

Índice

	Página
Introducción	5
Agradecimientos	7
CUIDADO DE LA SALUD SEXUAL Y PLANIFICACIÓN FAMILIAR	
Cuidado Del Aparato Reproductor Femenino	11
La mamografía	11
El autoexamen de mamas	11
El Papanicolaou (PAP)	11
Prevención Del Embarazo	12
Anticonceptivos:	12
Anticonceptivos de barrera:	12
<i>Preservativo de poliuretano</i>	12
<i>Diafragma</i>	12
<i>Preservativo de látex</i>	12
<i>Instrucciones para el uso del preservativo de látex</i>	13
Anticoncepción de emergencia	14
Anticonceptivos químicos:	14
<i>Espermicidas: Cremas, óvulos y esponjas vaginales</i>	14
<i>Anticonceptivos Orales: Píldoras (pastillas anticonceptivas)</i>	15
<i>Anticonceptivos Inyectables</i>	15
<i>Anticoncepción transdérmica (parches)</i>	16
Dispositivo intrauterino	16
Falsos Métodos	16
Anticoncepción durante la lactancia	17
Interrupción del embarazo	17
Embarazo	18
¿Cómo queda embarazada una mujer?	18
¿Cómo se da cuenta una mujer de que está embarazada?	19
Cuidados durante el embarazo	19
¿Qué evitar durante el embarazo?	19
Algunas señales de alarma	19
Controles prenatales	20
Enfermedades que pueden afectar el embarazo	20
Parto	21
El trabajo de parto	21
Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)	23
¿Cuáles son los síntomas más habituales?	23
¿Qué es el SIDA?	23
¿Cómo prevenir el VIH?	24
¿Cómo NO se transmite el VIH?	25
CRIANZA Y CUIDADOS COTIDIANOS	
Control y consultas del primer año de vida	29
¿Cada cuánto es necesario hacer un control pediátrico?	29
Calendario de vacunación	30
El llanto	32
El baño	33
La alimentación	34
Lactancia materna	34
1 - Ventajas de la leche materna	34
2 - El primer contacto con el pecho	34
3 - Amamantar	35
4 - "Prendida al pecho"	36
5 - Horarios para amamantar	36
6 - ¿Durante cuánto tiempo hay que amamantar?	36
7 - ¿Un pecho o dos?	36
8 - ¿Qué pasa si la mamá no tiene suficiente leche o la leche no alcanza?	37
Lactancia y resfrío, anginas, gripe	37
Para extraer leche	38
¿Qué se hace con la leche extraída?	38
¿Cómo calentar la leche?	39

Alimentos sólidos	39
¿Qué alimentos nuevos debe incorporar de a poco?	39
¿Cómo tiene que ser la comida?	39
El sueño	41
¿Cómo se dan cuenta las mamás y papás sordos si su bebé/a se despierta de noche?	41
Control de esfínteres	42
¿Cómo hacer para que deje los pañales?	42
El juego	43
Los límites	45
¿Qué es un límite?	45
Narración y lectura	47
¿Cómo leer en lengua de señas argentina?	47
DESARROLLO DEL LENGUAJE Y DE LA COMUNICACIÓN	
¿Cómo se adquiere una lengua que se transmite a través de los sonidos?	51
¿Cómo se adquiere una lengua que se transmite a través de la visión y los movimientos?	51
¿Por qué es más fácil adquirir una lengua visual?	52
Hijos e hijas sordos de padre y madre sordos	52
¿Por qué la lengua de señas se adquiere naturalmente?	52
Hijas e hijos sordos de madre o padre oyente	52
Hijos e hijas oyentes de papá y mamá señantes	53
Características del desarrollo del lenguaje	53
PADRES/MADRES SORDOS CON HIJOS/AS OYENTES	
Desarrollo lingüístico	59
Desarrollo social	60
Recomendaciones para que los padres y madres protejan y cuiden a su familia	60
Recomendaciones para las y los abuelas/os oyentes	60
Hijos/as sordos y oyentes	60
PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	
Prevención de caídas	65
Prevención de accidentes eléctricos	65
Prevención de quemaduras	65
Prevención de asfixia, ahogo, atragantamiento, intoxicación	66
Prevención de accidentes de tránsito	66
PRIMEROS AUXILIOS	
¿Qué hacer si mi hijo/a no puede respirar?	71
¿Qué hacer en caso de quemaduras?	71
¿Qué hacer si se desmaya?	72
¿Qué hacer si se fractura?	72
¿Qué hacer si le sangra la nariz?	72
¿Qué hacer ante la mordedura de un animal?	72
¿Qué hacer ante la picadura de una avispa o una abeja?	72
¿Qué hacer si se lastima y sangra mucho?	72
¿Qué hacer si tiene un golpe de calor o insolación?	73
¿Qué hacer si se golpea fuertemente cabeza?	73
Anexo	75
Datos útiles	75
Bibliografía	77
Canales Asociación Civil	78