



Las 10 publicaciones más leídas de EnFamilia en 2016



Al finalizar el año 2016, EnFamilia recopila los artículos más leídos y compartidos por los lectores durante este año. Los temas relacionados con los primeros años de la vida del niño despiertan mucho interés. El niño prematuro, el parto y el recién nacido, la lactancia materna, la alimentación complementaria, ejercicios para realizar con los bebés. También temas como la vacunación frente al meningococo B, la fotoprotección solar, el niño de 6 a 11 años. Entre los más consultados también se encuentra el manual de la Asociación Española de Pediatría destinado a las familias con hijos pequeños.

1. [El niño de 1 a 2 años](#), donde se habla de la alimentación, las rabietas, cómo prevenir accidentes, el crecimiento, cómo utilizar el orinal y otros temas del desarrollo durante el primer y segundo años de vida.
2. [Ejercicios para niños menores de 1 año](#), acerca de qué ejercicios realizar con un bebé para estimular su movimiento y desarrollo. Se puede consultar un vídeo en el que los ejercicios forman parte del juego con el niño.
3. [El parto y el recién nacido](#), etapa especialmente intensa en la que suelen surgir todo tipo de dudas. La importancia del contacto piel con piel precoz tras el nacimiento, las cosas normales de los recién nacidos, el cuidado del cordón umbilical, la prueba del talón y todas las situaciones que se van planteando al tener un bebé.
4. [Alimentación complementaria](#), acerca de qué alimentos ofrecer al niño cuando empieza a comer en el primer año de vida.
5. [Lactancia materna](#), con respuestas a las dudas de los padres en los temas de lactancia: cómo dar el pecho, cuándo dar otros alimentos, cómo saber si el bebé se está alimentando bien, hasta cuándo es bueno dar el pecho, los baches de lactancia, si hay que dar agua, qué hacer si el bebé muerde al mamar, cómo saber si gana peso, la vuelta al trabajo, dar el pecho y un nuevo embarazo.
6. [La vacuna del meningococo B](#) ha generado muchas preguntas de los padres sobre la conveniencia de administrarla en sus hijos, las dosis necesarias y cómo adquirirla, conservarla y transportarla.
7. [El niño de 6 a 11 años](#), etapa en la que crecen y aprenden de forma rápida, preparándose para los cambios que se producirán en la adolescencia. En esta sección se habla del crecimiento, el aprendizaje, los cambios que se van produciendo según se acerca la etapa de la pubertad.
8. [La guía práctica para padres desde el nacimiento hasta los 3 años](#). En este manual, elaborado por la Asociación Española de Pediatría, se puede consultar información fiable y actualizada, elaborada por pediatras, sobre aspectos relacionados con el desarrollo normal del bebé y los signos de alerta de los problemas de salud más frecuentes en las primeras etapas de la vida. Está disponible para su consulta y descarga gratuita.
9. [Fotoprotectores, cuál utilizar](#). La exposición excesiva al sol es un peligro importante para la salud. Para prevenir sus efectos dañinos sobre la piel hay que evitar estar al sol cuando más calienta, utilizar protección física como ropa, sombrillas, gorros y gafas, y utilizar las cremas de protección solar.
10. [El recién nacido prematuro](#). Hasta el 10% de los nacimientos son prematuros. Los bebés prematuros abandonan el útero antes de estar preparados, por lo que sus órganos inmaduros se van a desarrollar en unas condiciones que no son las ideales.

A lo largo del año 2017, nuevos contenidos se irán incluyendo en EnFamilia, con el deseo de que sean de utilidad para todos.

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/10-publicaciones-mas-leidas-enfamilia-en-2016>