

¡Bienvenidos al mundo de la crianza!

Los bebés recién nacidos son encantadores pero también pueden ser agotadores.

¿El bebé llorando otra vez?

Algunas cosas que pueden tener en mente o considerar:

- Recién nacidos duermen solo unas horas cada vez.
- La habilidad de oír, ver, oler y sentir crece cada día en los recién nacidos.
- Los padres/madres pueden ayudar a calmar a los bebés que lloran haciéndolos sentirse cómodos, sin frío – tal como estaban en el vientre de la madre.
- Es posible que los padres/madres algunas veces se ponen de mal humor cuando los bebés lloran, por eso es importante saber como y cuando pedir ayuda.
- Amistades y familiares pueden compartir la delicia y el trabajo de cuidar a los recién nacidos.

Algunas cosas que usted puede hacer:

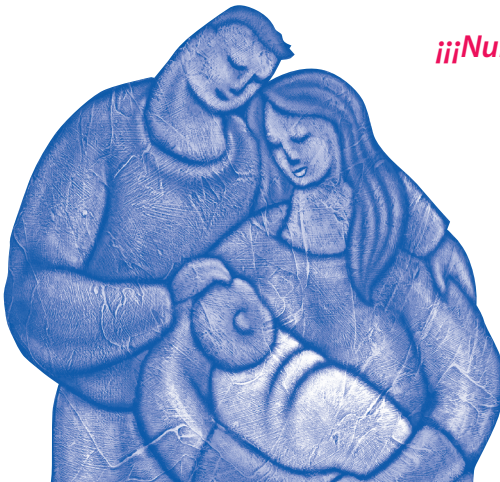
- Coja el bebé y abrácelo, cantele una canción de cuna.
- Asegúrese de que no necesite cambio de pañal, o sea hora de comer o necesite sacarle los gases.
- Averigüe si el bebé esta muy caliente o muy frío.
- Este seguro de que la ropa del bebé le quede holgada y cómoda.
- Abrigue a su bebé con sábana o cubierta.
- Use el sonido de un radio, televisión o abanico para distraer al bebé.
- Puede mecer al bebé cariñosamente.
- Ofrezcale algo para que chupe (el pecho, dedo o chupete).

Si no hay nada malo con su bebé, y el llorar de su bebé lo esta poniendo a usted de mal humor, puede ponerlo en su cuna o camita, boca arriba, ponga el radio y o televisor, y salga del cuarto por unos cinco a diez minutos.

Busque alguien con quien hablar y por favor cálmese.

Luego vuelva donde esta su bebé y asegúrese de que todo este bien.

¡¡¡Nunca le grite, de golpes o sacuda su bebé!!!



American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



Pennsylvania Chapter