

Cómo Alimentar a su **Bebé** - Desde el Nacimiento hasta el 10 Día

Al nacer, los bebés necesitan ser amamantados. Su hijo recién nacido comerá entre 8 y 12 veces por día; aproximadamente cada 2 o 3 horas. Los bebés recién nacidos necesitan comer con frecuencia debido a que sus estómagos son pequeños. Sólo pueden comer cantidades pequeñas por vez.



Tamaño del estómago el Día 1

Canica



1 a 1 ½ cucharaditas o
5 a 7 ml. **por comida**
(sólo sorbos)

Tamaño del estómago el Día 3

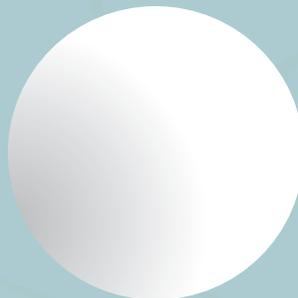
Bola de Ping Pong



aproximadamente 4 ½ a 5 ½
cucharaditas o
22 a 27 ml. **por comida**

Tamaño del estómago el Día 10

Huevo de Gallina Extra Grande



12 a 16 cucharaditas,
60 a 81 ml. o
2 a 2 ¾ onzas **por comida**

El tamaño del estómago crece con mayor lentitud luego del Día 10, llegando a las 4 onzas (118 ml.) por alimentación, normalmente a los tres o cuatro meses.

Cerca del Día 4:

- Su hijo recién nacido debería mojar 4 pañales y ensuciar 4 pañales por día.
- ¡Importante! Si su hijo recién nacido usa menos de 6 pañales por día o no ensucia por lo menos 1 pañal por día cerca del día 4, llame al médico de su bebé.

Lo que aparece en el pañal de su bebé le ayuda a saber si su hijo recién nacido está comiendo lo suficiente. Solicite al WIC la guía "Diapers of the Breastfed Baby" (Pañales del Bebé Amamantado).

Alimente a su bebé cuando desee comer. Su bebé se moverá, sonará los labios, sacará la lengua, traerá las manos a la boca o hará un escándalo cuando tenga hambre. Intente despertar a su bebé recién nacido para darle de comer si durmió más de cuatro horas.

Consejos de Alimentación

- El amamantamiento es la forma natural de alimentar a su bebé.
- Tenga paciencia mientras su bebé aprende a comer.
- Abraze y ame a su bebé al alimentarlo. A su bebé le encanta mirarla a la cara.
- Alimente a su bebé antes de que se enoje o llore y evite hacerlo seguir un plan de alimentación estricto.
- En algún momento entre el Día 8 y el Día 14, su bebé dará su primer estirón de crecimiento y es posible que desee comer con mayor frecuencia.

La leche materna es la comida perfecta para su bebé. .

- Nutrición ideal para el crecimiento y la salud
- De fácil digestión para su bebé
- Cambia a lo largo del tiempo para cubrir las necesidades de crecimiento de su bebé
- Protege a su bebé de enfermedades
- Está siempre en la temperatura perfecta

Evite maderas y chupetes durante el primer mes si está dando leche materna exclusivamente.

La leche materna tiene mayor cantidad de las cosas buenas que los bebés necesitan.

FÓRMULA

Minerales
Vitaminas
Grasa
DHA/ARA
Carbohidratos
Proteínas
Agua

LECHE MATERNA

Anticuerpos
Hormonas
Antivirus
Antialérgicos
Antiparasitarios
Factores de Crecimiento
Enzimas
Minerales
Vitaminas
Grasa
DHA/ARA
Carbohidratos
Proteínas
Agua



Esta institución brinda igualdad de oportunidades.

Llamado de Atención del Cirujano General para Apoyar el Amamantamiento 2011:

Existen riesgos de salud asociados con la alimentación a través de fórmula y abandono temprano del amamantamiento.

¿Preguntas? Hable con el personal del WIC.

Septiembre de 2012
DCH-1322