

Alimentando a Su Bebé

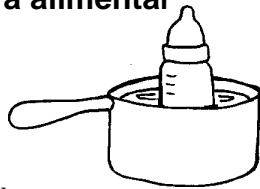
Servicio de Extensión Cooperativa de Oklahoma • Oklahoma State University



Alimentación con Biberón Consejos: Parte 2

Antes de empezar a alimentar a su bebé :

- Ponga el biberón de leche en una cacerola con agua y caliente hasta que el biberón este tibio.
- NO use el horno de microondas para calentar la leche de fórmula de los infantes.



Consejos para Alimentar

- Llorando no siempre es una señal de hambre. NO le de a su bebé una botella cada vez que él o ella lllore.
- Cargue y hable con su bebé cuando lo alimente. A su bebé le gusta sentir el calor y la protección de sus brazos y también le gusta oír su voz.
- Incline el biberón cuando alimente a su bebé para asegurarse que la mamila y el cuello de la botella estén llenos de leche durante todo el tiempo.

- Erupte a su bebé durante y después de alimentarlo. Ponga a su bebé verticalmente sobre su hombro y dele pequeños golpecitos o frote su espalda con cuidado.
- Evite poner mucha fórmula en un biberón. Prepare leche suficiente para una comida y tire cualquier leche que sobre.
- Ofrezca a su bebé un poco de agua entre comidas para satisfacer su sed.

Precaución

- NO le agregue alimentos como cereales para infantes o ponga bebidas dulces en el biberón.
- NO le deje el biberón a su bebé cuando este acostado. Su bebé se puede ahogar o puede desarrollar caries dentales por la leche que queda en su boca.
- Consulte con su médico antes de añadir cualquier alimento sólido a la dieta de su bebé. Los cereales para niños pequeños no deben ser adicionados hasta que su bebé tenga entre 4 a 6 meses de edad. La alimentación muy temprana con comida sólida puede causar problemas de alergias a los alimentos o de sobre-peso.
- NO use alimentadores infantiles para darle comida sólida a su bebé. Los alimentadores infantiles no pueden ser limpiados correctamente y no ayudan a su bebé a aprender a masticar y a tragar los alimentos sólidos correctamente.

Lecturas Recomendadas:

Gerber (1994). *Mealtimes*. Fremont, MI: Author.

Lambert-Lagace, L. (1991). *Feeding your baby: from conception to age two*. Emeryville, CA: Surrey Books.

Bibliografía:

American Academy of Pediatrics (1993). *Pediatric nutrition handbook*. Elk Grove Village, IL: Author.

Fomon, S.J. (1994). Pay attention to your baby's appetite to avoid overfeeding or underfeeding. Part I: Establishing habits of eating in moderation. *Pediatric Basics*, 69, 8-10.

Greenspan, S. (1994). Pay attention to your baby's appetite to avoid overfeeding or underfeeding. Part II: Mealtime communication. *Pediatric Basics*, 69, 11-13.



OKLAHOMA STATE UNIVERSITY
Llevando la Universidad a Usted

Para mayor información, consulte en su Condado con el Centro de Extensión de la OSU.

Elaborado por: Donna-Jean Hunt, M.S., R.D./L.D.,
EFNEP Nutritionist
Emily Joyce, M.S., R.D./L.D.,
CNEP Nutritionist
Glenna S. Williams, EdD
CNEP State Coordinator

Revisado por: Susan Bullard, M.D., FAAP

Formateado por: Ursula Blanchard

Traducido por: Perla E. Encarnación A.

Editor: Mely Jimenez

Este material esta respaldado por el Programa de Oklahoma Nutrition Education (ONE) a través del Departamento de Human Services Food Stamp Program de Oklahoma. La serie original fue apoyada por el Servicio de Extensión del Departamento de Agricultura de Los Estados Unidos, bajo un proyecto especial con número 93-ENED-17513.

Oklahoma State University, in compliance with Title VI and VII of the Civil Rights Act of 1964, Executive Order 11246 as amended, Title IX of the Education Amendments of 1972, Americans with Disabilities Act of 1990, and other federal laws and regulations, does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, age, religion, disability, or status as a veteran in any of its policies, practices or procedures. This includes but is not limited to admissions, employment, financial aid, and educational services. Issued in furtherance of Cooperative Extension work, acts of May 8 and June 30, 1914, in cooperation with the U.S. Department of Agriculture, Sam E. Curl, Director of Oklahoma Cooperative Extension Service, Oklahoma State University, Stillwater, Oklahoma. This publication is printed and issued by Oklahoma State University as authorized by the Dean of the Division of Agricultural Sciences and Natural Resources and has been prepared and distributed at a cost of \$51.16 for 500 copies. 0301 UB.