

3

¿CÓMO SÉ QUE MI BEBE ESTÁ SATISFECHO?

Una de las preguntas más comunes cuando están amamantando es si el bebé está comiendo lo suficiente.

Aquí hay unos consejos para saber si el bebé está recibiendo suficiente leche materna:

- Si está cambiando pañales, quiere decir que el bebé está comiendo.
- Puede escuchar que el bebé traga cuando está amamantando. Usualmente los bebés tragan una vez por cada 1-2 veces que mama.
- Los pechos se sienten más suaves después de amamantar.
- El bebé está subiendo de peso. La primera semana de vida, el bebé puede perder un poco de peso. Esto es normal. Eventualmente,

él/ella va empezar a subir de peso de nuevo. La mayoría de bebés suben de 5-7 onzas cada semana y han duplicado su peso para el tiempo que cumplan de 3-4 meses¹.

Señas que el bebé está satisfecho:

- Las manos abiertas y relajadas
- Se ve calmado
- El bebé puede tener un “eructo húmedo” (un poco de leche se le sale de la boca)

¡SU BEBÉ ESTÁ CRECIENDO!

Los bebés pasan por etapa de crecimiento cuando van a querer amamantar más de lo usual. Esto no significa que el bebé no tiene suficiente leche. Que el bebé tenga más hambre es una señal de que está creciendo. Usted va producir más leche conforme el bebé vaya creciendo. No



CONSEJO DE LA SEMANA

- Su bebé está subiendo de peso, es señal de que está comiendo lo suficiente.
- Cuando el bebé está lleno, va verse relajado. Por ejemplo, va tener sus manitas abiertas y relajadas.
- Es normal que su bebé quiera comer más cuando está pasando por etapa de crecimiento.

hay necesidad de suplementar con fórmula en esta etapa.

Las etapas de crecimiento usualmente ocurren en las semanas 3, 6, 9, y 12. Recuerde cada bebé es diferente y el tiempo exacto va variar con cada bebé.

RECURSOS:

DAR PECHO: ¿QUEDA SATISFECHO MI BEBÉ?

<http://www.guiainfantil.com/blog/854/dar-el-pecho-queda-satisfecho-mi-bebe.html>



BLOGS:

DESMONTANDO MITOS: NO TENGO SUFICIENTE LECHE

lamamavacablog.com/2010/11/desmontando-mitos-iii-no-tengo-leche.html

APLICACIONES:

itunes.apple.com/us/app/baby-nursing-breastfeeding/id420447115?mt=8

itunes.apple.com/us/app/ibabylog-baby-breastfeeding/id466576348?mt=8

REFERENCIAS

1. Monitoring Your Newborn's Weight Gain. American Pregnancy Association. <http://americanpregnancy.org/first-year-of-life/newborn-weight-gain/>