

Señales de hambre y satisfacción durante la lactancia

Dependiendo del nivel de hambre de tu bebé, sus señales podrán volverse muy evidentes para ti. Entre más tiempo pase antes de que respondas a sus señales, más ruidosa y enfocada será su manera de comunicarte que tiene hambre. La etapa de nacimiento

Señales típicas de hambre Inicialmente estará calmado y alerta, y sus ojos se moverán rápidamente. Buscará volteando la cabeza y abriendo la boca cuando tocas su comisura con el dedo limpio. Posiblemente comenzará a chuparse las manos con entusiasmo y a relamerse los labios. Si sus señales de hambre siguen sin respuesta, comenzará a irritarse, y luego a llorar. Señales típicas de satisfacción Ya no le interesará seguirse alimentando. Dejará de buscar tu seno. Normalmente estará calmado y relajado y con frecuencia se quedará dormido. Cuando tu bebé tiene entre 4 y 6 meses de edad

Señales típicas de hambre Ahora, ya sabes cuáles son sus señales habituales para avisarte que tiene hambre. Ya conocen sus respectivos patrones, así que confía en esta comunicación establecida. Es posible que continúe chupándose las manos antes de irritarse, pero esta también podrá ser una forma saludable de calmarse solo. Comerá cuando le ofrezcas tu seno, pero dejará de hacerlo si se distrae y luego volverá a buscarlo para continuar alimentándose. Llorar es el último recurso, y lo hará para avisarte que ha perdido la paciencia y quiere que lo alimentes ahora mismo. Señales típicas de satisfacción Se desprende del seno y voltea la cabeza. Ya no muestra interés cuando le vuelves a ofrecer el seno. Ya puede alimentarse de forma mucho más eficaz y podrá terminar de lactar en tan solo 5 a 10 minutos. Estará calmado y conforme después de alimentarse. Cuando tu bebé tiene entre 6 y 12 meses de edad

Señales típicas de hambre Confía en el patrón de comunicación que ha desarrollado para avisarte que tiene hambre. Se pondrá irritable e inquieto. Cuando le ofrezcas tu seno comerá, pero dejará de hacerlo si se distrae y luego volverá a buscarlo para continuar alimentándose. Llorar es el último recurso para avisarte que ha perdido la paciencia y quiere que lo alimentes ahora mismo. Señales típicas de satisfacción Se desprenderá del seno y volteará la cabeza. Ya no muestra interés cuando le vuelves a ofrecer el seno. Ya puede alimentarse de forma mucho más eficaz y podrá terminar de lactar en tan solo 5 a 10 minutos. Notará que está calmado y conforme después de alimentarse. **ES BUENO SABERLO** Reconocer y comprender la importancia de las señales de hambre y satisfacción puede ayudar a crear hábitos alimenticios saludables.