

Let your baby set the pace for bottle feeding



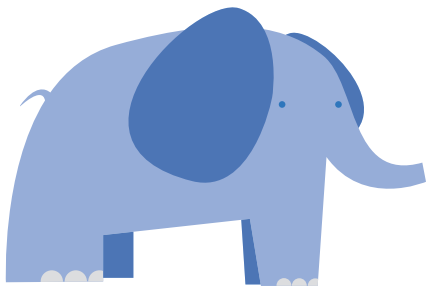
Feeding is a great time to nurture your baby. When you feed your baby at a comfortable pace, baby can let you know, “I need a break” or “I’m full.” Letting your baby set the pace means less chance of overfeeding, gas, stomach discomfort, and spitting up.

1

Is baby hungry?

Feed baby when you see hunger cues . . .

- Keeps hands near mouth
- Bends arms and legs toward body
- Makes sucking noises
- Puckers lips
- Searches for nipple (roots)



2

Feed baby.

Here are 5 easy tips to feeding baby . . .

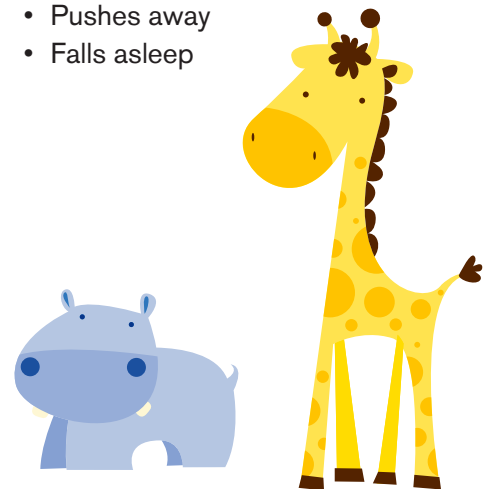
- Always hold your baby and the bottle when feeding.
- Hold your baby almost upright.
- Brush the bottle nipple across baby’s upper lip. Wait for baby’s mouth to open.
- Hold the bottle in an almost flat position. The nipple will be only partly full. This keeps the milk from pouring into baby’s mouth.
- Let your baby pause and take breaks every few sucks. Your baby will feed for about 15–20 minutes.

3

Is baby full?

Don’t try to get your baby to finish the bottle. Watch for fullness cues . . .

- Sucks slower or stops sucking
- Relaxes hands and arms
- Turns away from nipple
- Pushes away
- Falls asleep



Al alimentar a su bebé con el biberón, deje que sea él quien fije su propio ritmo



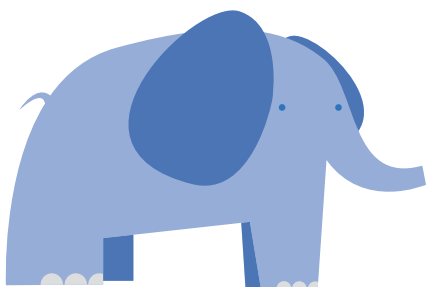
La hora de alimentarlo es un momento excelente para formar un vínculo con su bebé. Cuando alimenta a su bebé a un ritmo tranquilo, el bebé le puede comunicar “Necesito un descanso” o “Estoy satisfecho”. Dejar que sea su bebé quien fije su propio ritmo reduce la probabilidad de alimentarlo en exceso, de provocarle gases y malestar estomacal y de que escupa la leche.

1

¿El bebé tiene hambre?

Alimente a su bebé cuando vea señales de que tiene hambre...

- Mantiene las manos cerca de la boca.
- Dobla los brazos y piernas hacia el cuerpo.
- Hace sonidos de succión.
- Frunce los labios.
- Busca el pezón (instinto innato).



2

Alimente a su bebé.

A continuación le damos 5 consejos sencillos para alimentar a su bebé...

- Siempre cargue a su bebé y el biberón al momento de alimentarlo.
- Cargue a su bebé en una posición casi derecha.
- Pase el chupón del biberón por el labio superior del bebé. Espere a que el bebé abra la boca.
- Sostenga el biberón en una posición casi plana. El chupón sólo estará parcialmente lleno. Esto evita que la leche se derrame en la boca del bebé.
- Deje que su bebé se detenga y descanse después de succionar algunas veces. Su bebé se alimentará de 15 a 20 minutos aproximadamente.

3

¿El bebé está satisfecho?

No intente que su bebé se termine el biberón. Fíjese en las señales que indican que está satisfecho...

- Succiona más lento o deja de succionar.
- Relaja las manos y los brazos.
- Se aleja del chupón.
- Se empuja hacia atrás.
- Se queda dormido.

