



El Primer Año del Bebé

M E S

12

Los cambios que ocurren en el bebé

El bebé probablemente practica su caminata por largo rato. Tal vez quiera aferrarse cada vez más a usted. Trate de darle toda la atención que ella necesite. Esto le ayudará a ser cada vez más independiente.

Su deseo de caminar es tan grande que a veces hasta interfiere con sus horas de comida y de ir a dormir. Posiblemente el niño tiene dificultad para descansar y dormir. A veces se agita o salta en la cuna. Si la cuna se mueve sáquele las ruedas. Un masaje en la espalda o meciéndola en una mecedora tranquiliza a la niña y le ayuda a quedarse dormida.

¿Ha notado que a la niña le gusta hacer mandados para usted como por ejemplo llevarle cosas? Ella entiende más de lo que es capaz de expresar.

Es posible que la pequeñita ya diga algunas palabras – pero esas palabras quieren decir muchas cosas. Esto puede ser bastante confuso para usted. Cuando el bebé dice “Mamá”, quiere decir: “¿Dónde está la mamá?” o “¿Quiero a mi mamá?” o “¿Juega conmigo mamá?”

¿Qué le espera en el futuro?

Hacia finales de su primer año de vida el bebé ya ha establecido su propia personalidad. El bebé es parte integral de su familia. ¡Es difícil imaginarse cómo era la vida antes sin él! En los meses que siguen, espere los siguientes cambios del bebé:

- ♥ Dormirá más o menos 12 horas en la noche y despertará muy temprano.
- ♥ Algunos días necesitará dormir una siesta más larga que otros días.
- ♥ Querrá atención cuando despierta.
- ♥ Su apetito variará, especialmente cuando le están saliendo los dientes. Después de los 12 meses, el crecimiento de los niños es más lento y comen menos.
- ♥ Tendrá una “explosión” de su lenguaje. Es posible que un niño de 12 meses diga dos o tres palabras. Un niño de dos años dirá 200 a 300 palabras.
- ♥ Explorará y jugará con sus genitales. Esta es una curiosidad normal.
- ♥ Empezará a sentirse independiente sin saber realmente lo que quiere. Usted escuchará todo el tiempo decir “NO” y “Yo lo hago”.

Recuerdos

¡El bebé y la familia han tenido muchas experiencias!

Al nacer, probablemente el bebé pesaba entre 5 y 9 libras. Ahora ya ha triplicado su peso.

Al nacer, el bebé comía varias veces durante el día y la noche. Ahora come a la hora regular de la familia, incluyendo una variedad de alimentos sólidos. ¡Puede comer solito!

Al nacer, el bebé apenas podía levantar del colchón su pesada cabeza. Ahora se puede sentar, parar, agachar y dar unos pasos.

Al nacer, el bebé no podía alcanzar los objetos que veía. Ahora puede tomar objetos pequeños con sus dedos índice y pulgar, cambiar cosas de una mano a la otra y poner un objeto dentro de otro.

Al nacer, el bebé se comunicaba solamente con llanto. Ahora, sonrío, ríe, frunce el ceño. Al bebé le gusta mostrar su enojo, temor, alegría, curiosidad y amor y también es posible que diga unas pocas palabras.



Su bebé quiere que usted sepa:

Cómo crezco:

- ♥ Posiblemente ya camino, pero prefiero gatear – ¡es más rápido!
- ♥ También trato de hacer otras cosas mientras camino, saludarte con mis manos o tomar mi cobija favorita.
- ♥ Me puedo parar desde una posición agachada.
- ♥ Si tengo oportunidad, trepo y bajo las escaleras.
- ♥ Es posible que también pueda trepar y salir de la cuna o corral.
- ♥ Con mis manos puedo sacar las tapas de los frascos.
- ♥ Tomo cosas con una mano mientras hago algo diferente con la otra.
- ♥ Uso mi dedo índice para señalar algo.
- ♥ Trato de vestirme y desvestirme solo, pero todavía no lo hago muy bien.
- ♥ Insisto en querer comer solo.

Cómo hablo:

- ♥ Repito las pocas palabras que sé – es una buena práctica.
- ♥ Balbuceo frases que parecen conversaciones cortas.
- ♥ Invento mis propias palabras para describir objetos o gente.

Cómo respondo:

- ♥ Confío en la gente que conozco bien.
- ♥ Imito a la gente, aún cuando no están conmigo.
- ♥ Todavía tengo miedo de los desconocidos y lugares extraños.
- ♥ Tengo muy claro lo que me gusta y lo que no me gusta.

Cómo entiendo:

- ♥ Recuerdo más porque mi memoria es más aguda.
- ♥ Busco un juguete y me acuerdo dónde lo vi la última vez.
- ♥ Puedo resolver un problema experimentando diferentes cosas.
- ♥ Puedo seguir instrucciones simples y entiendo muchas cosas que tú me dices.
- ♥ Sé quiénes son mis personas y juguetes favoritos.

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 me siento:

- ♥ Estoy empezando a tener sentido del humor y pienso que algunas cosas son divertidas.
- ♥ Todavía no me gusta estar lejos de ti. Me tranquilizo cuando vuelves.
- ♥ Me siento seguro y feliz comiendo con mi familia.
- ♥ Siento amor y afecto y lo demuestro a mis personas y objetos favoritos.

Cómo me puedes enseñar:

- ♥ ¡Baila conmigo! Me encanta escuchar música.
- ♥ Busca o construye juguetes que yo pueda poner uno dentro del otro.
- ♥ Léeme historias.
- ♥ Dame órdenes simples que yo pueda seguir. Me gusta hacer mandados.
- ♥ Dame muchos abrazos y besos.

Cuándo es el momento adecuado de enseñar a usar el inodoro

Ya ha completado un año usando pañales. ¿Estará listo pronto el bebé para usar el inodoro? Probablemente no todavía.

Los estudios han demostrado que un niño promedio no está totalmente capacitado para usar el inodoro hasta los 2 y medio o 3 años de edad. Algunos tardan más. El control en la noche no se produce hasta los 3 ó 4 años edad. El niño mismo debe sentirse listo antes de que usted comience a entrenarlo para usar el inodoro.

Aprender a usar el inodoro es una tarea complicada.

El niño debe:

- ♥ Entender lo que usted quiere que él haga.
- ♥ Sentir **la necesidad** de orinar o defecar antes de realmente hacerlo.
- ♥ Ser capaz de decirle con palabras que necesita usar el inodoro.
- ♥ Saber ir al inodoro.
- ♥ Sacarse la ropa, desabrochar cierres y broches.
- ♥ Saber sentarse en el inodoro.
- ♥ Relajarse y dejar que salga la orina y los excrementos.

Si usted trata de comenzar el entrenamiento muy pronto, el niño se sentirá mal porque no puede hacer lo que usted quiere que él haga. Usted se frustrará cuando las cosas no resultan bien.

A veces, un niño usa la bacinica una o dos veces por casualidad. Entonces, los padres creen que si no lo hace nuevamente el niño es desobediente.

Se pueden evitar muchos problemas esperando hasta que su hijo esté listo — probablemente después de cumplir dos años de edad. A esa edad querrá estar seco “como un niño grande” y el entrenamiento para el inodoro será mucho más fácil para ambos.

Los diferentes sexos

Los padres tratan a veces a los niños en forma diferente que a las niñas. Los padres les dan a sus hijos camiones y muñecas a las niñas.

Algunos padres se enojan si un niño toma una muñeca para jugar con ella, ya que piensan que las muñecas son juguetes de niñas. Lo mismo ocurre si una niña juega con un camión o un carro.

Aunque su hijo todavía es un bebé, piense qué idea tiene usted respecto a lo que debe hacer cada sexo. Ahora es un buen momento para preocuparse del mensaje que usted le quiere transmitir a su hijo respecto a “cuál es la diferencia que existe entre los niñitos y las niñitas”.

Estas son algunas preguntas que le pueden aclarar sus dudas:

- ♥ ¿Tengo que contenerme para no abrazar a mi hijo porque él es un varoncito?
 - ♥ ¿Debo esperar que mi hija mujer actúe con menos brusquedad y energía que mi hijo varón?
 - ♥ ¿Para qué tipo de rol en su vida adulta debo preparar a mi hijo? ¿Debo esperar que mi hija compita en su trabajo? ¿Debo esperar que mi hijo cuide y atienda a sus propios hijos?



El aprendizaje comienza en la infancia.

Cuando los niños comienzan la escuela, algunos saben mucho más que otros. Sus familias se han preocupado de enseñarles.

Lo que usted puede hacer para que su bebé aprenda:

- ♥ **Libertad en el suelo** — Cuando todavía eran bebés, los niños más avisados y despiertos tenían permiso para explorar. No los mantenían en sus cunas o sillas altas ni tampoco columpiándolos todo el día.
- ♥ **Lenguaje** — Los niños que son más despiertos tienen padres que se comunican con ellos. Sus padres les explican y dan detalles de las cosas nuevas. Por ejemplo, si el niño dice “perrito”, el padre le responderá: “Sí, es un perrito grande de color negro y está moviendo su cola”.
- ♥ **Paseos** — Los niños más despiertos han ido a lugares diferentes — al supermercado, al correo, a la feria, al parque.
- ♥ **Ayuda suficiente** — Los padres que tienen hijos más despiertos les dan la ayuda suficiente para que ellos hagan las cosas a su manera. Por ejemplo, es buena idea poner varias sillas juntas para que el niño que está empezando a caminar se apoye y camine. Después, a medida que el niño adquiere más práctica, la madre separará las sillas un poco para que el niño tenga que esforzarse más.

La televisión y los niños

¿Qué aprenden los niños mirando televisión? La respuesta es: ¡Mucho!

Los niños copian las acciones de la gente y de la tiras cómicas de dibujos animados que ven en la televisión. Las investigaciones han demostrado que cuando un niño de 12 meses de edad mira en una pantalla de televisión en blanco y negro a un adulto jugando con un juguete, ese niño querrá jugar con el mismo juguete y de la misma forma que lo hacía la persona en la televisión. Les gusta imitar lo que ven.

Es por eso que no hay que sorprenderse cuando un niño que mira mucho la televisión se porta en forma más agresiva que otros niños. En la escuela pelean mucho más que los otros. También tienen una historia criminal más grave cuando son adultos. Un niño que mira la televisión en exceso tendrá como consecuencia una capacidad de lectura inferior y subirá de peso.

Mirar la televisión puede ser un gran entretenimiento. Pero le aconsejamos que mire la televisión con mucho cuidado, aún con su bebé.

- ♥ **Límite el tiempo que mira la televisión.** Le aconsejamos que no mire más de una hora al día. Es más fácil seguir reglamentos claros y rutinarios. Por ejemplo: “En esta casa nosotros no miramos nunca la televisión antes de la hora del almuerzo”.
- ♥ **Evite usar la televisión como niñera o como “método de adormecimiento”.** Cuando usted necesita usar sus dos manos para cocinar y no puede alzar al bebé, no lo

ponga en una mecedora al frente del televisor. Por el contrario, ponga la mecedora en un lugar donde el bebé pueda mirarla y platicarle mientras usted cocina.

- ♥ **Limite el tipo de programas que mira en la televisión.** Por ejemplo, ponga reglamentos contra programas de televisión cuyo contenido le enseñe a los niños a ser violentos y no respetuosos con los adultos. Especialmente evite los programas que tengan héroes violentos, ya que los niños quieren imitar a los héroes.
- ♥ **Mire los programas de televisión con sus hijos** y comente con ellos lo que ve. Explíquele al niño lo que es real y lo que es ficticio, cómo se hacen los efectos especiales y su opinión de lo que presentan en forma correcta o incorrecta.
- ♥ **Mire los comerciales con sus hijos.** Explíqueles que el propósito de los avisos de publicidad es hacerle gastar su dinero y que los juguetes y la comida siempre se ven mejores en la televisión que en la vida real. Algunas familias tienen reglamentos simples para evitar las discusiones entre los padres y los hijos: “En esta casa nunca se compra nada que vemos en los avisos de publicidad de la televisión”.

Los niños no sufrirán ningún daño si usted regala su televisor. Pero no tiene para qué ir a tales extremos — siempre que ponga reglamentos estrictos para mirar la televisión con cautela.

Cómo prevenir el envenenamiento de niños.

Usted ya sabe que a los niños les gusta meterse las cosas a la boca para probarlas. Es posible que usted no sepa cuándo un niño ingiere algún veneno – por ejemplo, bolas de naftalina o limpiadores para los baños — aún cuando tengan mal sabor. Sólo cuando somos personas mayores aprendemos que las cosas de mal gusto pueden ser dañinas.

Usted tiene la responsabilidad de proteger a sus hijos de los venenos que tiene en su casa. A continuación damos una lista de los productos venenosos comunes que se encuentran en cada cuarto de una casa:

Cocina

Jabón para lavar platos*, limpiador de horno*, limpiador para suelos y muebles, amoníaco*, lejía*.

Baño

Medicamentos — drogas con receta médica, aspirina y sustitutos de aspirina, vitaminas y píldoras de hierro, tranquilizantes, píldoras para control de la natalidad, medicamentos para la tos y la gripe — cosméticos, enjuague para la boca, perfumes, limpiador de cañerías*, desinfectantes*, alcohol para masajes.



Cuarto de lavandería

Blanqueadores, detergentes, suavizador de ropa, quitamanchas.

Cuarto de almacenar

Querosín, líquido para encendedor, gasolina, pintura, diluyente de pintura, trementina, mata malezas, pesticidas, veneno para ratones, fertilizantes.

Otros

Plantas domésticas, plantas de patio y jardín, tabaco, todo tipo de alcohol, bolas de naftalina, cáscaras o polvo de pintura.

Organice con anticipación para prevenir envenenamientos:

- ♥ Guarde los productos venenosos en un mueble con llave o mueble alto fuera de la vista y alcance de los niños. Póngalos en su lugar después de usarlos.
- ♥ Anote el número de teléfono del Centro de Control de Envenenamiento (Poison Control) de su área cerca de todos los teléfonos de su casa.
- ♥ Tenga siempre a mano una botella de jarabe Ipecac para causar el vómito de la persona cuando sea necesario. **No use** el Ipecac sin consultar al médico o al personal del centro de envenenamiento. Si no se usa en forma correcta puede causar envenenamiento. **Recuerde:** No hay que vomitar si se ha tragado una sustancia **cáustica**.
- ♥ **Nunca** ponga venenos en envases de alimentos o bebidas. Alguna persona

puede ingerir su contenido pensando que es comida.

- ♥ No tome medicamentos en presencia de niños. **Nunca** le diga a un niño que su medicamento es una golosina o “dulce”.

Tenga cuidado cuando visite otras casas — tal vez no están protegidas contra niños.

Si alguien se envenena...

1. **Trate de averiguar qué sustancia se tragó el niño.** Guarde el envase y la etiqueta. Si el niño vomita y usted no sabe lo que comió, guarde una muestra para hacer un análisis de laboratorio.
2. **Si el niño está despierto, llame al Centro de Control de Envenenamiento o al médico inmediatamente.** Aún cuando el niño parezca estar bien, puede ser necesario seguir algún tipo de tratamiento. Es muy importante actuar a tiempo.
3. **Si el niño está inconsciente, llame a emergencia.** Comience el CPR (resucitación cardiopulmonar) si el niño no está respirando. CPR infantil se describe en el mes 6-7 de esta serie.
4. **Nunca** induzca el vómito si se ha tragado una sustancia cáustica. Estos productos causan graves quemaduras en la boca y garganta además del envenenamiento. Si el niño vomita producen una segunda quemadura.

*Indica los productos que son **cáusticos** y causan quemaduras graves en la boca y garganta y envenenamiento al tragarlos. **Nunca induzca (obligue) a vomitar a una persona si ha tragado una sustancia cáustica.**

Muchos niños necesitan chupar.

A muchos bebitos les gusta chuparse los dedos, los juguetes o un chupón. Muchos empiezan a dejarlos por su propia cuenta cuando cumplen más o menos un año de edad. Pero muchos otros no lo hacen. ¿Está bien esto?

Algunos bebés se tranquilizan mejor chupando que con cualquier otra cosa. La acción de chupar los calma, especialmente si están muy cansados y molestos. La acción de chupar también les protege el sueño. Los ruidos y otras distracciones que podrían despertar al niño estimulan mucho más la acción de chupar.

Un estudio de niños de 12 meses de edad mostró que cuando la mamá de cada uno de ellos los dejaba **con** un chupón en un cuarto lleno de juguetes ellos podían quedarse por más tiempo, exploraban más y jugaban más con los juguetes que otros niños de 1 año de edad **sin** chupón. Se cree que el chupón calma los temores de los niños, de modo que así exploran más.

¿La acción de chupar daña los dientes del bebé? Los médicos no están de acuerdo en esto. Algunos opinan que chupándose el dedo o un chupón, aún a esta temprana edad, se deformarán los dientes del niño. Otros opinan que el pulgar del bebé es lo peor, pero que los chupones de **forma anatómica correcta** están bien (lo indica el paquete del chupón). La próxima vez que usted vaya al dentista, pídale que le examine los dientes al bebé. Si hay algún problema, siga el consejo del dentista respecto a si es mejor chupar el dedo pulgar o el chupón.

Cómo alimentar al bebé

Leche — Está bien que el bebé siga tomando leche de pecho, siempre que al mismo tiempo esté aprendiendo a comer alimentos sólidos. Siga dándole leche de pecho hasta que usted y el bebé quieran. Cuando el bebé cumple 12 meses de edad, usted puede cambiar de leche de pecho o fórmula enriquecida con fierro, a leche de vaca. La leche entera es mejor que la leche con poca grasa o leche descremada hasta que el niño cumpla dos años de edad. Los niños mayores de dos años de edad deben comenzar a tomar leche con bajo contenido de grasa si el resto de la familia toma ese tipo de leche.

Posiblemente su bebé ya está comiendo una variedad de alimentos, pero todavía necesita tomar dos a tres tazas de leche al día. Los bebés de más de seis meses de edad no deberían tomar más de cuatro tazas (1 cuarto) de fórmula infantil o leche cada día. A esa edad deben ya comenzar a consumir sus sustancias nutritivas de una dieta variada de alimentos sólidos además de la leche.

Otros grupos de alimentos — A esta edad ya debería gustarle al bebé una variedad de otros alimen-

tos. Además de la leche, yogur y queso, no se olvide de darle cada día alimentos de cada uno de estos grupos:

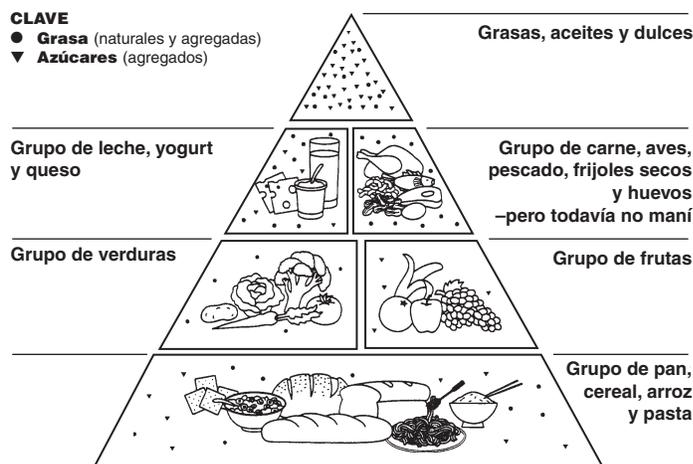
- ♥ Pan, cereal, arroz y pasta — incluyendo tortillas
- ♥ Verduras
- ♥ Frutas
- ♥ Carne, aves, pescado, frijoles secos y huevos — pero **no** maní entero que podría atorarlo

Jugos — Asegure de dar al bebé jugos de fruta natural y no bebidas con sabores. Limite la cantidad de jugo a 8 onzas al día.

Inculque hábitos de comida saludable. No es necesario que el bebé coma un producto de cada grupo de alimentos en todas sus comidas. Las costumbres de muchos bebés varían bastante de una comida a la otra. ¡Es posible que un niño coma solamente frijoles en una comida y solamente bananas en la otra! Pero con el tiempo tendrá muy buenos resultados si usted le ofrece una variedad de alimentos nutritivos en cada comida.

Nosotros recomendamos **no forzar** al niño a comer una cantidad específica o un alimento

específico. De hecho, cuando se le obliga a un niño a comer cierto tipo de alimentos, el niño aprende a detestar ese alimento.



Guía infantil: Ponga sus propios límites

El bebé ya entiende muchas cosas que usted le dice y posiblemente ya puede decir algunas palabras. Pero el bebé no puede predecir lo que va a suceder y sólo puede decidir entre las opciones más básicas.

Esto significa que usted debe saber tomar decisiones: enseñarle a su hijo a que aprenda a respetar reglamentos para que con el tiempo él pueda controlar su propio comportamiento. ¿Cómo se logra esto?

A continuación le damos algunas sugerencias:

- ♥ **Sea breve.** Su hijo entiende frases simples y cortas. Explique las razones de los reglamentos. Pero las razones largas y complicadas no servirán.
- ♥ **Sea clara.** El bebé puede entender la diferencia entre estar parada en su silla alta y no estar parada. Pero se confundirá si el reglamento dice "Pararse en la silla está bien cuando yo estoy cerca o cuando yo te tomo de una mano".



- ♥ **Sea específico.** Dígale a su hija lo que no puede hacer y lo que **puede** hacer. Si la bebita está tirando los bloques al suelo, dígale: "Los bloques no son para tirarlos. Mira, así es como debes ordenar los bloques". Prepárese para alejar a la niña del lugar o para quitarle los bloques. De esta manera usted estimula un comportamiento positivo y no negativo.
- ♥ **Sea consistente.** Un niño puede adaptarse a pequeñas diferencias en los reglamentos fijados por sus dos padres o por sus padres y las niñeras. Pero lo peor es prohibir una actividad un momento, (por ejemplo, que el niño salte en la cama) y después permitirle que lo haga en otro momento. Está bien ser flexible algunas veces. Pero la mayor parte del tiempo trate de estar seguro de lo que usted quiere y sea firme con su resolución.
- ♥ **Admita los sentimientos.** A veces los niños hacen cosas que enfadan a sus padres. Cuando usted esté enojada, admítalo. Pero no actúe de modo que su hijo sienta que es una persona mala solamente porque hizo algo malo. Y no lo atemorice con actitudes que pueden causar temor. Diga en voz firme: "Estoy enojada por lo que hiciste". El niño sabrá cómo se siente usted.

- ♥ **Alégrese.** Vea las cosas con humor. No haga un problema de todo. Por el contrario, escoja sus batallas en forma inteligente y tome el resto con calma y sabiduría.

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 12 (2001)**

RP-08-2004 (R3/01)