



# IMPORTANT POINTS ABOUT YOUR 2-MONTH-OLD BABY


## FAMILY

 By this time, you may be thinking about going back to work soon. Make sure you have made plans for childcare. You may also want to discuss decisions about family planning with your provider or if you would like information on birth control options.


## DEVELOPMENT

 Important! Hold, cuddle, talk, sing, and read to your baby. Your baby should be cooing at this age, responding to sound, and lifting her head when lying down. Tummy time will help strengthen your baby's back and neck muscles and prevent her head from flattening in the back.


## HEALTH

 Fever- Please call us for any fever higher than 100.4°. After hours, take your baby to the emergency room. After 3 months of age, your baby should be seen if his temperature is 102.2° or higher, or lasts more than 3 to 4 days. A fever helps the body fight infection. You don't need to give your baby medicine if her fever is less than 102°. But if she seems uncomfortable, you can. Use Tylenol (acetaminophen). Do not use Motrin, ibuprofen, or aspirin. Other "over the counter" medications are not safe and should only be given if your medical provider tells you. Sleep- Remember, your baby needs to be sleeping in his own crib. By this age he should be waking up less often in the middle of the night. Make night-time feedings brief and boring, and do not turn on the lights. This way your baby will start to sleep longer periods during the night and do most of his feedings during the day.

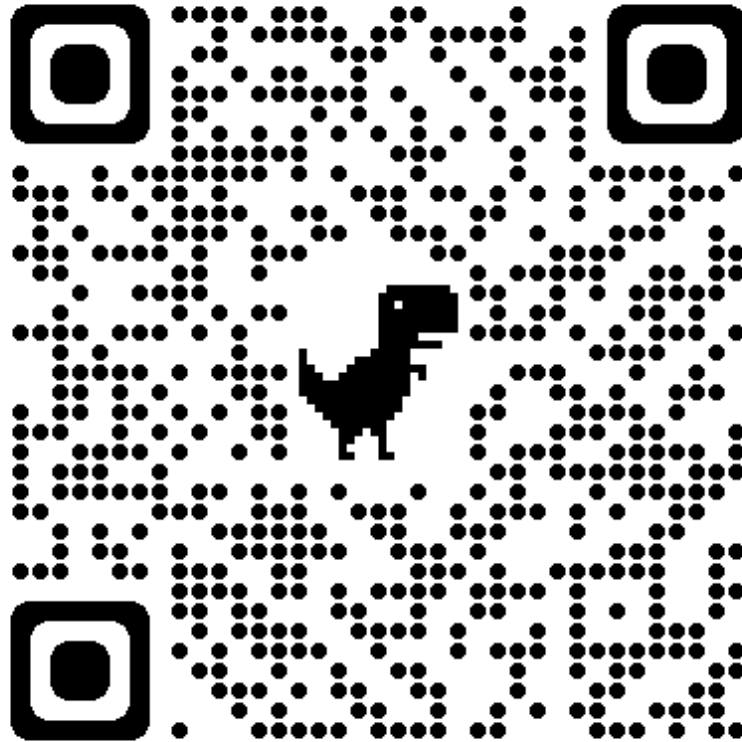
## NUTRITION

 We encourage you to keep breastfeeding since it still gives benefits to your baby that formula does not. If you are breastfeeding only, keep giving your baby Vitamin D. If you are going back to work, you can store your breast milk. Use the Rule of 3: Breast milk can be kept 3 hours at room temperature, 3 days in the refrigerator, and 3 months in the freezer. Wait until 6 months before introducing other food to your baby to prevent obesity (being overweight) and nitrate poisoning (nitrate is a chemical found in some vegetables and fruits). At 6 months, you can introduce some baby cereal with a spoon.

## SAFETY

 Keep putting your baby on his back to sleep to prevent sudden infant death syndrome (SIDS). Your baby may start rolling soon, so never leave him alone on a table or bed or anywhere he can fall. Hot water heaters are usually set at 140 °F and this could burn your baby. Set yours at 120 °F. Keep putting your baby in a rear-facing car seat only. Do not smoke in the house or car if your baby is with you.

**For more information regarding  
Early Childhood Education, scan  
the QR code below.**



**After Hours and Weekends**

**After 4:00 PM and before 8:00 AM**

**For medical advice when People's is closed  
call After Hours Nurse line  
at (512) 478-4939.**





## INFORMACION IMPORTANTE PARA SU BEBE DE 2 MESES

### FAMILIA



Al llegar a esta etapa, es posible que esté pensando en volver a trabajar. Asegúrese de haber programado el cuidado de su hijo. Podría consultar sus opciones sobre la planificación familiar con su proveedor o desear información sobre sus opciones de anticonceptivos.

### DESARROLLO



Es muy importante que sostenga en brazos, acaricie, le hable, le cante, y le lea a su bebé. A esta edad su bebé debería estar haciendo sonidos, debería responder a sonidos y levantar la cabeza cuando se encuentre boca abajo. Colocarlo boca abajo ayudará a que su bebé fortalezca los músculos de la espalda y el cuello, y evitará que su cabeza se aplane en la parte de atrás.

### SALUD



**Fiebre-** Por favor, comuníquese con nosotros si tiene fiebre de más de 100.4 °F. Fuera del horario de atención, lleve al bebé a la sala de emergencias. Después de los 3 meses, su bebé debería ser atendido si tiene 102.2 °F de temperatura o más, o si la temperatura dura más de 3 o 4 días. La fiebre ayuda a que el cuerpo combata las infecciones. No es necesario darle medicina a su bebé si tiene menos de 102 °F de fiebre. Podrá hacerlo si se ve muy molesto. Use Tylenol (acetaminofén). No use Motrin, ibuprofeno, o aspirina. Cualquier otro medicamento de venta libre (sin receta) no es seguro y solo debería dárselo si el proveedor le dice. **Sueño-** Recuerde que su bebé necesita dormir en su propia cuna. A esta edad debería estar despertándose menos por la noche. Cuando lo alimente de noche no encienda las luces y trate de que el tiempo que lo alimente sea corto y aburrido. De esta manera el bebé dormirá durante más tiempo por la noche y se alimentará mayormente durante el día.

### NUTRICION



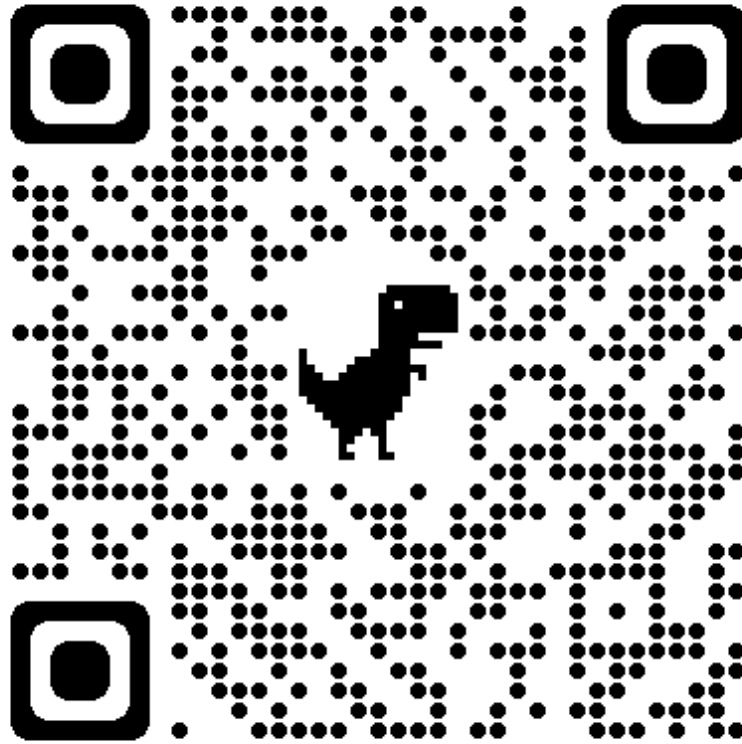
Fomentamos la lactancia materna ya que tiene beneficios para su bebé que la fórmula no tiene. Si solamente amamanta a su bebé, continúe dándole vitamina D. Si va a regresar a trabajar, puede guardar la leche materna. Use la regla del número 3: La leche materna se puede guardar 3 horas a temperatura ambiente, durante 3 días en el refrigerador, y 3 meses en el congelador. Espere hasta los 6 meses antes de incorporar otra comida, para prevenir la obesidad (exceso de peso) y el envenenamiento con nitrato (el nitrato es un químico que se encuentra en algunas frutas y verduras). A los 6 meses, puede darle algún cereal para bebé con cuchara.

### SEGURIDAD



Para dormir, continúe colocando al bebé boca arriba para evitar el síndrome de muerte súbita (SIDS, por sus siglas en inglés). Es posible que su bebé comience a girarse pronto, por eso nunca lo deje solo sobre la mesa, la cama, o en algún lugar de donde se pueda caer. Los calentadores de agua caliente por lo general están a 140 °F, a esta temperatura podría quemar a su bebé. Póngalo a 120 °F. Siga poniendo al bebé en su asiento para el auto mirando hacia atrás y en el asiento trasero. No fume en su casa o en el auto cuando esté con su bebé.

**Para obtener más información  
sobre Educación Infantil, escanee  
el código QR a continuación.**



**Fuera de horario y fines de semana**

**Después de las 4:00 p. m. y antes de las 8:00 a. m.**

**llame a la línea de enfermería (512) 478-4939**

**para consejos médico cuando la clinica de**

**People's está cerrada.**

