



Señales de que su bebé está listo para comer



- ¿Se pregunta cuanta cantidad de leche materna toma su bebé cuando le da el pecho?
- ¿Desearía que sus senos tuvieran líneas como una tabla de medidas?
- ¿Se pregunta si su bebé esta recibiendo suficiente leche?
- ¿Cree usted que su bebé debería seguir un horario de alimentación?

Es muy común para las primerizas hacerse estas preguntas. Cuando se trata de alimentarse, es útil saber que su bebé es. . . igual a usted.

Al igual que usted:

- Los bebés tienen su propio patrón de alimentación
- Los bebés saben cuando su estomaguito está lleno o vacío
- La cantidad de comida que comen varia hora por hora y día por día

A usted no le gustaría que le dijeran cuando comer y que comer, a su bebé tampoco. El le dará señales de cuando quiere comer y cuando está lleno. Luego de su nacimiento es muy difícil determinar las señales que le da su bebé. Afortunadamente, no tomará mucho tiempo aprenderlas. Confíe en su bebé y siga sus indicaciones en vez de preocuparse.

Señales de que su bebé esta listo para comer

- se lleva las manos a la boca y se chupa los dedos
- babea
- se ve tenso
- llora – señal de alimentación tardía

Durante el día y la noche, alimente a su bebé tan pronto le de la señal de que quiere comer. No espere hasta que se ponga a llorar. Darle el pecho se dificulta cuando el bebé esta demasiado hambriento o irritado y llorando.

Señales de que su bebé esta lleno:

- el bebé se desprende de la mama espontáneamente
- se queda dormido
- parece estar relajado

El tamaño del estomaguito de los bebés depende de su edad y la cantidad de comida varía conforme van creciendo. Deje que el decida lo que le conviene. Observe a su bebé no el reloj.

Señales de que ha comido demasiado:*

- Escupe o vomita después de cada alimentación
- llora y parece tener dolor de estomago después de comer y se alivia luego de escupir o vomitar
- Está aumentando mucho de peso

A los bebés les gusta chupar. Algunos van a continuar chupando aunque estén llenos. Existe una diferencia entre el comer y el hábito que satisface la necesidad innata de succión.

* Consulte a su pediatra si no puede calmar a su bebé o si continua llorando.

La leche materna en biberón:

Tenga cuidado. Es muy fácil sobre alimentar al bebé cuando se le ofrece el biberón. No insista que lo termine.

Recuerde..... llorar, gruñir o el deseo de chupar no significa que tenga hambre!