

Maneras de Determinar Si La Lactancia Va Bien

	Semana 1	Semanas 2-6	Semanas 6-12	4-6 meses	7-12 meses
Alimentaciones: ¿Cada Cuándo?	8-12 veces/día (Cada 1½-2½ horas). Despierte al bebé para alimentarlo si no come por más de 3 horas durante el día ó 5 horas en la noche. “¡Estoy aprendiendo a darle el pecho!” ¿Está cansada usted? Duerma cuando el bebé duerma.	8-12 veces/día (Cada 1½-3 horas) “¡Disfruto darle el pecho!” ¿Está cansada todavía? Duerma cuando el bebé duerma.	7-10 veces/día (Cada 2-3 horas) Pasa más tiempo sin alimentarse en la noche. “¡Puedo dormir más!” ¿El bebe es más quieto y sus alimentaciones siguen un horario más regular.	6-8 veces/día (Cada 2-4 horas) Espere un cambio en el horario de alimentarse. Puede comer más en la tarde para dormir más en la noche. ¡Bebe contento! Puede dormir todo la noche.	4-7 veces/día. El bebe empieza a echar dientes. Puede alimentarse menos. Usted puede incorporar alimentos más sólidos. “¡La lactancia es tan fácil. Estoy tan orgullosa!”
Alimentaciones: ¿Por cuánto tiempo?	5-30 minutos en cada lado. Puede alimentarse de un sólo lado pero ofrezca ambos.	10-40 minutos. Puede alimentarse de un sólo lado; ofrezca ambos	10-40 minutos. Normalmente se alimenta de ambos lados.	Varía con el bebé. Puede distraerse.	Alimentaciones pueden ser mas cortas de lo normal.
Pañales ensuciados	Días 1-2: El color parece negro como brea Días 3-5: El color va cambiando de café a amarilloverdoso a color mostaza Debe ensuciar 2-4 pañales/día	Parecerán más aguados, color mostaza. Mínimo de 2-4/día. Puede ensuciar un pañal con cada alimentación.	Parecerán más aguados, color mostaza. Mínimo de 2-4/día. Menos pañales para la semana 6. Bebés mayores pueden solo ensuciar 1-2 por semana.	Cada bebé es diferente. Puede sólo ensuciar 1-2 por semana o puede ensuciar pañales cada día.	Cada bebé es diferente. 1-2 cada día o 1-2 por semana es normal. Cambiarán de color y olor cuando usted empiece a ofrecerle alimentos sólidos.
Patrones de aumento de peso	Pierde hasta 8% de peso corporal. Debe empezar a aumentar de peso al final del día 7.	Semana:2: Debe regresar a su peso de nacimiento; 3-4: Gana 7 onzas por semana; 5-6: Gana 5 onzas por semana	5 onzas por semana 1¼ libras por mes.	3 onzas ¾ libra por mes.	2 onzas ½ libra por mes.
Cambios de los senos	Días 1-5: Poco de colostro Senos suaves. Días 3-6. Más leche. Los senos pueden sentirse llenos y pueden gotear leche.	Los senos pueden perder su llenura inicial alrededor del día 10. Esto es normal. Los senos gotean menos.	Se ponen los senos aún más suaves después de 2 meses. Ya no gotean leche.	Obstrucción de los conductos mamarios es más común cuando: <ul style="list-style-type: none"> • el bebé empiece a dormir toda la noche. • Usted empiece a darle alimentos sólidos 	El tamaño de los senos seguirá reduciendo.
Recuerde: ¡Cada bebé es diferente y presenta distintos patrones de crecimiento!					
Crecimiento acelerado	7-10 días. El bebé se alimenta más frecuentemente.	3 semanas y 6 semanas. El bebé se alimenta más frecuentemente.	3 meses. El bebé se alimenta más frecuentemente.	6 meses. El bebé se alimenta más frecuentemente.	9 -12 meses. El bebe comerá más alimentos sólido

Para obtener más información, visite la Coalición de Lactancia Materna de Delaware en www.delawarebreastfeeding.org
Cortesía contenido del Departamento de Concientización de la Salud Lactancia Pennsylvania y del Programa de Apoyo

