

Segunda consulta... 2 meses

Cosas en que pensar

¿Tiene alguna preocupación sobre la alimentación?

¿Está poniendo algo en el biberón de su bebé aparte de leche materna o leche de fórmula?

Cuando está despierto su bebé, ¿pasa tiempo sobre su panza?

Consejos sobre alimentación

- A medida que su bebé se desarrolle y crezca, pasará más tiempo entre una comida y otra y comerá más en cada comida.
- La mayor parte de los bebés de 4 meses toma de 4 a 6 onzas de leche materna o de fórmula y se alimenta 4 o 5 veces por día.
- No todo llanto significa hambre.
- Continúe usando un biberón de 4 onzas.
- Espere a que su bebé tenga por lo menos 4 meses antes de comenzar a darle cereal.
- **NO** ponga cereal en el biberón.
- **NO** le dé a su bebé miel, jugo, o bebidas endulzadas o sodas/gaseosas.

Sea activa

- Anime a su bebé a alcanzar cosas y a patear.
- No se recomienda tiempo frente a la pantalla (TV, computadora, juegos electrónicos) para bebés menores de 2 años.

Notas:

Nombre del niño _____

Estatura _____ Peso _____ Fecha _____

Porcentaje del peso que corresponde por estatura _____ %

Una colaboración de Healthy Ohio, Academia Americana de Pediatría, Ohio; Departamento de Salud de Ohio; Asociación Dietética de Ohio, Hospital de Niños Nacional; Centro Borden de Nutrición y Bienestar y la Asociación Americana de Lecheros y el Consejo de Lecheros del Oriente Medio. Se permite reproducir con fines educativos. Diciembre 2007

