

**(You Can Keep Your Pet and Your Baby!)**

## **¡Puede quedarse con su Mascota y su Bebe!**

Cada año, mitos e información negativa asusta a los padres expectantes y los obliga a deshacerse de miles de mascotas y llevarlos a albergues de animales. ¡Pero deshacerse de su mascota NO es una precaución necesaria! El tener una mascota guardián tiene muchos beneficios que son innumerables en lo que se refiere a amor y compañía. El preparar un perro o gato para la llegada de un bebe le permite no solo mantener la compañía de su animalito sino que le ofrece un amigo leal y amoroso a su bebe.

### **Antes que Llegue el Bebe**

¡Siga los siguientes pasos para disminuir los niveles de stress para usted y su mascota!

- Su bebe demandara mucho tiempo y energía, así que acostumbre a su mascota gradualmente a pasar menos tiempo con usted. Si es posible delegue su cuidado a otro miembro de la familia para que no se sienta relegado cuando llegue el bebe.
- Mantenga los cambios de la rutina de su mascota y su área en la casa al mínimo. Cambios grandes tales como la redecoración del cuarto deberá hacerse con anticipación para que tenga tiempo de adaptación al nuevo ambiente. Deje que huela la cuna, la bañera del bebe, pero enséñele a su gato de que no puede meterse ahí. (Coloque cinta adhesiva por ambos lados o globos dentro de la cuna para ahuyentar al gato. Cuando llegue el bebe a casa, también puede colocar un tul sobre la cuna si es que esta preocupada.)
- Establezca limites de lugar para su mascota con las áreas del bebe. Si no quiere al perro en las áreas del bebe, el uso de una reja podrá permitirle ver lo que esta pasando y sentirse menos aislado.
- Deje que sus mascotas se familiaricen con los nuevos olores del bebe, usando talco, lociones y shampoo en usted antes que llegue el bebe.
- Envuelva una manta y deje que su mascota se sienta quietamente cerca a usted.
- Acostumbre a su mascota a los sonidos del bebe. Ponga una grabación del bebe llorando primero muy bajo y luego suba el volumen gradualmente hasta que se sienta comfortable con esto). Refuerce el sonido con premios y halagos.
- Si este es su primer bebe, deje que su mascota se adapte a otros niños primero antes de la llegada. Mantenga una supervisión cercana de todos los movimientos e interacciones.

### **Trayendo el Bebe a Casa**

La vida será un poco difícil sin duda cuidando a su nuevo bebe. Aquí hay algunos pasos que puede tomar para asegurar que su mascota compañera acepte al Nuevo bebe.

- Siempre supervise las interacciones entre ellos. Nunca los deje sin atención y no permita que su mascota duerma con su bebe.
- Nunca fuerce contacto físico próximo entre el bebe y su mascota. Permita que su perro o gato se acerque e investigue a su ritmo.
- Pase tiempo con su bebe y su mascota. Hable con su animalito mientras cambia pañales o da de comer al bebe. Esto le reforzara de que sigue siendo parte de su vida y que el bebe es ahora parte de su vida también. Si usted hace con que ella sea parte de las nuevas

actividades, su animalito aceptara de mejor manera al nuevo “miembro” ruidoso.

- Use refuerzo positivo (bocaditos de comida, una voz feliz y calma) para premiar a su mascota por interactuar con su bebe. UD quiere que todas las interacciones sean placenteras para su mascota. ¡La peor cosa que puede pasar es crear una asociación negativa entre los dos!
- Asegúrese de que su animalito tiene un lugar donde estar quieto y solo. Le dará un espacio para descansar de todo su entusiasmo.
- Cuando amigos y familia visiten al bebe, animelos a prestar un poco de atención a su animalito también.
- Asegúrese de pasar un tiempo cada día con su mascota. ¡Lo ayudara a usted también!

## **¿Que es Toxoplasmosis?**

El estar embarazada NO significa que tenga que dejar de vivir o cuidar de su adorado gatito. Las mujeres embarazadas han oído historias de horror sobre la toxoplasmosis. Sin embargo, es una enfermedad rara, y fácil de evitar en los Estados Unidos. Mientras que la enfermedad causada por parásitos puede encontrarse en las heces de gatos que ingieren carne cruda, aves, ratones o tierra contaminada, la toxoplasmosis también es comúnmente encontrada en carnes crudas o magras y en productos lácteos no pasteurizados. Si una mujer esta expuesta a este protozoan mientras esta embarazada, puede poner a su feto en riesgo.

El hecho es que la mayoría de la gente y gatos han estado expuestos ya a esta enfermedad y se encuentran inmunes. Existen pocos casos de toxoplasmosis prenatal documentado que haya sido causada por un gato.

## **Tomando Precauciones:**

NO existe razón para deshacerse de su amiguito peludito siempre y cuando tome las precauciones debidas. Practicando una Buena higiene y un cuidado responsable de su mascota, usted puede mantenerse así misma, su bebe y a su mascota saludables.

- Mantenga a su gato dentro de la casa; los gatos por lo general adquieren el protozoan comiendo pájaros y ratones. ¡Si se mantiene dentro no tendrá que preocuparse!
- Alimente a su gato con comida para gatos producida comercialmente.
- Déle la caja de necesidades del gato a su esposo u otro miembro de la familia o use guantes de jebe cuando la limpie. (¡Las heces del gato no se infectan en la caja hasta dentro de 24 horas, así que limpie la caja diariamente y elimine cualquier posibilidad!)
- Si trabaja afuera en tierra, siempre use guantes y lávese después.
- Cocine la carne a 150 grados Fahrenheit y lávese las manos después de agarrar carne cruda.