

Fonoaudiología

La alimentación es una de las funciones primordiales que garantizará un adecuado desarrollo de tu bebé, por lo cual es importante que puedas tener presentes algunas recomendaciones y realizar los ejercicios aprendidos para la estimulación de una adecuada alimentación del bebe.

Las recomendaciones son las siguientes:

- 2** Si en el momento de la alimentación el bebé se encuentra dormido y se dificulta el agarre del pezón, se recomienda sacar unas gotitas de leche y ponerlas en los labios del bebé para familiarizarlo con su gusto, textura y potenciar sus reflejos con este alimento.



- 1** Recuerda que la principal fuente de alimentación para el bebé debe ser la lactancia materna, por lo cual en cada toma debe ofrecerla al bebé como primera opción. En los casos en que sea necesario complementar, se debe hacer siempre después de la lactancia.



- 3** Antes de iniciar la lactancia, se recomienda realizar masajes circulares en sus labios con el dedo índice cambiando de dirección de vez en cuando, lo cual ayudará a mejorar el instinto de succión.



Fonoaudiología

4 Al iniciar la lactancia, se recomienda que con tu pezón acaricies suavemente la mejilla o la comisura de los labios, ya que esto hará que el bebé gire la cabeza hacia ese lado y abra su boca para recibir el pezón.



5 En caso de que el bebé se encuentre nervioso o llorando y no logre agarrar efectivamente el pezón, se puede probar masajeando su paladar con la yema de un dedo (bien limpio y con las uñas muy cortas), esto ayudará a que el bebé vuelva a iniciar los movimientos de sus labios y su lengua y estará más preparada para la lactancia.



6 Siempre es recomendable tocar la cara del bebé, realizar masajes suaves en sus mejillas frecuentemente y permitirle el contacto piel a piel que le ayudará a prevenir alteraciones en su sensibilidad.



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

**Unidad de Rehabilitación
Hospital Universitario San Ignacio
www.husi.org.co**