



**INFORMACIÓN  
BÁSICA**

**INFO SALUD**



**PRIMER MES  
CONSEJOS**



**LACTANCIA  
MATERNA Y  
VACUNAS**

**PRIMER MES**



**CALENDARIO DE  
VACUNACIÓN**



**Junta de Andalucía**

Consejería de Salud y Consumo

SERVICIO ANDALUZ DE SALUD

## INFO SALUD 1 MES

### **1.- ALIMENTACIÓN.**

- Se recomienda la LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA A DEMANDA **hasta los 6 meses**, es decir, cuando el/la bebé lo pida. Tantas veces como lo desee y el tiempo que necesite. La ganancia de peso aproximada 100-200 grs. a la semana.

- Es normal que el/la bebé haga deposiciones tras cada toma. No obstante, tampoco debe preocuparle si la frecuencia no es tan continuada; pueden estar 4-5 días sin deposiciones, siempre y cuando, éstas sean blandas, sin moco ni sangre y que el/la bebé esté tranquilo/a.

- Si no puede o no desea alimentarle con lactancia materna, los biberones se prepararán con 30 ml de agua por cada cacito de polvo de leche adaptada. En primer lugar se deposita el agua al biberón y posteriormente se añade el polvo de leche adaptada.

### **2.- PRUEBA DEL TALÓN (Screening metabólico) Y AUDIOMETRÍA.**

- Compruebe que recibe los resultados en su casa por carta más o menos en el plazo de un mes. Si no es así se puede poner en contacto con **Salud Responde: 955 545060**.

- Las otoemisiones se realizarán en el hospital en los primeros días de vida.

### **3.- PREVENCIÓN MUERTE SÚBITA.**

- El/la recién nacido/a debe dormir boca arriba, sobre un colchón semirrígido y sin objetos dentro de la cuna.

- La lactancia materna, el uso de chupete, evitar el exceso de abrigo, así como no exponer al tabaco y derivados, ayudan a prevenir la muerte súbita. Puede ponerle boca abajo o de lado cuando este despierto/a o bajo vigilancia.

### **4.- CUIDADOS/ PREVENCIÓN DE ACCIDENTES.**

- El baño puede ser diario. Comprobar siempre la temperatura del agua antes de introducir al/la recién nacido/a. Usar jabón no agresivo e hidratación posterior.

- No dejar nunca al/la bebé sólo/a en el cambiador o encima de la cama.

- Si es necesario tomar la temperatura del/la recién nacido/a se hará a través del ano, restando 5 décimas al resultado. Ejemplo: si marca 38°, su temperatura real será 37,5°.

- Usar siempre sistemas de retención homologados adecuados a su edad, peso y altura para los desplazamientos en coche.

### **5.- 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.

Este es un buen momento para abandonar el hábito del tabaco en padres/madres fumadores/as.

La exposición al tabaco y derivados favorece el desarrollo de enfermedades como asma, infecciones respiratorias, etc. En caso de no querer abandonar el tabaco, evite fumar en presencia de su hijo/a.

### **6.- PRÓXIMAS VISITAS - VACUNAS**

**Pedir cita a los 2 meses de edad** para: Vacunas, en consulta de Enfermería de Atención Infante - Juvenil + Visita de Seguimiento del Programa de Salud Infantil y Adolescente con su Pediatra.



Suscripción a la Ventana Abierta a la Familia