



INFORMACIÓN
BÁSICA



FOTOPROTECCIÓN



EL SUEÑO



CONSEJOS



EFFECTOS
SECUNDARIOS DE
LAS VACUNAS

INFO SALUD 4 MESES



Junta de Andalucía

Consejería de Salud y Consumo

SERVICIO ANDALUZ DE SALUD

INFO SALUD 4 MESES

1. ALIMENTACIÓN.

- La Organización Mundial de la Salud recomienda la LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA A DEMANDA **hasta los 6 meses**. En el caso de la lactancia artificial, también será a demanda.
- La alimentación complementaria se iniciará a los 6 meses.

3. FOTOPROTECCIÓN.

- No exponer al/la niño/a directamente al sol. Evite las horas centrales del día.
- Cúbralo/a con sombrillas, camiseta, gorro, etc.
- Hasta los seis meses de vida no está recomendado el uso de protectores solares.

4. TABAQUISMO PASIVO.

Evitar la exposición al tabaco (humos, olores...) y derivados (vapers, cachimbas...).

Los/as niños/as son más vulnerables que los/as adultos/as al tabaquismo pasivo porque sus vías respiratorias son más pequeñas, y su sistema inmunológico es más inmaduro. La exposición al tabaco y derivados favorece el desarrollo de enfermedades como asma, infecciones respiratorias, etc.

Este es un buen momento para abandonar el hábito del tabaco en padres/madres fumadores/as. Para ello, puede solicitar ayuda a su médico/a y/o enfermera/o, si lo precisa.

En caso de no querer abandonar el tabaco, evite fumar en presencia de su hijo/a.

5. DESARROLLO/CUIDADOS/PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- Evite el uso de teléfonos móviles, tablets y pantallas hasta los dos años.
- Animar a vuestro/a bebé a alcanzar objetos y manipularlos.
- Cámbiele de postura y póngalo/a boca abajo para favorecer el fortalecimiento del cuello, siempre bajo vigilancia.
- Háblale con lenguaje adecuado y muéstrale afecto.
- Garantice un entorno seguro con sistemas de sujeción adecuados, prevención de caídas. Cuide posibles riesgos en el entorno, el/la bebé está en continua evolución, SEAMOS CAUTOS/AS.
- Tras la vacunación no está recomendada la administración preventiva de antitérmicos ya que puede interferir en la producción de anticuerpos. Vigile la temperatura de su bebé unas horas después de la vacunación, si es superior a 37,5° o el/la bebé presenta irritabilidad puede administrar Paracetamol según dosis recomendada para su peso. Para aliviar los síntomas locales en el lugar de inyección, como induraciones, enrojecimiento, dolor o inflamación, puede aplicarle frío de manera intermitente.

Ante cualquier otra incidencia como llanto intenso y constante o fiebre superior a 39° consulte con su pediatra o el servicio de urgencias.

6. SIGUIENTES VISITAS / VACUNAS.

Pedir cita a los 6 meses de edad para: Seguimiento de Programa de Salud Infantil y Adolescente en consulta de Enfermería de Atención Infante – Juvenil (incluye vacuna).



Suscripción a la Ventana Abierta a la Familia