

Guía para las primeras alimentaciones

Que tan pequeño es el estómago de un recién nacido

Muchas mamás que dan pecho se preocupan de que el bebé no está recibiendo suficiente leche. Pero, cuando los bebés nacen tienen estómagos diminutos y también digieren la leche de pecho más rápido. Así es que alimente al bebé seguido, como 8-12 veces cada 24 horas.

¿Qué tan pequeño es el estómago de su bebé?

Un día de nacido

- Del tamaño de una canica más grande
- Le caben de 1 - 1½ cucharitas*

1
día de
nacido

En el día 1, su primera leche es calostro. Es amarillo y espeso y protege. Usted tendrá una pequeña cantidad nada mas, pero es todo lo que el bebé necesita. Planeé 20 minutos o mas para alimentar al bebé.

Tres días de nacido

- Del tamaño de una pelota de ping-pong
- Le caben como ¾ - 1 onza (2 cucharadas)*

3
día de
nacido

Para el día 3 o 4 sus senos harán leche madura, que es más delgada y blanca. *Alimentaciones pequeñas y frecuentes* hacen que su bebé reciba toda la leche que necesita.

Después de la primera semana, el estómago de su bebé no puede tener mucha leche. Recuerde, los bebés digieren la leche muy rápido. Alimentarlo seguido asegurará que el bebé reciba suficiente. También le ayuda a usted a aumentar la producción de leche.

Al ir creciendo el estomaguito del bebé va creciendo aun así las alimentaciones frecuentes son lo mejor. Deje que el bebé guíe. De pecho seguido y tanto como el bebé quiera. De esta manera usted producirá la cantidad perfecta de leche para su bebé que está creciendo.

* *Bebé promedio de termino completo*