

# ¿CUÁNTO DEBES ALIMENTAR A TU BEBÉ?



Día 1

Cereza  
5-7 ml



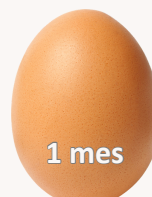
Día 3

Nuez  
0,75-1 onza



Día 7

Albaricoque  
1.5-2 onzas



1 mes

Huevo grande  
2,5-5 oz

## SEÑALES DE ALIMENTACIÓN

- EMPUJAR LA LENGUA
- Chuparse los labios
- MANOS A LA BOCA Y ESTIRAMIENTO
- GIRAR LA CABEZA DE UN LADO A OTRO
- LLORAR ES UNA SEÑAL TARDÍA DE HAMBRE



## SEÑALES DE QUE TU BEBÉ ESTÁ LLENO

- CHUPAR NO ES TAN FUERTE
- PUÑOS ABIERTOS
- EL BEBÉ SE CAE DEL PECHO/BIBERÓN
- EL BEBÉ SE DUERME
- EL CUERPO DEL BEBÉ SE RELAJA

*Durante los primeros 3 días, los sonidos de succión del bebé pueden sonar como "Ca-Ca" y a medida que baja la leche madura, la succión es más fácil de escuchar.*



**Estas son recomendaciones generales: cada bebé tiene necesidades y circunstancias únicas.**



## AUMENTO Y PÉRDIDA DE PESO

- TODOS LOS BEBÉS PIERDEN PESO DESPUÉS DEL NACIMIENTO
- ES NORMAL QUE LOS BEBÉS PIERDEN ENTRE EL 7 Y EL 10% DE SU PESO AL NACER
- A MEDIDA QUE AUMENTE SU LECHE, SU BEBÉ GANARA DE 4 A 7 ONZAS POR SEMANA
- SU BEBÉ DEBERÍA RECUPERAR SU PESO AL NACER EN 10 A 14 DÍAS

## RAZONES POR LAS QUE LLORAN LOS BEBÉS

- SOMNOLENCIA
- DEMASIADO CALOR O FRÍO
- PAÑAL MOJADO O SUCIO
- HABITACIÓN RUIDOSA
- GASES
- QUERIENDO ABRAZARSE

