

Centro de Lactancia Como Saber

si su bebe come bien*

Día 1

- El bebé amamanta 6 o más veces con la boca ancha
- El bebé amamanta con una succión fuerte y algunos tragos suaves
- El bebé se mantiene piel a piel para la primera alimentación y la mayor parte del día
- El bebé amamanta más minutos cada vez
- El bebé moja 1 o más pañales



Día 2

- El bebé se despierta para alimentar más, esté atento a señales de alimentación!
- El bebé amamanta 8 o más veces con una succión fuerte y tragos suaves
- Los recién nacidos pueden comer MUUY frecuente antes que la leche madura baje, aun cada hora las primeras noches. Esto es comportamiento normal de los infantes. Sigue alimentando!
- El bebé amamanta varios minutos o más cada vez
- El bebé moja 2 pañales, pasa 3 de popo negra y espesa.



Día 3-4

- El bebé alimenta 8-12 veces al día con una succión fuerte y tragos más altos
- Los senos de la madre se sienten más pesados y llenos de leche
- El bebé ablanda al menos un seno por alimentación
- El bebé moja 4-6 pañales, pasa 3-4 de popo verde oscura y blanda



Día 5-7

- El bebé continúa alimentando 8-12 veces al día con una succión fuerte y tragos altos
- El bebé moja 6-8 pañales, pasa 4 o más de popo amarilla y líquida.



¿Cuándo llamar?

Llame a su médico, clínica o la Línea Ayuda para Lactancia en Oklahoma **877-271-MILK (6455)**:

- si no oye los tragos cuando su bebé mama
- Si su bebé hace el popo negro y espeso en el día 5
- Si piensa que algo está mal

Nota: Esto sólo se aplica a bebés que estén saludables. Si su bebé es prematuro o está enfermo, hable con una consejera de lactancia o proveedor del cuidado de salud.

Regresando A Su Casa Con Su Bebé



Bebé Dormilón

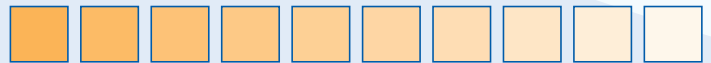
- Si su bebé está muy dormido para amamantarlo:
- Coloque al bebé piel a piel con la mamá o el papá. Quítele la ropa al bebé menos el pañal. Si es necesario utilice una cobija ligera.
- Despierte al bebé para darle pecho: de una manera suave sóbele la espalda, manos, pies o la cabeza; muévale los brazos y las piernas de adentro hacia fuera; dando pecho piel a piel.
- **Esté segura de que se amamante por lo menos 8 veces en 24 horas. Escuche los tragos.**
- Cuente los pañales del bebé. Llame a la Línea Ayuda para Lactancia en Oklahoma o a su médico si su bebé, para el quinto (5) día, no ha tenido 3-4 (o más) popós blandos y amarillos diariamente.

Senos, Llenos, Duros (Congestionado)

- Los senos se llenan en los días 3-5
- Evite congestión al amamantar con frecuencia (cada 1 ½ -3 horas) y al no darle fórmula
- Si los senos se vuelven dolorosos, aplíquese bolsas de hielo entre cada alimentación de 12-24 horas. Tome ibuprofeno según lo necesite para dolor e inflamación
- Los senos se deben de ablandar después de alimentación
- Los senos llenos deben de mejorar en unas 48 horas
- Si el bebé no puede agarrar el seno que está lleno, bombee o exprímase con la mano por unos minutos e intente de nuevo.

Coloración Amarilla en la Piel y/u Ojos del Bebé (Ictericia)

- Llame a su servidor médico y dígalos que su bebé se ve amarillo.
- La ictericia hace que el bebé esté somnoliento. Si el bebé está muy dormido para alimentarse, haga lo que
- está escrito en la parte de "Bebé dormilón".
- Déle el pecho a su bebé con frecuencia, cada 1½ - 2 horas.
- **Si el bebé no se levanta para comer, bombee o sáquese la leche con las manos y alimente a su bebé con una taza, gotero o cuchara.**



Senos Sensibles, Duros o Rojos

- **Amamante con más frecuencia con el seno que está sensible, duro o rojizo.**
- Dé masajes en el sitio que está endurecido durante la alimentación.
- Aplíquese parches calientes o compresas calientes antes de alimentarse.
- Si tiene fiebre de más de 101 y siente dolor en todas partes:
Llame a la Línea Ayuda para Lactancia en Oklahoma o a su servicio médico.
 - Siga dando pecho.
 - Descanse y tome más líquidos.

Línea de Ayuda para Lactancia en Oklahoma: **877-271-MILK (6455)**