



El Primer Año del Bebé

M E S

5-6

Los cambios que ocurren en el bebé

¡La bebita tiene mucha energía! Pareciera que está todo el día moviéndose cuando no duerme. Muchos niños de 5 meses pueden moverse arrastrándose o volteándose.

La bebé ya puede diferenciar al papá y la mamá de las personas extrañas y llora si uno de ustedes la deja sola.

Pronto la bebé mostrará señales de temor hacia algunas personas que no conoce bien. Acostúmbrela lentamente a las personas nuevas. Tendrá menos temor si usted está presente.

Ahora tal vez le gusta a la bebé jugar con juguetes que hacen ruido. Toque el timbre, haga sonar una campana o apriete un juguete con ruido y obsérvela cómo trata de buscar el origen del sonido. Después deje que ella produzca el sonido. Diga palabras diferentes. ¿Trata de imitar sus sonidos?

La niña ya ha descubierto sus pies y le encanta chuparse los dedos. Está cada vez más fuerte y ya empieza a empujar con sus manos y rodillas. Para seguridad, quite los juguetes colgados a lo largo de la cuna.

Haga algo por usted...

A algunos padres les gusta reunirse en forma regular con otros padres y sus bebés. Una vez a la semana, dos o tres papás o mamás y sus bebitos se reúnen por una o más horas.

A los bebés les gusta jugar en grupo. ¡Será mucho más divertido para los padres también! De este modo es posible observar cómo los bebitos crecen juntos y lo que aprenden entre ellos.

También, podrán contar con la ayuda de los otros padres en caso de emergencia. Todos los padres y madres pasan por días cuando el bebé sencillamente los vuelve locos. Es positivo tener una amiga a quién llamar por una o dos horas si usted tiene que hacer un mandado o si simplemente necesita estar unos momentos sola.

Nadie puede criar bien a su bebé sin la ayuda de otra persona. ¿Conoce usted a alguien en su vecindario que le interese platicar sobre bebés?



Guía infantil Disciplina y seguridad

El bebé ya comienza a entrometarse en las cosas y es posible que tome algo que usted no quiere que tome. Como todo lo que toma se va a su boca, ya llegó el momento de pensar en la seguridad.

Una forma de guiar a su hijo — y de simplificar su vida — es dedicarse ahora a **poner su casa a prueba del bebé** (vea página 5).

El bebé necesita y quiere explorar. Por eso, es importante poner a prueba del bebé la casa en vez de andar detrás de él diciendo “NO” a todo lo que hace.

Otra forma de guiar a su hijo es **distrayendo su atención**. Esto significa alejándolo de los peligros — por ejemplo, del cable de una lámpara — hacia un lugar seguro.

También usted puede **sustituir** — interesar al bebé en un juguete con el que pueda jugar y después suavemente retirar el objeto que usted no quiere que él tome. Por ejemplo, deje un cajón especial en la cocina para que el bebé pueda desocupar.

No dé palmadas en las manos del bebé ni tampoco le grite. El bebé todavía no puede controlar su comportamiento. Si usted le pega, aprenderá que está bien dar golpes. Es su responsabilidad alejarlo de los peligros, no castigarlo por meterse en líos. Trate los tres métodos descritos antes.

El bebé comienza a moverse

El primer año del bebé está lleno de acontecimientos importantes – la primera sonrisa, el primer diente, la primera vez que se sienta solo. El mes pasado comentamos que el proceso para aprender a hablar tiene muchos pasos. Con el desarrollo físico sucede algo similar.

Entre acontecimientos tales como sentarse, arrastrarse, pararse y caminar hay otros acontecimientos más pequeños. El control del bebé comienza con su cabeza y sigue hacia abajo hasta llegar a los pies. La bebita aprende a controlar primero su tronco, después sus manos y pies.

Algunos bebés se sientan primero que otros. Pero todos los bebés sostienen primero su cabeza y cuello, después aprenden a usar sus brazos y manos y finalmente su cuerpo, piernas y pies.

Si usted cree que el desarrollo de su bebé es más lento que el de otros, recuerde que ella debe seguir los pasos en orden y de acuerdo a su propio ritmo. Por ejemplo, algunos bebés están preocupados de aprender su lenguaje o de practicar la forma de sentarse o gatear.

Un desarrollo físico rápido no es una indicación de que su hija está avanzando en otras áreas. Y un desarrollo físico lento tampoco significa que se esté desarrollando en forma lenta en otros aspectos. Si el desarrollo de la bebita es lento en más de un aspecto, comuníquesele a su médico.

Su bebé quiere que usted sepa:

Cómo crezco:

- ♥ Puedo mecer, rodar y girar mi cuerpo.
- ♥ Doy golpes con mis pies y me chupo los dedos de los pies.
- ♥ Puedo pararme si tú me apoyas por debajo de los brazos. Salto y golpeo con mis pies.
- ♥ Tengo bastante buena puntería cuando agarro algo.
- ♥ Puedo voltearme.

Cómo hablo:

- ♥ Miro tu boca y trato de imitarte cuando tú me platicas.
- ♥ Emito sonidos como iii, aaa, ooo, papa, tata, mama.
- ♥ Balbuceo solo, le platico a mis juguetes y a la gente – ¡y así llamo la atención!

Cómo respondo:

- ♥ A veces lloro cuando veo gente extraña.
- ♥ Sonrío a las caras y voces que conozco.
- ♥ Miro alrededor cuando escucho sonidos.
- ♥ Hago sonidos para interrumpir tu conversación pues quiero tu atención.
- ♥ Quiero tocar, tomar, dar vueltas, probar y remecer todo.
- ♥ Pongo toda mi energía en todo lo que hago.

Todos los niños son muy diferentes. No se preocupe si su hija es de crecimiento “precoz” o “tardío”. **Lo importante es advertir que su hijo crezca y se desarrolle en todos los aspectos. Así, usted podrá estimular cada habilidad nueva que demuestre el niño.**

Cómo entiendo:

- ♥ Reconozco mi nombre.
- ♥ Puedo diferenciarme de otras personas en el espejo.
- ♥ Recuerdo lo que acabo de hacer.

Cómo me siento:

- ♥ Usualmente me agarro de ti cuando me tomas en brazos.
- ♥ Dejo de llorar cuando me platicas.
- ♥ Muestro mi temor, enojo y disgusto.

Cómo me puedes enseñar:

- ♥ Dime en frases completas lo que estás haciendo.
- ♥ Mírame de frente para poder ver tus labios cuando hablas. Después yo trataré de imitarte.
- ♥ Juega conmigo a esconder algo.
- ♥ Déjame escuchar radio por ratitos cortos. Déjame también momentos de tranquilidad.



¿Cómo es su bebé?

Ahora que ya usted conoce a su bebé desde hace algunos meses, probablemente ha notado que ella tiene su propia personalidad. Las investigaciones sobre personalidad infantil — o **temperamento** — indican las siguientes diferencias entre bebés:

Ritmo: Algunos bebés comen, duermen, orinan y defecan más o menos a la misma hora del día. Otros nunca hacen lo mismo de un día para el otro.

Acercamiento o retiro: Algunos bebés son desconfiados de las cosas nuevas, mientras que otros las buscan.

Adaptabilidad: Algunos bebés no aceptarán su biberón de fórmula si no está a la temperatura correcta. Y otros bebés sólo pueden dormir en sus propias cunas. Otros se encuentran bien en cualquier lugar y con cualquier persona.

Intensidad de las reacciones: Algunos bebés gimotean quietamente si tienen frío o hambre. Otros gritan al momento en que no se sienten bien.

Punto de respuesta: Algunos bebés notan hasta el más pequeño cambio en el ambiente que los rodea. Otros

pueden dormir durante una tormenta de truenos.

Todos estos factores contribuyen a formar el temperamento de su bebé y algunos son más fáciles de tolerar que otros.

Un bebé **fácil** es un tanto activo y fácil de predecir. Se adapta fácilmente a los cambios y es usualmente feliz.

Un bebé que **no se entusiasma muy rápido** se aleja un poco de las cosas nuevas y se adapta lentamente a los cambios.

Un bebé **difícil** es imposible de predecir. Rechaza las situaciones nuevas, se adapta lentamente a los cambios y tiene reacciones fuertes.

Si su bebé es difícil, recuerde estas tres cosas:

1. El bebé no es difícil a propósito y no es un bebé malo. Seguramente crecerá y será tan inteligente y cariñoso como los otros niños.
2. El bebé nació con ese estilo de adaptación y probablemente cambiará a medida que crece.
3. Un niño difícil necesita padres más cariñosos y pacientes que lo aceptarán y ayudarán en su aprendizaje.

Un niño difícil necesita que las cosas nuevas se las presenten de manera lenta para acostumbrarse a ellas. Preste atención a la respuesta del bebé y modifique sus planes de acuerdo a su temperamento. Con el tiempo, usted descubrirá qué tipo y cuánta estimulación necesita el bebé. La dificultad en adaptarse a ciertas cosas a esta edad le puede servir para resolver problemas cuando sea mayor.

Bebés prematuros



Un **bebé prematuro** es uno que ha nacido antes del plazo normal. Si su bebé fue prematuro, los patrones de edad serán un poco diferentes.

Por eso, no se preocupe si su bebé todavía no reacciona de la misma manera como se indica en estas páginas. El ejemplar de este boletín es para bebés que ya han cumplido cinco o seis meses de edad — y no se refiere a la fecha real de nacimiento. Guarde este ejemplar por uno o más meses hasta que sea adecuado para su bebé.

Actividad: Cómo ayudar a agilizar la memoria del bebé

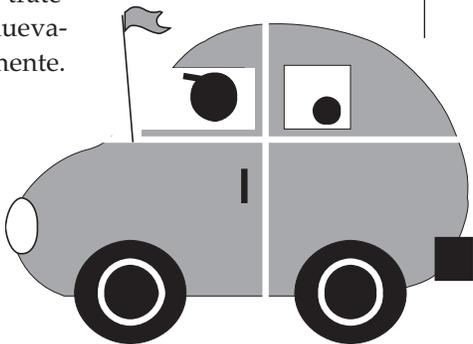
A medida que el bebé cumple cinco o seis meses, observe cómo reacciona cuando las cosas desaparecen de su vista. ¿Se inclina el bebé para buscar cosas que ha lanzado al suelo? ¿Deja el bebé de lado un juguete y lo busca un rato más tarde?

Estas son señales de que la memoria del bebé se está desarrollando. Cuando era más pequeño, las cosas estaban “fuera de su vista, fuera de su memoria”. Ahora está aprendiendo que las cosas existen aún cuando están fuera de su vista.

Diviértase con el bebé mientras se agiliza la memoria:

- ♥ Muestre al bebé un juguete y cúbralo con un paño o taza — lentamente al comienzo. ¿Trata el bebé de sacar la cubierta? ¿Qué sucede si usted cubre sólo una parte del juguete? Intente lo mismo con diferentes juguetes y diferentes cubiertas.
- ♥ Juegue a las escondidas para que el bebé aprenda que usted vuelve cuando se va. Cubra la cara suya y después cubra la cara del bebé.

Si el bebé no quiere jugar estos juegos ahora, espere unas semanas y trate nuevamente.



Prevenga el envenenamiento con plomo.

La pintura antigua generalmente tenía plomo y una pequeña cantidad puede envenenar a un bebé. Si su casa fue construida antes de 1980, probablemente usted tiene este problema. El plomo reduce la memoria, la inteligencia, la concentración y la audición. El daño causado al sistema nervioso en desarrollo del bebé no puede curarse — sólo puede prevenirse.

El problema de la pintura con plomo es aparente cuando la pintura se descascara o se vuelve polvo. Se transforma en polvo con el roce al mover las puertas o ventanas, cuando la gente camina sobre pisos pintados, durante la remodelación o cuando se desgasta la pintura del exterior.

Cuando el bebé comienza a gatear por el suelo y después se lleva las manos a la boca, es posible que coma polvo que contiene plomo. Cuando le están saliendo los dientes, ella se sentirá bien mordiendo el marco de la ventana. Es posible que le guste el sabor ya que el plomo tiene sabor dulce.

Se puede reducir el nivel de polvo lavando los pisos y paredes todos los meses con limpiadores especiales para pintura de plomo. Pregunte en las ferreterías y lea la advertencia en la etiqueta.

También, se puede cubrir la superficie que tiene pintura con plomo poniendo encima una nueva capa de pintura. Pero para evitar el peligro en su casa, será necesario remover todo el plomo. Esto es difícil y riesgoso. **No use una lijadora eléctrica** ni fuego. Cuando se remueve la pintura vieja es fácil respirar el polvo, de modo que mantenga limpia el área donde está trabajando y aleje a los niños del lugar. Si usa una aspiradora regular, todo lo que conseguirá será revolver el polvo. Es necesario arrendar una aspiradora HEPA (filtro de partículas de alta eficacia).

Llame al departamento de salud local y le darán consejos y ayuda (aparece en el directorio de teléfonos bajo gobierno de la ciudad, condado o tribu). Para obtener una lista de los laboratorios que analizan las lascas de pintura y polvo para detectar plomo, llame al: **(800) 424-LEAD**.

Si su bebé visita a menudo un hogar o lugar construido antes de 1980, averigüe con su médico o especialista materno-infantil de la clínica o tribu cómo hacerle un examen de sangre para detectar plomo.

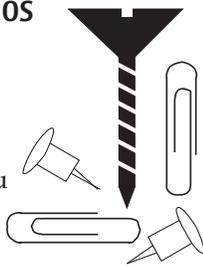
Cómo poner su casa a prueba del bebé

Su responsabilidad como padre (madre) del bebé es asegurar que viva en un lugar seguro donde pueda aprender y crecer. Al asegurar su casa para que el bebé no corra peligros, usted lo protege contra riesgos imprevistos — y también protege contra daño a sus objetos valiosos.

Comience poniéndose de rodillas con sus manos en el suelo y mirando alrededor de su casa desde la altura del bebé. Observe lo siguiente:

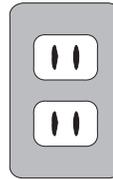
Objetos pequeños y filudos

- ♥ Todo lo que toma el bebé se lo lleva a su boca. No deje en el suelo ni sobre las mesas palomitas de maíz, cigarrillos, motas de polvo, monedas, sujetadores de papel, grapas, pelotas pequeñas — y cualquier objeto que mida menos de 1-1/2 pulgadas y que usted no quiere que se lo coma el bebé.
- ♥ Si las perillas del televisor o estéreo son pequeñas y se salen, compre unas más grandes en la tienda electrónica.
- ♥ Ponga fuera del alcance del bebé todos los cordeles de las persianas y cortinas y no ponga la cuna cerca de ventanas con cortinas o persianas con cordeles — el bebé se puede estrangular accidentalmente.

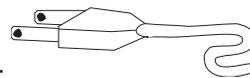


Artículos eléctricos

Cubra todos los enchufes eléctricos que no se usan con tapones plásticos que se compran en las ferreterías. Coloque los abanicos y ventiladores en un lugar alto.



En la cocina no deje los cables eléctricos colgando. Ponga los mangos de las ollas hacia atrás de la estufa.



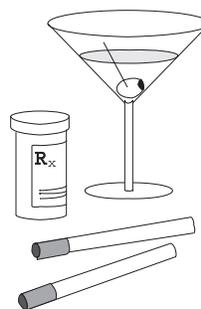
Bolsas plásticas y globos

Las bolsas plásticas que cubren la ropa de la tintorería o lavandería son muy peligrosas. El bebé puede poner cualquier tipo de bolsa sobre su boca y nariz y asfixiarse. Los globos pueden asfixiar al bebé. Tire inmediatamente a la basura los globos reventados.

Venenos

Si es posible, ponga en un lugar alto todos los productos de limpieza. Ponga trabas y candados a prueba de niños en los estantes donde guarda productos químicos. A los niños les gusta beber todo lo que encuentran sólo para probar aún cuando tengan mal sabor. Algunas plantas domésticas son venenosas.

Si tiene una fiesta en su casa, tire todo el licor y bebidas alcohólicas en el lavamanos. Una pequeña cantidad de



alcohol es suficiente para envenenar a un niño. Los cigarrillos son también venenosos si un niño los come. Los botiquines y estantes con medicamentos deben mantenerse con llave. No tome nunca sus medicamentos en presencia de un niño.

Nunca le diga a un niño que el medicamento es “dulce”. En grandes cantidades, aún las vitaminas y píldoras de fierro pueden causar la muerte de un niño. Mantenga el número de teléfono del Centro para Control de Venenos a mano, cerca del teléfono.

Escaleras

Instale puertas de seguridad en la parte de arriba y abajo de las escaleras. Siempre ponga seguro a las puertas cuando el bebé está cerca de ese lugar.

Objetos valiosos

Esconda sus objetos valiosos por un tiempo, póngalos en estantes altos. Es más fácil cambiar el arreglo de su casa que cambiar el comportamiento del bebé y así evita decirle todo el tiempo al bebé “No toques eso”.

Agua

Mantenga las tapas de los inodoros cerradas y no deje baldes con agua descuidados cuando esté haciendo limpieza o lavando el automóvil.

Cómo comenzar a usar la taza

Muchos bebés de cinco meses ya están aprendiendo a tomar líquidos de una taza, aunque a veces todavía necesitan tomar del biberón.

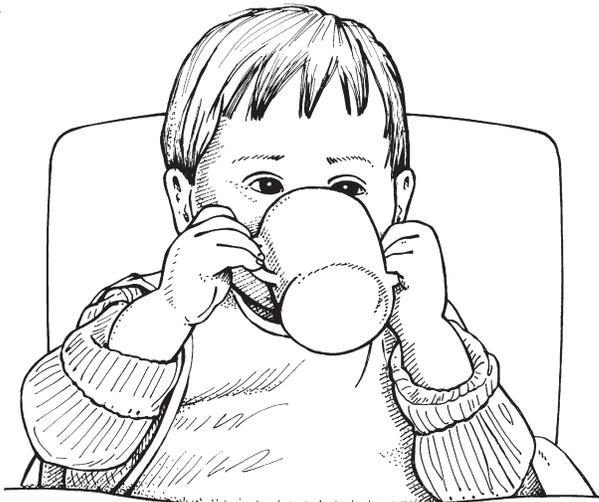
Compre una taza irrompible con asas u orejas para que la agarre el bebé. Una taza pequeña es mejor. Algunas familias opinan que una taza para bebé con tapa y con boquilla es una buena solución.

Practique de la siguiente manera:

1. Dele la taza vacía para que la tome y la mire.
2. Deje que el bebé la mire a usted o a sus hermanos cuando bebe de una taza.
3. Ponga una cucharada de agua o jugo en la taza y ayúdele al bebé a llevarla a sus labios para beber.

Después de practicar un tiempo, ponga más líquido en la taza y deje que el bebé la agarre. ¡No se preocupe si el líquido se derrama!

Si la niña rechaza la taza, no la obligue. Ya tendrá muchas oportunidades para practicar en el futuro.



Alimentos nuevos para el bebé

La leche materna o la fórmula enriquecida en hierro es todavía el alimento principal del bebé. Pero ahora ya se puede comenzar a agregar a la dieta del bebé algunos alimentos semi sólidos. Es común comenzar dándole una mezcla clara de cereal de arroz para bebés con leche materna o fórmula. Averigüe con su médico o clínica.

Dele un alimento nuevo por tres o cuatros días seguidos antes de comenzar con otro.

De este modo, usted sabrá si alguno de esos alimentos le produce salpullido, diarrea o dolor de barriga al bebito. Si el bebé tiene alguna reacción diferente con un alimento nuevo, consulte al médico. Sin embargo, no se preocupe si el excremento del bebé cambia de color con cada comida nueva.

Use una cuchara pequeña. Es probable que el bebé no acepte inmediatamente la cuchara, por eso al comienzo dele sólo unas pocas cucharadas de cereal. Después de unos pocos minutos continúe con la leche materna o la fórmula usual.

Después de que el bebé se acostumbre a comer su cereal, agregue otros alimentos nuevos a su dieta.

Trate de darle una o dos cucharadas de puré de vegetales. Para comenzar, es bueno darle calabaza o puré de camotes. Unos días después, trate otro vegetal verde, como por ejemplo, chícharos o habichuelas. Si usted desea puede comprar alimento infantil en el supermercado o preparar su propio alimento moliendo vegetales cocidos con un tenedor, con un molador de alimento infantil o con una licuadora. **Recuerde:** Evite la miel ya que es peligrosa para los bebés.

No agregue sal ni condimentos a los alimentos del bebé. Asegure que sus manos, platos y equipo de cocina y superficies para cocinar estén limpios cada vez que usted prepara la comida del bebé.

Si usa alimento infantil comercial asegure que la superficie de la tapa de cada frasco de alimento está hundida como señal de sellado. Al abrir el frasco debe tener un sonido "pop" indicando que el frasco no se ha abierto antes. Si usted cree que el frasco no está sellado, no lo use y devuélvalo a la tienda. No le de la comida al bebé directamente desde el frasco – ponga una cantidad pequeña en un plato. No use la comida que quede en el plato. Refrigere el resto de la comida del frasco y úselo en uno o dos días.

Preguntas Y Respuestas

¿Qué puedo hacer si la niñera o personal de la guardería no está de acuerdo conmigo?

A menudo los padres deben hacer concesiones entre una guardería o niñera "ideal" y las opciones reales que hay disponibles. Algunas concesiones tales como costo o lejanía, son simples de aceptar.

Pero si usted tiene una preocupación real respecto a la niñera del bebé, o si hay algo específico que usted quisiera que se hiciese en forma diferente en la guardería, entonces, es necesario que usted platique con la niñera o con el personal de la guardería. Si la guardería es buena, ellos aceptarán sus sugerencias con agrado, sabiendo que ustedes son colaboradores y necesitan cooperar.

Advertencia: La miel es dañina para los bebés.

Los bebés menores de un año de edad no deben comer miel. La miel tiene esporas que causan una enfermedad llamada "botulismo infantil". Los niños mayores han desarrollado mejor su sistema intestinal de modo que la miel es segura para ellos.



Tenga cuidado y NO haga observaciones tales como:

♥ **"Usted no debe hacer eso con mis hijos".**

Esa crítica puede ofender a la niñera y producir una discusión. Además, generalmente hay más de una manera de hacer las cosas.

De lo contrario, diga algo como:

♥ **"En nuestra familia nos gusta hacer las cosas de esta manera".**

De esta forma, usted deja en claro que en otras familias las cosas se pueden hacer diferente a lo que hace usted. Una buena niñera o guardería le escuchará y comprenderá lo que es importante para usted.

Trate de ser flexible. Trate de conocer personalmente a la niñera. Es conveniente que los padres y las niñeras sepan resolver los problemas juntos. Pero a veces sus ideas de cómo criar a un niño serán muy diferentes. En ese caso, será necesario que busque otra guardería o niñera.

¿Cuáles son las quejas comunes de las niñeras?

- ♥ Padres que nunca recogen a sus hijos a tiempo.
- ♥ Padres que siempre se atrasan en pagar sus cuentas por el cuidado infantil.

Reconocimientos

Autores: David Riley, profesor de Estudios de Niños y la Familia, Escuela de Ecología Humana, Universidad de Wisconsin, Madison, y UW-Extensión, y Dorian Schatell, escritor técnico, Madison. Le damos las gracias a Linda Boelter, profesora y agente de manejo de recursos para la familia, UW-Extensión del Condado de Oneida, y Joan LeFebvre, agente de vida familiar, UW-Extensión de los condados de Florence, Forest y Vilas por la inspiración aportada a El Primer Año del Bebé. Producido por Publicaciones de Extensión Cooperativa de UW-Extensión: Rhonda Lee, redactora. Ilustraciones de Nancy Lynch. Traducido por Olga Tediás-Montero.

Comité Asesor: Marguerite Barratt, directora, Instituto del Niño, Juventud y la Familia, Universidad Estatal de Michigan; Stan Englander, pediatra, Grupo Médico All-Saints-Kurten, Racine, Wisconsin; David Espinoza, director, Centro de Cuidado Infantil La Causa, Milwaukee, Wisconsin; Mary Gothard, educadora de salud pública, Oficina de Salud Pública, Salud Madre e Hijo, Departamento de Salud y Asuntos de la Familia de Wisconsin; Carmen Jackson, productora de programas radiales y coordinadora de programas étnicos, Wisconsin Public Radio; Judith Myers-Walls, especialista en desarrollo humano, Universidad de Purdue Extensión; Susan Nitzke, profesora, Ciencias de la Nutrición, UW-Madison y UW-Extensión; Mary Roach, psicóloga infantil, UW-Madison; Nadine Schwab, directora ejecutiva, Fondo Fiduciario para Niños de Wisconsin, Madison, Wisconsin y Ana Toral-Azuela, educadora de padres, "Family Enhancement" de Madison.

Emitido como promoción del trabajo de Extensión Cooperativa, Leyes del Congreso del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura y Servicios de Extensión Cooperativa Centro-Norte. Los programas y actividades de los Servicios de Extensión Cooperativa están disponibles a todos los posibles clientes sin tomar en cuenta su raza, color, origen nacional, edad, género, religión o incapacidades.

Publicación NCR No. 321S, 2001.

© 2001 de la Junta de Regentes del Sistema de la Universidad de Wisconsin que funciona como la división de Extensión Cooperativa de la Universidad de Wisconsin-Extensión.

Cooperative Extension Publications
Teléfono: (877) 947-7827
Internet: cecommerce.uwex.edu



En cooperación con el Proyecto de Materiales Educativos NCR. Emitido como promoción del trabajo de Extensión Cooperativa, Leyes del Congreso del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura y Servicios de Extensión Cooperativa de Illinois, Indiana, Iowa, Kansas, Michigan, Minnesota, Missouri, Nebraska, Dakota del Norte, Ohio, Dakota del Sur y Wisconsin (estado a cargo de la publicación).

Las publicaciones de Extensión regional Centro Norte están sujetas a revisión de pares y son preparadas como parte de las actividades de las 13 universidades de los 12 estados de Centro-Norte, en cooperación con el Servicio de Investigación, Educación y Extensión Cooperativa del Estado, Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Washington, D.C. Los programas y actividades del Servicio de Extensión Cooperativa están disponibles a todos los clientes interesados, sin tomar en cuenta su raza, color, origen nacional, edad, género, religión o incapacidades.

El Primer Año del Bebé NCR 321S es una serie de 12 boletines también disponibles en inglés, *Parenting the First Year* NCR 321. Para obtener copias de estas u otras publicaciones NCR, comuníquese con la oficina de extensión de su condado o área. Si en su estado no tienen copias, o si usted necesita este material en un formato alternativo, comuníquese con el estado a cargo de la publicación (los operadores sólo hablan inglés):

Cooperative Extension Publications
Teléfono gratis: (877) 947-7827 (877-WIS-PUBS)
Internet: cecommerce.uwex.edu

^{UW}Extension

NCR 321S El Primer Año del Bebé
Mes 5-6 (2001)

RP-08-2004 (R3/01)