

Carta 6

Ciudad de México

A...

Señora...

Respetable señora nuestra, ¿ya le aplicó a su hijo el refuerzo de la vacuna pentavalente? Si aún no lo hace, recuerde que el sexto mes se le aplica el refuerzo de la vacuna Pentavalente, Hepatitis B, Rotavirus e Influenza. Si usted no se ha vacunado desde pequeña le aconsejamos que se vacune, es muy conveniente.

Alrededor de los seis meses, se desarrolla la capacidad para masticar, que junto con la capacidad de mantenerse sentado, promueve la deglución de alimentos espesos. Por eso, este mes ya se recomienda darle a su niño otros alimentos además de la leche materna, como papillas de verduras, frutas y cereales sin harina. Comience por dar una a dos veces al día unas cucharaditas de puré mixto de chayote, ejotes, calabaza y zanahoria. También puede darle papillas de cereales (arroz y luego trigo) y poco a poco agregar papilla de frutas. No agregue azúcar ni sal a los alimentos.

Es recomendable que su hijo tenga su propio plato desde que comienza a comer. Al principio va a comer una vez al día - en el almuerzo o cena. Cuando alimenta a su hijo véalo, háblele y sonríale. Puede anunciar la comida con una canción o con un gesto. Para las papillas, puede utilizar una cuchara pequeña de bordes lisos y suaves. Hay que incorporar los alimentos de uno por vez para probar si el niño los va aceptando. Si se enferma, no suspenda la alimentación. Después de la comida, limpie con cuidado las encías y los dientes del niño con una gasa, una tela o un paño húmedo, para retirar los restos del alimento.

No permita que sus familiares y vecinos le den nada de comer. Si su leche escasea o el niño pierde peso, acuda a su médico o consúltenos. Para todo estamos a sus órdenes, acuérdesse de que los niños son los seres más inútiles de la creación y que solamente con nuestros cuidados y anhelos pueden sentirse contentos y satisfechos y desarrollarse sanos.

De usted suyo Afmo. Atto. S.S.

PD. ¿Ya registro a su pequeño en el Registro Civil?, si no lo ha hecho, hágalo cuanto antes. Ese acto es el principio de su vida de ciudadano, es un deber para los padres y el primer derecho de todo niño como miembro de la sociedad.