

Carta 1

Ciudad de México a

Estimada señora de mi mayor respeto, hemos tenido un positivo placer al conocer la noticia del feliz nacimiento de su hijo. Tan grato acontecimiento es una alegría de la que no solamente participan los padres sino también toda la familia y amistades. Aun a riesgo de molestarle deseamos continuar escribiéndole mes por mes, con el objeto de que siga recibiendo nuestros consejos sobre la mejor atención de su bebé durante el primer año de su vida.

Nuestras cartas no tienen otro fin que guiarla en los cuidados que debe prestar tanto a su persona como a su hijo. Esta enseñanza puede evitarle males pequeños que si se descuidan pueden llegar a ser graves y poner en peligro la vida. Por lo demás, debe usted consultar a su médico o visitar el Centro de Salud donde será bien recibida y atendida.

Muchas veces las mujeres que por primera vez son madres no saben cómo cuidar correctamente a sus pequeñitos. No tenga ninguna pena en consultarnos sobre las dudas que tenga sobre el cuidado de su niño. Procure educarlo bien desde los primeros días, los hábitos principian a formarse desde entonces.

Acostumbre a bañarlo todos los días. El ombligo se lava con agua y jabón, se seca muy bien con una toalla limpia y se deja fuera del pañal. Le puede aplicar toques de alcohol o merthiolate blanco en la base, no lo faje ni lo cubra. No utilice talco porque puede predisponer a alergias. Recórtele las uñas todas las semanas o cada vez que lo necesite.

Debe dormirlo, pesarlo y alimentarlo a horas regulares. Nunca le dé chupones, mamaderas o pacificadores, le llevan suciedad y microbios peligrosos a la boca, le producen gases y le deformaran la carita. El mejor alimento para un niño pequeño es la leche de su madre, por consiguiente, haga todo lo posible por alimentarlo usted misma. En el remoto caso de que necesite alimentación artificial, consulte a su médico en el centro de salud, con gusto le indicaremos lo que más le convenga. La primera revisión de su hijo se debe hacer dentro de la primera semana. Aproveche para tomar el tamiz neonatal.

Si usted lo alimenta al seno, no tendrá que lamentar sino uno que otro trastorno, pero si nota que no aumenta gradualmente de peso, si observa que vomita, o que devuelve la leche con mucha frecuencia, o si sus deposiciones tienen fuerte olor a ácido y son muy numerosas, su piel tiene coloración amarilla o lo nota triste y decaído consulte inmediatamente a su médico.

Amamántelo a libre demanda. No olvide que hay que prestar mucha atención a los ojos, boca, ombligo, cabeza y partes genitales del niño, todo eso deberá usted saber o preguntarlo a su médico, cuando ya se haga cargo por entero del pequeño. Al tomarlo en sus brazos tenga cuidado de proteger con sumo cuidado

las partes blandas de la cabeza o mulleras, la de atrás, se cierra ordinariamente a las seis semanas, mientras que la más grande lo hace alrededor del año y medio. Esta soldadura en el hueso es el termómetro que indicara el estado de salud de su hijito.

A la salida del hospital ya le habrán puesto dos vacunas contra la hepatitis B y contra la tuberculosis. Usted debe llevar a su bebé al centro de salud para ponerle sus vacunas y los refuerzos

Quedo de usted con todo respeto.

Atentamente,

Pd. No olvide que es un deber de los padres registrar a sus hijos en la oficialía del registro civil correspondiente, así cumple con una obligación y se evitará una molestia.