Alimentación de Fórmula para su Bebé

Medición de la Fórmula en Polvo

Mezclar de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta. Se necesita un cucharon de leche en polvo por cada 2 onzas de agua.

- **Agua:** Medir la cantidad de agua que necesita primero.
- **Añadir fórmula:** Utilice siempre el cucharon proporcionado con la fórmula. Cuando se mide la fórmula, el cucharon no debe estar rebalsando de lleno. Volver el cucharon seco a la lata después de usar.
- **Mezcla:** Agite bien la mezcla de la fórmula y agua

Haciendo Un Biberón

Para Hacer Un:	Agua	Fórmula
Biberón de 2 onzas	2 onzas	1 cucharon
Biberón de 4 onzas	4 onzas	2 cucharones
Biberón de 6 onzas	6 onzas	3 cucharones
Biberón de 8 onzas	8 onzas	4 cucharones

¿Cuánto necesita su bebé?

Los bebés amamantados limitan su consumo de leche, ya que tienen que trabajar duro para conseguirlo. Los bebés alimentados con fórmula se acuestan y se beben lo que es dado, así que tenga cuidado de no so brealimentar a su bebé! Algunos bebés van a querer chupar un chupón después de la alimentación debido a las necesidades mayores de succionar.

Edad	Onzas
Pocos días	2-3 onzas cada 3-4 horas
1 mes	4 onzas cada 4 horas más o menos
6 meses	6-8 onzas, 4-5 veces al día

*Las recomendaciones son dadas por American Academy of Pediatrics.

El Primer Año:

La siguiente tabla muestra la cantidad recomendada de fórmula por día para el primer año. Sin embargo, es importante alimentar bajo demanda. Los bebés pasan por períodos de crecimiento y pueden requerir más de las cantidades recomendadas en esos momentos. Su bebé no debe tomar más de 32 oz de fórmula por día. Si él/ella constantemente quiere más fórmula hable con su proveedor médico.

Edad	Onzas por día
0-1 mes	12-24
1-2 meses	22-28
2-3 meses	24-32
3-4 meses	24-32
4-6 meses	24-32
6-8 meses	24-32
8-10 meses	24-32
10-12 meses	16-24

Señales de Hambre

- Bebe rápidamente y chasquea los labios
- Pone repetidamente las manos en la boca
- Mueve la cabeza hacia el cuerpo del cuidador

Consejos de Seguridad:

- Siempre sostenga a su bebé cuando se alimenta con biberón.
- No ponga a su bebé en la cama con un biberón.
- Deje que su bebé decida cuando él o ella ha terminado
- Deseche cualquier fórmula preparada que su bebé no termino
- Caliente la fórmula en agua tibia en lugar del microondas. Los microondas pueden calentar de manera desproporcionada haciendo que el líquido se caliente demasiado para la boca del bebé.

Adaptado de American Academy of Pediatrics 11/2019

Escupir: ¿Es Normal, Cuanto y Cuando?

Escupir es **normal** en los bebés. Se ve más frecuentemente en los bebés de 1-3 meses de edad y disminuye durante los 4-12 meses de edad. El escupir ocurre cuando la tapa entre la garganta y el estómago no está completamente desarrollada. Cuando un bebé come demasiado o demasiado rápido, la tapa libera el contenido del estómago, causando que el bebé escupa.

Tratamiento

- Haga eructar a su bebé con frecuencia (después de cada 1-2 onzas) para evitar la acumulación de aire en el estómago.
- Alimente más lento para permitirle al contenido del estómago más tiempo para vaciar en los intestinos.
- Tenga cuidado de no alimentar demasiado a la vez. Deje de alimentar a su bebé cuando parece estar lleno. Siga las señales de su bebé para cuando él / ella está lleno. Estos pueden incluir cuando su bebé:
    - ◊ Deja de mamar, suelta el pezón (pecho o biberón)
    - ◊ Se ve relajado o con sueño, abre los puños
    - ◊ Voltea la cabeza
    - ◊ Cierra la boca con fuerza
    - ◊ Se inquieta o se distrae
- Mantenga a su bebé en posición vertical después de la alimentación durante al menos 20 minutos. Esto permite que la gravedad ayude a prevenir que el contenido del estómago suba.

Escupir	Vómitar
• Cantidades pequeñas	• Cantidades grandes
• No causa contracciones musculares en el estómago.	• Contracciones musculares y del diafragma.
• No angustia al bebé	• El bebé está irritado o angustiado

Cuando buscar ayuda:

De vez en cuando, el escupir puede ser tan frecuente y en gran volumen de manera que el bebé no aumenta de peso adecuadamente. Esto es mucho más preocupante y puede requerir pruebas específicas y un tratamiento más agresivo.

El escupir normal no interfiere con el crecimiento de un bebé o el bienestar. Póngase en contacto con el médico si su bebé:

- No aumenta de peso
- Vomita con tanta fuerza que el contenido del estómago sale disparado de su boca
- Vomita líquido verde o amarillo
- Vomita sangre o un material parecido a los granos de café
- Resiste la alimentación
- Tiene sangre en su materia fecal
- Tiene otros signos de enfermedad, como fiebre, diarrea o dificultad para respirar

Eastern Idaho Public Health
Prevent. Promote. Protect.