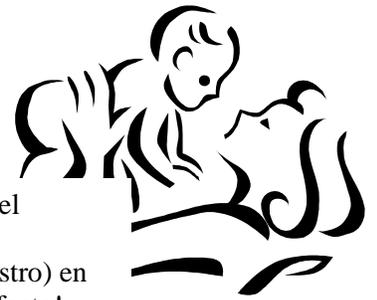


“Los Estomaguitos Chiquitos de Bebitos”

Los bebés nacen con los estomaguitos chiquitos. Durante los primeros días, el estomaguito de su bebé se llena rápidamente porque solamente le cabe una cantidad pequeña de alimento.



Día 1

Éste es el estomaguito de su bebé en las primeras 24 horas después del nacimiento. Puede aguantar cómodamente cerca de 1-2 cucharitas. ¡Caramba! ¡Qué tan pequeño! La cantidad de “primera leche” (colostró) en el seno es de 1 a 4 cucharitas. ¡Maravilla! ¡Qué tan adecuado y perfecto!

Día 3

Al tercer día, el estomaguito de su bebé puede aguantar de ½ a 1 onza. Si usted trata de darle demasiado de comer, su bebé puede escupir, vomitar o llorar con dolor de estómago. ¡Quién necesita eso! Es normal que su bebé quiera alimentarse con el seno a menudo, a eso de cada 1½ a 3 horas. Cuanto más su bebé se alimenta, más leche materna usted tendrá. (Más y más leche le llenará los senos).

Día 10

Diez días después, el estomaguito de su bebé puede aguantar cerca de 2 onzas. Todos los bebés escupen un poco de leche. ¡Si alimenta a su bebé demasiado, escupirá mucho! Dándole la fórmula después de una alimentación de leche materna puede hacer que su bebé vomite, tenga dolor de estómago o se alimente con el seno menos. ¿Por qué hacer eso?

El estómago de usted es del tamaño de una pelota de béisbol. Al igual que su bebé, si usted come demasiado, se sentirá incómoda, le dará náusea y tendrá dolor de estómago. ¡Quién necesita eso!

Sugerencias para la mamá

Los primeros días en casa generalmente son de gran adaptación para ambos. Su bebé está más despierto y alerta que cuando estaba en el hospital. Antes de nacer, él tenía 24 horas al día de calor y de comodidad. ¡Ahora se da cuenta de que ha habido un cambio y va a dejárselo saber! ¡Permanecer muy cerca de mamá es el lugar más cómodo para él! A su bebé le encanta su caricia suave y el sonido familiar del latido de su corazón le tranquiliza. Él puede desear quedarse cerca de su pecho y si usted lo acuesta para dormir, puede protestar. Esto es normal. Si él llora y se pone inquieto, usted no está haciendo nada mal y tampoco significa que él tiene hambre. ¡Él solamente necesita a su mamá! Al darle tiempo para acurrucarse contra su mamá, usted está haciendo exactamente lo que su bebé necesita para sentirse seguro y salvo. ¡Sea paciente! ¡Pronto su bebé se ajustará a su nuevo mundo!

- ♥ Después de alimentarse, su bebé puede ponerse soñoliento o dormirse ligeramente. Cuando él termine de alimentarse con un seno, trate de sacarle los gases antes de cambiarlo al otro seno. Cuando el termine de alimentarse con el otro seno, no lo mueva ni le saque los gases inmediatamente. En lugar de ello, sostenga su cabecita contra su pecho por un rato hasta que él se duerma más profundamente. Entonces, trate de acostarlo en la espaldita (boca arriba).
- ♥ Para calmarse, muchos bebés necesitan chuparse los dedos. Antes de nacer, las manitas de su bebé eran sus mejores amigos. No se recomienda ponerle los mitones al bebé. Su bebé necesita tocar y sentirse. ¡Es normal que su bebé se chupe los dedos! Córtele las uñas a menudo para evitar que se rasguñe.



Programa Promoción y Apoyo de la Lactancia
Línea del Bebé Saludable
1-800-986-BABY



Programa WIC de Pennsylvania
1-800-WIC-WINS
2006