejor por los bebés. Si la piel o heces de su bebé aparecen amarillas, no se alarme. ¡Esto se puede deber a que al bebé le gusta y come mucho ese tipo de verduras! El color amarillento tenderá a desaparecer a medida que la comida favorita del bebé cambia. No añada sal, manteca o grasa a las verduras.

No le de jugo de frutas hasta que el bebé pueda beber de un vaso. La leche materna y artificial tienen suficientes vitaminas. Tenga cuidado si le da postres. A los bebés les gusta mucho y pueden desarrollar un gusto por los dulces del que luego se arrepientan.

### CONSEJOS DE SEGURIDAD

Si descubre a su bebé jugando con algo que es peligroso, sustitúyalo por un juguete que no lo

sea y deshágase del objeto peligroso. Si se lo quita de una forma brusca, esto puede asustar al bebé. Guarde el objeto peligroso en un lugar seguro o deshágase de él completamente.

Ahora el control de los dedos es mejor, así el bebé puede tomar objetos muy pequeños. ¡Desafortunadamente muchos de estos objetos van directamente a la boca! Los bebés que gatean pueden encontrar cosas que la aspiradora no ha limpiado; por ello, tenga cuidado con alfileres, monedas, piedras, migas y suciedad del suelo.

### JUEGOS DE APRENDIZAJE

#### ENTRE PADRES E HIJOS

Agite un sonajero a un lado de la cabeza del bebé, pero lejos de su vista. Si gira el cuerpo para ver el sonajero, déselo como premio. La próxima vez agite el sonajero en el lado opuesto. Póngaselo suavemente en la mano y ayúdele a agitarlo él mismo.

### LA ROPA DEL BEBÉ

A la mayoría de los bebés no les gusta que les quiten la ropa deslizándosela por la cabeza. La ropa que tiene aberturas por delante o detrás es más fácil de poner y quitar. Evite también cordones en la zona del cuello del bebé ya que éstos pueden dificultar la respiración o se pueden enganchar en algo. Escoja telas que se puedan lavar bien en la lavadora en agua caliente.

Los bebés no necesitan zapatos para andar. A esta edad están bien con calcetines o con los pies descalzos. Si no puede resistir la tentación de vestir a su hijo con zapatitos bonitos, procure que sean ligeros y aireados, tengan suelas flexibles y que sean del número adecuado.

¿Le gusta a su bebé salir de casa? Recuerde que debe proteger la piel delicada del bebé de ambos, del clima frío y del caliente. Durante los meses de verano, protéjale los ojos, la cabeza, los brazos y piernas para prevenir quemaduras por el sol. Mientras que algunas personas piensan que el bronceado es signo de buena salud,