

# Ojos, oídos y dientes saludables – Metas

## Metas para los 6 meses



Desde su nacimiento hasta los seis meses de edad, los bebés crecen y cambian rápidamente. Es importante estar atento a cómo se desarrollan la vista, los oídos, dientes y otros sentidos de su bebé.

Mientras más temprano descubra cualquier problema de salud, más fácil será tratarlo.



### ¿Qué puedo esperar de mi bebé para los 6 meses de edad?

#### El bebé puede. . .

#### Los padres pueden. . .

#### Ojos

- Ver de 8 a 10 pulgadas de distancia al nacer
- Enfocar en las caras a las 8 semanas
- Seguir con la vista objetos en movimiento a los 3 meses
- Comenzar a coordinar sus movimientos

- Alternar la alimentación a la derecha y a la izquierda para fortalecer ambos ojos
- Darle al bebé juguetes blancos y negros
- Sonreír, reírse y cantar cerca de la cara del bebé

#### Oídos

- Hacerse una evaluación de audición para recién nacido
- Reconocer las voces de sus padres
- Reaccionar a ruidos fuertes y a los cambios en el tono

- Dar seguimiento a las pruebas si es necesario
- Arrullar, cantar y hablarle al bebé
- Darle al bebé juguetes que producen ruido, como las maracas

#### Dientes

- Comenzar la dentición alrededor de los 4 a 6 meses de edad
- Negarse a comer, resistir el sueño o babearse durante la dentición

- Dele al bebé objetos seguros para que los mastique, como anillos de dentición
- Use un dedo limpio para frotar suavemente las encías de su bebé

### ¿Cuáles son algunas preocupaciones de salud adicionales?

- **Nutrición** - La leche materna o las fórmulas proveerán toda la nutrición que el bebé necesita durante los primeros seis meses de vida. Si está teniendo dificultades para amamantar, hable con su médico o con su grupo local de apoyo. Si no tiene suficiente fórmula, pida ayuda en un lugar donde ofrezcan pañales para padres de bajos recursos (diaper drive) o un banco de alimentos.
- **Exposición al plomo** - Si vive en un edificio viejo, pídale a su médico que le haga al bebé una prueba de sangre para medir el nivel de plomo. Si los niveles de plomo resultan altos, hable con su médico y considere usar solo agua filtrada o agua embotellada para la alimentación del bebé.



### ¿Cuándo debo llevar a mi hijo al médico?

Muchos padres se sienten ansiosos por la salud de su hijo. Aunque la mayoría de los problemas de salud no ponen en riesgo la vida del niño, llame INMEDIATAMENTE a su médico si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre de más de 100.4 °F a los dos meses de edad
- Fiebre de más de 101 °F si es mayor de dos meses de edad
- Usar el estómago para respirar