



Guía de soluciones

PHILIPS

AVENT

Hola Mamá Philips Avent.

Esta es un Guía de soluciones creada especialmente para ti y tu bebé por expertos que conocen cuáles son tus necesidades, preguntas y dudas frecuentes.

Ahora te pedimos que disfrutes y conozcas todo lo que Philips Avent tiene para ti.

1. Cólico del lactante

¿Qué es?

El cólico del lactante es un trastorno típico en los recién nacidos. Se presenta como un espasmo del área abdominal y se caracteriza por un llanto intenso y prolongado sin causa aparente.

¿Cómo identificarlo?

Normalmente, cuando tu bebé llora prolongadamente, en promedio de dos a tres horas en la tarde o en la noche, durante dos o más días a la semana, es probable que tenga cólico del lactante. Su expresión facial es de dolor, se muestra incómodo y, estira y encoge sus extremidades.

Solución Color Philips Avent

El cólico del lactante es un síntoma normal de los recién nacidos y no debe generar mayor alarma. El bebé durante el transcurso del día liberará gases lo cual le generará una sensación de alivio.

Puedes prevenir el Cólico del lactante empleando un biberón anticólicos, además el contacto permanente contigo, al momento de la alimentación, hará que el bebé se sienta tranquilo y aliviado. También te aconsejamos que le prestes atención al bebé durante estos episodios, para que se sienta atendido y libere el estrés que le causan los cólicos.



2. Leche materna.

¿Cómo conservarla?

La leche materna tiene propiedades antibacterianas, esto hace que se pueda almacenar por periodos prolongados de tiempo, en condiciones adecuadas:

| Temperatura | Grados centígrados | Tiempo de duración |
|----------------------|--------------------|--------------------|
| Temperatura Ambiente | 15° C | 24 horas |
| Refrigerada | 0°C – 4°C | 8 días |
| Congelada | -4°C | 2 semanas |

Solución Color Philips Avent

Recuerda que la leche materna es un líquido lleno de nutrientes importantes para el recién nacido, por lo que debe manejarse con cuidado.

La leche se conservará de mejor manera si la temperatura es estable, por tanto, no es recomendable colocarla en la puerta de la nevera para su refrigeración debido al cambio constante de temperatura.

Es importante que después de descongelada no se vuelva a congelar, pues pierde la mayoría de sus propiedades nutricionales. Para calentar la leche no utilices el microondas, pues su calentamiento es irregular y puede producir quemaduras en la leche. La mejor manera de descongelarla es al Baño María (Colocar el recipiente que contiene la leche dentro de otro con agua caliente) resulta más beneficioso para sus propiedades y composición.



3. ¿Darle agua a mi bebé?

Es necesario saber que la leche materna aporta un número considerable de nutrientes y contiene todo lo que tu bebé necesita durante los primeros seis meses de vida, favoreciendo su crecimiento, maduración y salud.

Sin embargo, en ocasiones pensamos que al bebé le hace falta hidratación porque se lleva la mano a la boca, bosteza, busca el pecho o lo toca. Debes saber que un bebé menor de seis meses no necesita ningún otro líquido aparte de la leche materna, independientemente de si hace calor o ha sudado mucho.

Solución Color Philips Avent

Cuando tu bebé tiene más de seis meses y consume otros alimentos necesitará más hidratación además de la leche materna. En estas ocasiones puedes ofrecerles agua.

A esta edad ya son capaces de beber en vaso, así que podrás darle una pequeña cantidad de agua en el mismo cuando veas que la necesita. No es conveniente ofrecerles agua en una botella porque estas usualmente contienen bacterias que podrían afectar la salud de tu bebé, provocando infecciones y males estomacales.

Te sugerimos que, al momento de salir con tu bebé, siempre lleves su vaso para que puedas servirle agua u otros líquidos, además ¡Recuerda lavarlo muy bien! para evitar contaminaciones y cuidar de su salud.



4. Tengo poca leche

En ocasiones como mamá surgen muchísimas dudas respecto a la lactancia, ¿Lo estoy haciendo bien? ¿Le he dado mucho pecho al bebé? ¿Mi flujo de leche materna es correcto? Tranquila, cuando eres madre tu organismo se programa naturalmente para serlo, incluidos tus senos y glándulas mamarias.

Biológicamente, exceptuando algunos casos, la madre produce la cantidad exacta de leche para alimentar a su bebe, sin embargo, en ocasiones puede suceder que el flujo de leche es mínimo y esto te puede generar alarma.

La fluidez de la leche materna se ve influenciada, en la mayoría de los casos, por factores externos, entre ellos la postura y el agarre. Para tener un flujo más abundante de leche busca el acompañamiento de un experto para que te guíe en corregir la postura que utilizas y el agarre que tiene tu bebé al momento de amamantar.

Solución Color Philips Avent

Una manera de incrementar la cantidad de leche materna que produces es estimulando su producción de una manera externa, más allá de los momentos en que amamantas a tu bebé. Para esto puedes usar un extractor de leche, con él podrás incentivar a tus glándulas mamarias a producir más leche y descubrir la mejor posición corporal para hacerlo de manera cómoda.



5. ¿El chupete o chupo?

¿Es necesario?

La mayoría de bebés lactantes tienen el instinto y la necesidad natural de succionar, incluso después de amamantarlos siguen con la necesidad de chupar algo. Algunas formas de identificar esa necesidad, es cuando lamen sus manos, mordisquean los dedos, lloran o se enfadan si quieres darle más pecho.

Si estos comportamientos los evidencias en tu bebé es momento de darle un chupete o chupo. Notarás como estará más tranquilo y relajado.

Solución Color Philips Avent

Hay que tener presente que el chupete o chupo es un objeto que substituye al pecho y al momento de ofrecerlo, debería darse acompañado de contacto físico, miradas, abrazos, caricias, para así generar una conexión física y emocional con tu bebé.



6. Ambiente del bebé

¿Qué temperaturas benefician a mi bebé?

El organismo y la piel de un bebé son de extremo cuidado en sus primeros años, por lo que debemos cuidar al máximo el entorno que lo rodea y sus características.

Una de las más importantes es la temperatura del ambiente donde vive el bebé, ya que es un aspecto fundamental para todas sus actividades y descanso, por lo que no se debe descuidar, en especial a la hora de acostarlo a dormir.

Lo recomendable es que, durante el día, la temperatura debe estar entre los 22° y 24° C. Por la noche, esta debe oscilar entre los 18° y 20° C. No debes dejar a tu bebé sin la ropa adecuada, por eso ten siempre al alcance ropa abrigada para los momentos de frío, y una colcha para sus siestas. Para los momentos de altas temperaturas es recomendable que el bebé use ropa ligera, puesto que, si tiene mucho calor y suda en exceso, se sentirá incómodo y comenzará a llorar.

Solución Color Philips Avent

Es ideal que tengas mucha precisión sobre la temperatura del ambiente de tu bebé, por esto un termómetro de ambiente te podrá funcionar perfecto, ya que, tienes certeza de que la habitación y el baño de tu bebé tendrán la adecuada temperatura.

