

Después de leer esta lección, haga clic en el enlace de la encuesta al final para responder algunas preguntas y recibir crédito de educación nutricional para su clase.

## Comprendiendo el comportamiento del recién nacido



Los bebés, especialmente los recién nacidos y los bebés pequeños, todavía no tienen palabras para decir, aparte de balbuceos adorables y arrullos. Aunque no usan palabras, comunican sus necesidades a través de ciertos comportamientos. Vamos a ver a algunas de las señales más comunes que comunican los bebés.



### Tengo hambre

Muchas veces su recién nacido pasa por etapas de hambre. Si captamos las señales tempranas del hambre y los alimentamos de inmediato, esto generalmente hará que el tiempo de alimentación sea más agradable con el bebé. ¡Aquí cubriremos las etapas para ayudarlo a familiarizarse y estar listo para entrar en acción cuando note las primeras señales!

#### Etapas tempranas

- Reflejo de búsqueda\* Es un instinto natural para que los recién nacidos enraícen el seno
- Movimientos agitadores
- Chasquear los labios- abrir y cerrar la boca
- Hace ruidos de succión
- Lleva las manos cerca de la boca o en la boca
- Comienza a inquietarse/retorcerse
- Flexiona brazos y piernas

#### Etapas tardías

- Hacer movimientos corporales agitados
- Llorar
- Enrojeciendo en la cara

\*La mayoría de los recién nacidos deberán ser calmados antes de alimentarse. Piel a piel es una excelente manera de devolverle la calma al bebé y establecer una buena alimentación.



### Estoy Lleno

Aprender las señales de plenitud es tan importante como aprender las señales del hambre. Si los bebés están sobrealimentados, puede provocar problemas digestivos y fastidio. Los bebés que se alimentan en el seno tienen el control de la alimentación, pero cuando beben de un biberón es importante vigilar sus señales de saciedad y detener la alimentación.



- Se relaja-extiende los brazos y las piernas, abre el puño. \*Piense en su brazo como un medidor de gas para su hambre y plenitud.

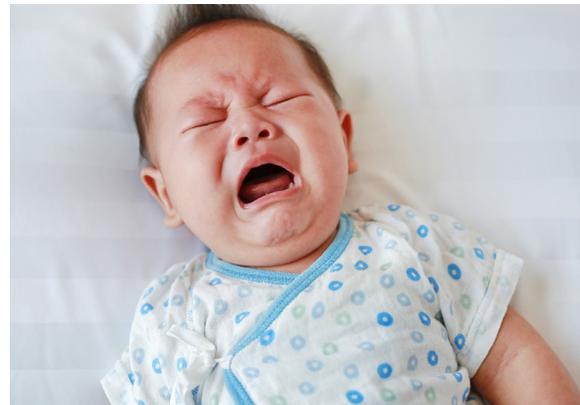
- Retrasa o disminuye la succión
- Se aleja del seno o del biberón
- Se queda dormido/a



### Necesito que algo sea diferente

- Arquea el cuerpo hacia atrás
- Se da la vuelta
- Frunce el ceño o hace muecas
- El cuerpo se pone tenso
- Cierra los ojos

Es nuestro trabajo tratar de descubrir qué les está molestando. ¡Muchas veces solo necesitan un descanso o se han cansado demasiado y necesitan descansar para sentirse mejor!



### Quiero estar cerca de ti

- Cuerpo y cara relajados
- Ojos abiertos
- Mirar fijamente la cara de un padre o cuidador
- Patear y mover brazos con emoción
- Sonriente

Cuando vea estas señales, no pierda la oportunidad de relacionarse con su bebé. ¡Hable, sonría, haga caras chistosas, todo esto le gustará a su bebé y muchas veces intentará imitarlo y responderle!



## Cuando los bebés lloran

¡Ha hecho todo lo posible para vigilar los comportamientos de su recién nacido que indica un cambio, PERO a veces llorar es inevitable! Todos los bebés lloran. Es otra manera en que ellos se comunican. Quieren nuestra respuesta urgente.

- Sostenga al bebé cerca o intente piel a piel para ayudarla calmarse.
- Lleve al bebé a un cuarto tranquilo. A veces los bebés se sobreestiman en ambientes ruidosos y esto causa estrés y llanto.
- Cante o mece, repitiendo la misma acción por durante unos minutos antes de intentar algo nuevo.
- Haga una lista mental de las señales que el bebé estaba dando antes del llanto e intente responder una vez que se haya calmado.

Llorar es estresante para todos los involucrados. Está bien sentar al bebé y tomar un breve descanso. ¡Etiquete a alguien más para probar sus habilidades calmantes!

\*Si el llanto se vuelve demasiado, hable con el proveedor de atención médica de su bebé.

**¡DETENER!**

**Haga clic aquí para completar la encuesta y recibir crédito.**



Encuétranos en  

**El Departamento de Salud del Estado de Oklahoma (OSDH) es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. Copias han sido depositadas con Publications Clearinghouse del Departamento de Librerías de Oklahoma y están disponibles para bajar en [www.documents.ok.gov](http://www.documents.ok.gov). Esta publicación ha sido presentada en cumplimiento con la sección 3-114 del título 65 de los Estatutos de Oklahoma. | Issued June 2020 | 19413WIC | ODH No. P1385A |**