mis primeros tres meses

¡Felicitaciones por la llegada de su bebé!

Amamante a su bebé con frecuencia.

Si tiene alguna inquietud, ¡pregunte!
Hay expertos en lactancia que pueden ayudarle.
Si no amamanta a su bebé,
use fórmula fortificada con hierro.

el apetito del bebé

La cantidad y la frecuencia con la que come su bebé durante los primeros tres meses cambian a medida que crece. **Sea flexible y escuche a su bebé.**

Su bebé puede tener hambre cuando:

- gira la cabeza en dirección a su pecho o al biberón y abre su boca.
- comienza a succionarse la mano o los dedos.
- hace gorgojitos mientras come para demostrar que quiere más.
- está molesto o llora.

El llanto puede ser el último signo del hambre.
No espere hasta que su bebé llore. Puede ser difícil calmar a un bebé que llora. Aprenda a comprender los primeros signos de hambre de su bebé.

Su bebé puede estar satisfecho cuando:

- deja de succionar y suelta el pezón.
- cierra la boca y no quiere abrirla.
- gira la cabeza en dirección opuesta a su pecho o al biberón.

alimente a su bebé con amor y sonrisas

Abrace a su bebé mientras lo alimenta. Háblele con voz suave y sonríale, ¡a su bebé le encantará!

No le coloque el biberón sin sostenerlo con la mano - su bebé puede ahogarse o comer en exceso si hace eso. No coloque cereal, jugo, ponche de frutas, té, soda u otras bebidas azucaradas en el biberón.

Si su bebé no desea terminar un biberón con fórmula, no lo fuerce a comer.
Si se molesta y pide más luego de

¿alimentos sólidos? ...todavía no

...bé tenga 6 meses
...cerle alimentos
... frutas y verduras.
...ner alimentos sólidos
...ta puede enfermarse.
... materna o fórmula
...os 6 meses.

...ete?

...ar el chupete
...o use el chupete
... las comidas.
...e que su bebé coma.
...rimer mes de lactancia.
...a su bebé a las 4 o 6
...blemas con la lactancia.

...el bebé

...mpre significa hambre.
...brace o lo calme, o tal
... su bebé abrazándolo,
...voz suave, masajeándolo
...uchar música.

...es ...ueños

...ciendo rápidamente
...ncita no se llena lo
...ormir toda la noche.
...vante por la noche
...meros 2 a 4 meses.

...o a ...nte

...u bebé
...oche.
... dormir
... biberón
...s un
...tario.

...ne alguna inquietud
...ebé, como por ejemplo:
...lado leche o muy poca.
...u pancita, o tiene
... estresante o molesto
... su bebé o para usted.

...bebé