

# Lista Para los Recién Nacidos que Toman Pecho

Coloque en la puerta de su refrigerador o del baño.

Fecha y hora que nació su bebé: \_\_\_\_\_

Su bebé cumplirá 4 días el: \_\_\_\_\_

Peso al nacer: \_\_\_\_\_

Peso al salir del hospital: \_\_\_\_\_

*(Es común que pierda hasta el 7% del peso de nacimiento)*

Peso del bebé a los 2 días después del alta: \_\_\_\_\_

Peso del bebé al cumplir dos semanas de nacido: \_\_\_\_\_

*(El bebé debe haber recuperado su peso al nacer en 14 días)*

## Números importantes:

Pediatra: \_\_\_\_\_

Obstetra: \_\_\_\_\_

Apoyo de Lactancia: \_\_\_\_\_

Entre su código postal en [www.zipmilk.org](http://www.zipmilk.org) para localizar ayuda.

## Algunas señales que la lactancia va bien:

- Su bebé toma pecho por lo menos 8 veces en 24 horas.
- Al cumplir 4 días, su bebé tiene al menos 4 deposiciones (popó) amarillas cada 24 horas.
- Puede oír a su bebé tragar al amamantarlo.
- Una vez que su bebé se pega, no le duelen los pezones cuando el/ella toma pecho.
- Su bebé recibe sólo leche materna.

## Consulte con la oficina de su pediatra o consultora de lactancia si:

- Su bebé ensucia (popó) menos de 4 pañales en 24 horas.
- Al tercer día encuentra manchas rojas en el pañal.  
*(Puede ser normal durante los primeros 3 días.)*
- A los cuatro días su bebé todavía tiene deposiciones espesas y negras.
- Su bebé no toma pecho por lo menos 8 veces cada 24 horas.
- No puede oír a su bebé tragar o no se da cuenta si lo hace.
- Sus pezones le duelen durante la lactancia, aún después que oye al bebé tragar.
- Su bebé no parece satisfecho después de tomar pecho.

Es su responsabilidad llamar al doctor de su bebé para hacer citas incluyendo una visita a los 2 días después de salir del hospital.

**Si piensa que no le va bien la lactancia, ¡no demore!  
– llame a su doctor, consultora de lactancia o WIC.**

