



ALIMENTACIÓN

- Realizá 4 comidas diarias. Puede utilizar una cuchara o sus manos, ofrecer pequeños trozos de comida.
- Aconsejamos el consumo de carnes rojas, pollo y pescado. Además de frutas, verduras, cereales y legumbres.
- Recomendamos continuar con suplementos de Hierro y Vitamina D.
- Sugerimos agua o jugo de frutas caseros en vaso con piquito o taza. No aconsejamos el consumo de gaseosas y jugos industrializados.
- La lactancia materna debe continuar. Recomendamos espaciar las tomas (promedio 3 veces al día). O leche maternizada. No necesitan mamar de noche.



SUEÑO

- A esta edad deberían dormir solos en su cuna. Sin almohada, con su juguete de transición (muñeco, trapito, etc).
- Aconsejamos seguir una rutina diaria (paseos, juegos, horarios de comida) y especialmente al acercarse la noche (baño, cena y juego tranquilo antes de acostarse).



HIGIENE BUCAL

- Recordá cepillar sus dientes 2 veces por día.



CONDUCTA

- Suelen desplazarse gateando e inician la marcha tomándose de objetos o de las manos del cuidador.
- Empieza la etapa de exploración. Todo es nuevo e interesante **!No reconocen el peligro!**
- Se comunican y expresan sus deseos con sonidos y gestos.
- Responde al No.
- Pueden asustarse ante la presencia de extraños.



JUEGO

- Recomendamos jugar a diario con ellos, sin la presencia de otros estímulos (celular, televisión, computadora).

- Permitiles explorar, evitando que jueguen con cosas pequeñas que puedan aspirar.
- Pueden experimentar con distintos sonidos, cantar juntos y estimular el hábito de lectura.



PREVENCIÓN

- Necesitan supervisión constante.
- Alejalos de escaleras, balcones y piletas.
- Supervisión al manipular líquidos calientes.
- No permitas que se acerquen a estufas y hornos.
- Protegelos de enchufes y cables.
- Evitá dejarlos en superficies altas (cama de los padres, cambiador) o sin cinturón (sillita de comer, cochecito)
- No aconsejamos el uso de andadores.
- En el auto deben viajar en su sillita mirando hacia atrás hasta el año o los 10 kg de peso.



VACUNAS

Ofrecemos atención médica para niños desde el nacimiento hasta los 21 años de edad. Nos centramos en la familia, con el objetivo de apoyar la promoción de la salud y la prevención de enfermedades de la infancia y adolescencia.

ESPECIALIDADES

Médicos Pediatras
Neurología Pediátrica
Cirugía Pediátrica
Crianza y Lactancia
Neumonología Pediátrica



GRUPO PEDIÁTRICO
BELGRANOR



PARA MÁS
INFORMACIÓN VISITÁ:

WWW.PEDIATRIABELGRANOR.COM



GUIAS DE SEGUIMIENTO

NIÑOS DE 10-12 MESES



URGENCIAS
4786 2870



TURNOS
4786 8832



Lun a vie
10 A 19 hs

Sabádo
9 A 12:30 hs

