

A LA HORA DE ALIMENTAR AL BEBÉ: RECEPTIVA, INTERACTIVA, CONCENTRADA

RECIÉN
NACIDO A
6 MESES

Aprende el lenguaje de tu bebé para ayudarle a crecer y a desarrollarse.

Los bebés nos dicen lo que necesitan con la cara, el cuerpo y la voz.

- ¡Tengo hambre!
- ¡Quiero descansar!
- ¡Estoy lleno!
- ¡Quiero jugar!

¡Hora de descansar! ¡Hora de jugar!

- Vuelve la cabeza hacia el otro lado.
- No te mira a los ojos.
- Se revuelve para escaparse
- Está intranquilo o llora.
- Sus ojos te siguen.
- Sonríe abiertamente.
- Hace ruidos.
- Intenta tocarte.

Tomas receptivas, interactivas y concentradas

- Observa al bebé, no al reloj, para saber cuándo necesitas darle de comer.
- Alimenta al bebé cuando tenga hambre y deja de hacerlo cuando esté lleno.
- Empieza a hablarle desde el primer momento.
 - ¡Al bebé le encanta oír tu voz!
 - Repite los gorgoritos y otros sonidos que hace el bebé.
- Mira al bebé. Sonríe y mírale a los ojos.
- Imita sus expresiones faciales.
- Reduce las distracciones para propiciar los momentos de intimidad.



¡Hora de comer!

- Se despierta moviéndose inquieto y parpadeando.
- Aprieta los brazos y los puños.
- Se lleva la mano a la boca.
- Gira la cabeza de un lado a otro buscando el pecho.
- Se chupa los labios, los dedos, la ropa y otros objetos.
- Arrima la cabeza a tu pecho.

¡El llanto es una de las últimas señales de hambre!

¡No quiero más!

- Relaja los brazos separándolos del cuerpo.
- Arquea la espalda.
- Aprieta los labios.
- Suelta el pecho o el biberón y no lo vuelve a buscar.
- Vuelve la cabeza y no acepta el pecho o el biberón.

A LA HORA DE ALIMENTAR AL BEBÉ: RECEPTIVA, INTERACTIVA, CONCENTRADA

Respetar y responder a las señales del bebé con tomas de biberón espaciadas.

Cuando des el biberón:

- Sostén al bebé levantado, no acostado, para que la leche no se le acumule en la boca.
- Deja que el bebé se meta la tetina en la boca, no la fuerces tú.
 - Acarícele los labios con la tetina para que abra la boca
- Sigue dándole el biberón hasta que muestre señales de que está lleno.
 - Controla el ritmo para que el bebé no tome demasiada leche en poco tiempo.
 - Detente a menudo para que no trague grandes cantidades.
 - Dale tiempo al bebé para que sienta que está lleno antes de que se llene demasiado.
 - Si el bebé te indica que ya ha terminado, no le obligues a tomarse todo el biberón.
- Alterna el lado por el que alimentas al bebé para fomentar el desarrollo de los dos ojos.



¿Por qué no debe dejarse que se acumule leche en la boca?

- Más probabilidades de caries.
- Mayor riesgo de infecciones de oído.

¿Qué es una porción para un bebé?

El estómago de los bebés es pequeño.

Al cabo de un mes, el biberón debe llenarse de 2 a 4 onzas para mayor flexibilidad.

Los bebés, igual que nosotros, comen cantidades distintas a horas distintas.

Acarícele los labios con la tetina para que abra la boca.

