

USO DEL CHUPETE

Se puede ofrecer el chupete para dormir a partir del momento en que el bebé recupera su peso de nacimiento o cuando esté instalada la Lactancia Materna Exclusiva.

El bebé que no toma la teta puede incorporar el chupete en forma anticipada. Si lo rechaza, es mejor no insistir.

CUIDADO DEL AMBIENTE

El aire que se respira debe ser puro. No fumar dentro de la casa ni cerca del bebé. Es importante evitar el exceso de calor en el ambiente y no abrigarlo demasiado.

Es necesario que los adultos responsables de la crianza lleven al bebé a todos los controles de salud y que tenga el carnet de vacunación al día.

PRIMERA INFANCIA

Acompañamos la crianza



Presidencia de la Nación

Misiones 71, piso 2º
(C1083ABA) - CABA
Tel.: (011) 4867-7132 / 7145 / 7138
primerainfancia@politicassociales.gob.ar

SUEÑO SEGURO EN LOS PRIMEROS MESES



5357



Presidencia de la Nación

El momento del sueño en los bebés es muy importante. Forma parte de los cuidados y la atención que brindan los adultos responsables de la crianza: familia, educadores, cuidadores, entre otros.

El sueño seguro contribuye a un adecuado desarrollo físico y emocional y disminuye el riesgo de muerte súbita del lactante.

Además es una oportunidad para establecer una rutina de cuidado y buenas prácticas de crianza: un horario regular, un baño antes de dormir, una canción de cuna o relato breve.

RECOMENDACIONES PARA EL SUEÑO SEGURO

- Acostar al bebé boca arriba y siempre apoyado sobre su espalda. Esto no implica riesgo de ahogamiento.
- Los brazos del bebé deben quedar por arriba de la ropa de cama. Es importante asegurarse de que su cabeza quede descubierta.

EL LUGAR PARA DORMIR

Es aconsejable que el bebé tenga su propia cuna o moisés. No es conveniente que duerma

en huevitos o cochecitos. Dormir con sus padres en la misma cama, o con hermanas o hermanos, es peligroso. Sin darse cuenta lo pueden aplastar corriendo el riesgo de asfixia. Es recomendable, y si es posible, que a partir de los 6 meses de edad duerma en otra habitación.

UNA CUNA APROPIADA

Los barrotes de la cuna deben tener una separación entre sí de no más de 6 cm. El colchón tiene que ser firme y no debe quedar espacio entre éste y la cuna.

No poner almohadas ni objetos en la cuna o moisés (peluches, chichoneras, ropa, cordón del chupete).

LACTANCIA MATERNA

Se recomienda Lactancia Materna Exclusiva hasta los 6 meses de vida ya que es un factor protector: promueve el vínculo con la mamá, contribuye al sueño seguro, aporta nutrientes esenciales, previene enfermedades respiratorias, diarreas, otitis, etc.

Amamantar al bebé cada vez que lo pida.

