



Los Bebés Inquietos

Todos los bebés se ponen inquietos a veces por muchas razones. Normalmente, esto no quiere decir que tienen hambre.

Su bebé puede ponerse inquieto si:

- tiene calor o frío
- quiere llamar la atención
- cierto alimento le cae mal
- está pasando por una etapa de crecimiento rápido
- usted le da la fórmula

Los consejos de lactancia que se presentan a continuación pueden ayudar a aliviar la inquietud de su bebé:

- Usted puede dudar que tenga suficiente leche. Recuerde que los bebés pequeños necesitan comer muchas veces al día. Siga dándole el pecho cuando su bebé lo desee.
- No es problema si su bebé no come según un horario regular. Cuando él quiera comer, déle el pecho.
- Haga que su bebé erupte con frecuencia. Permita que su bebé se alimente con ambos senos.
- Una vez que su bebé esté alimentándose bien con el seno, ofrezca un chupete (bobo) si es necesario para satisfacer su deseo de succionar.
- Los bebés no son alérgicos a la leche materna pero algunos pueden ponerse inquietos debido a algo que usted comió. Unos bebés son sensitivos a ciertos alimentos en su dieta. Los alimentos más comunes son la leche de vaca y los productos a base de leche. (Si usted necesita evitar cierto alimento, una semana puede pasar antes de que vea algún cambio.)
- Dar la fórmula después de una alimentación de leche materna puede causar más inquietud. ¡Le duele el estomaguito por haberle dado demasiado de comer!
- La fórmula es más difícil de digerir y hace que los bebés sean más inquietos.
- Deje de fumar o tomar cafeína porque hacen que los bebés sean más inquietos.

¡Su leche le ofrece a su bebe beneficios de salud que permanecen durante toda la vida!