

Babywise

Más de 6 millones de ejemplares vendidos

Sabiduría para criar a tu bebé

REGÁLELE A TU BEBÉ
EL SUEÑO NOCTURNO



Gary Ezzo y Robert Bucknam

UN COMPAÑERO DEL AUDIOLIBRO

LA LISTA «QUIÉN HARÁ QUÉ»

MAMÁ	RESPONSABILIDADES DEL HOGAR	PAPÁ
☐	Lavar la ropa	☐
☐	Doblar la ropa	☐
☐	Guardar la ropa	☐
☐	Planchar	☐
☐	Dejar la ropa en la tintorería	☐
☐	Recoger la ropa en la tintorería	☐
☐	Comprar los alimentos	☐
☐	Guardar los alimentos	☐
☐	Preparar las comidas	☐
☐	Desayuno	☐
☐	Almuerzo	☐
☐	Cena	☐
☐	Lavar los platos	☐
☐	Colocar los utensilios en el lavaplatos	☐
☐	Cuidado general del hogar	☐
☐	Limpiar los baños	☐
☐	Pasar la aspiradora	☐
☐	Limpiar el polvo	☐
☐	Hacer la cama	☐
☐	Cambiar la ropa de cama	☐
☐	Regar las plantas	☐
☐	Sacar la basura / reciclaje	☐
☐	Lavandería	☐
☐	Alimentar a la mascota	☐
☐	Limpiar lo ensuciado por la mascota	☐
☐	Pasear al perro	☐
☐	Trabajar en el patio	☐
☐	Buscar la correspondencia	☐
☐	Pagar las facturas	☐

- | | | |
|-----------------------|---------------------------------------|-----------------------|
| ☐ | Ir al banco | ☐ |
| ☐ | Mantenimiento / servicio del vehículo | ☐ |
| ☐ | Otra _____ | ☐ |
| ☐ | Otra _____ | ☐ |
| ☐ | Otra _____ | ☐ |
| ☐ | Otra _____ | ☐ |

MAMÁ	RESPONSABILIDADES EN EL CUIDADO DEL BEBÉ	PAPÁ
☐	Enviar anuncios de la llegada del bebé	☐
☐	Escribir notas de agradecimiento	☐
☐	Alimentar al bebé (si se alimenta con biberón)	☐
☐	Cambiar los pañales	☐
☐	Cargar al bebé por las noches para alimentarlo	☐
☐	Alimentarlo de noche (si se alimenta con biberón)	☐
☐	Bañar al bebé	☐
☐	Consolar al bebé en momentos de irritabilidad	☐
☐	Cuidar a los niños	☐
☐	Otra _____	☐
☐	Otra _____	☐
☐	Otra _____	☐
☐	Otra _____	☐

Horario de muestra

Semanas 1-2

ACTIVIDADES

- | | |
|--|--|
| 1. Temprano en la mañana
7:00 a. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 2. Media mañana
9:30 a. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 3. Mediodía
12:00 p. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 4. Media tarde
2:30 p. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 5. Tarde
5:00 p. m.

_____ | 4. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
5. Tiempo de vigilia: mínimo
6. Siesta |
| 6. Temprano en la noche
8:00 p. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 7. Tarde en la noche
11:00 p. m. | 1. Alimentación, cambio de pañal, sueño. Permita que el bebé se despierte por sí solo, pero no lo deje dormir más de cuatro horas consecutivas por la noche durante las primeras cuatro semanas. |

8. Mitad de la noche
1:30 a. m. 1. Alimentación, cambio de pañal y de regreso a la cuna (Generalmente entre la 1:00 y las 2:30 a. m.)
9. Madrugada
4:00 a. m. 1. Alimentación, cambio de pañal y de regreso a la cuna (Generalmente entre las 3:30 y las 5:00 a. m.)

Horario de muestra
Semanas 48-52
ACTIVIDADES

1. Mañana

7:30 a. m.

1. Alimentación: desayuno
2. Actividades de tiempo de vigilia
3. Siesta

2. Mediodía

11:30 a. m.

1. Alimentación: desayuno
2. Actividades de tiempo de vigilia
3. Siesta

3. Tarde

3:30-4:00 p. m.

1. Alimentación: desayuno
2. Actividades de tiempo de vigilia
3. Siesta

4. Hora de acostarse

8:00 p. m.

1. A dormir toda la noche

Horario de muestra después de la primera fusión

Semanas 3-6

ACTIVIDADES

1. Temprano en la mañana
7:00 a. m.

 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
 2. Tiempo de vigilia: mínimo
 3. Siesta
2. Media mañana
_____ a. m.

 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
 2. Tiempo de vigilia: mínimo
 3. Siesta
3. Mediodía
_____ p. m.

 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
 2. Tiempo de vigilia: mínimo
 3. Siesta
4. Media tarde
_____ p. m.

 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
 2. Tiempo de vigilia: mínimo
 3. Siesta
5. Tarde
_____ p. m.

 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
 2. Tiempo de vigilia: mínimo
 3. Siesta
6. Temprano en la noche
_____ p. m.

 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
 2. Tiempo de vigilia: mínimo
 3. Siesta
7. Tarde en la noche
_____ p. m.

 1. Alimentación y cambio de pañal, el bebé vuelve a la cuna, se le permite despertarse por sí solo, pero no lo deje dormir más de cuatro horas seguidas por la noche durante las primeras cuatro semanas.

8. Mitad de la noche
_____ a. m. 1. Alimentación, cambio de pañal y de regreso a la cuna (Generalmente entre la 1:00 y las 3:00 a. m.)
9. Madrugada
4:00 a. m. 1. Alimentación y cambio de pañal, de vuelta a la cuna (Generalmente entre la 1:00 y las 3:00 a. m.)

Horario de muestra después de la segunda fusión (Semanas 7-10)

ACTIVIDADES

- | | |
|---|---|
| 1. Temprano en la mañana
6:30-7:00 a. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 2. Media mañana
9:30 a. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 3. Mediodía
12:30 p. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 4. Media tarde
3:30 p. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 5. Tarde
5:30-6:00 p. m.

_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Tiempo de vigilia: mínimo
3. Siesta |
| 6. Temprano en la noche
8:00-8:30 p. m.
_____ | 1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene
2. Siesta |
| 7. Tarde en la noche
10:30-11:00 p. m. | 1. Alimentación y cambio de pañal, a dormir toda la noche. |

Horario de muestra después de la tercera fusión

(Semanas 10-15)

ACTIVIDADES

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Temprano en la mañana | |
| 6:30-7:00 a. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 2. Media mañana | |
| 9:30 a. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 3. Mediodía | |
| 12:30 p. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 4. Media tarde | |
| 3:30 p. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 5. Tarde | |
| 5:30-6:00 p. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 6. Noche | |
| 8:30-9:00 p. m. | 1. Alimentación y a dormir toda la noche |

Horario de muestra después de la cuarta fusión (Semanas 16-24)

ACTIVIDADES

- | | |
|---|---|
| <p>1. Mañana</p> <p>7:00 a. m.</p> <p>_____</p> <p>_____</p> | <p>1. Alimentación</p> <p>2. Tiempo de vigilia</p> <p>3. Siesta</p> |
| <p>2. Tarde en la mañana</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> | <p>1. Alimentación</p> <p>2. Tiempo de vigilia</p> <p>3. Siesta</p> |
| <p>3. Temprano en la tarde</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> | <p>1. Alimentación</p> <p>2. Tiempo de vigilia</p> <p>3. Siesta</p> |
| <p>4. A última hora de la tarde</p> <p>_____</p> <p>_____</p> | <p>1. Alimentación, cambio de pañal y cuidado de la higiene</p> <p>2. Tiempo de vigilia*</p> |
| <p>5. Temprano en la noche</p> <p>_____</p> <p>8:00-8:30 p. m.</p> | <p>1. Hora de vigilia temprano en la noche</p> <p>2. Alimentación líquida, a dormir toda la noche**</p> |

Horario de muestra después de la quinta fusión (Semanas 24-39 *con siesta corta*)

ACTIVIDADES

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 1. Mañana | |
| 7:00 a. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 2. Tarde en la mañana | |
| _____ | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 3. Media tarde | |
| _____ | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta corta* |
| 4. A última hora de la tarde / cena | |
| _____ | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| 5. Temprano en la noche | |
| _____ | 1. Tiempo de vigilia temprano en la noche |
| 8:00-8:30 p. m. | 2. Alimentación líquida, a dormir toda la noche |

Horario de muestra después de la sexta fusión (Semanas 28-40, *sin siesta corta*)

ACTIVIDADES

- | | |
|--|--|
| <p>1. Desayuno
7:00-8:00 a. m.

_____</p> | <p>1. Alimentación
2. Tiempo de vigilia
3. Siesta</p> |
| <p>2. Mediodía

_____</p> | <p>1. Alimentación
2. Tiempo de vigilia
3. Siesta</p> |
| <p>3. Tarde

_____</p> | <p>1. Alimentación*
2. Tiempo de vigilia
3. Hora de cenar con la familia**
4. Tiempo de vigilia temprano en la noche</p> |
| <p>4. Hora de acostarse
8:00 p. m.</p> | <p>1. Alimentación líquida, a dormir toda la noche.</p> |

Horario de muestra después de la séptima fusión
(Semanas 46-52)

ACTIVIDADES

- | | |
|----------------------|---|
| 1. Desayuno | |
| 7:00 a. m. | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 2. Mediodía | |
| _____ | 1. Alimentación |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Siesta |
| 3. Tarde | |
| 4:00-5:00 p. m. | 1. Merienda después de la siesta |
| _____ | 2. Tiempo de vigilia |
| _____ | 3. Hora de cenar con la familia |
| 4. Hora de acostarse | |
| 8:00 p. m. | 1. Alimentación líquida, a dormir toda la noche |

APGAR			0	1	2
Apariencia <i>(Color)</i>			Azul o rosado pálido	Cuerpo rosado, extremidades azules	Rosado
Pulso <i>(frecuencia cardíaca)</i>			Ausente	Menos de 100/min.	Más de 100/min.
Gesto <i>(Respuesta a la estimulación)</i>			Sin respuesta	Mueca	Llanto fuerte
Actividad <i>(Tono muscular)</i>			Ausente	Algún movimiento	Movimiento activo
Respiración <i>(Frecuencia respiratoria)</i>			Ausente	Lenta, irregular y débil	Fuerte, llanto fuerte

QUÉ ESPERAR EN LOS PRIMEROS TRES DÍAS

- ○ El bebé está más alerta justo después del parto y generalmente listo para amamantar.
- ○ El calostro es la primera leche que el bebé recibe y está presente al nacer.
- ○ Después de un parto por cesárea, por lo general el bebé puede amamantar poco después de que la mamá es trasladada a la sala de recuperación.
- ○ Las heces de meconio del bebé (oscuras y pegajosas como la brea) deben haberse evacuado en las primeras cuarenta y ocho horas después del parto, seguidas de las heces de transición en los próximos días.
- ○ El bebé debe orinar en las primeras veinticuatro horas después del parto.
- ○ Entre las veinticuatro y cuarenta y ocho horas, tu bebé debe comenzar a orinar los pañales, aumentando de tres a cinco por día, a medida que la leche de la mamá se va incrementando.
- ○ Los bebés generalmente pierden siete u ocho onzas de su peso registrado al nacer en las primeras veinticuatro a treinta y seis horas. El peso registrado en el momento del alta hospitalaria refleja más el peso real de tu bebé y es la mejor referencia para el crecimiento del bebé.
- ○ Uno de los mayores desafíos de las primeras setenta y dos horas es la somnolencia del bebé. Los padres deben mantener despierto al bebé para que reciba una alimentación completa cada dos o tres horas aproximadamente.
- ○ Mantén el cuidado y la higiene adecuados del cordón umbilical en cada cambio de pañal. Si tu hijo ha sido circuncidado, bríndale la atención adecuada en cada cambio de pañal.

- ○ En estos primeros días, preocúpate más por darle a tu bebé entre ocho y diez buenas alimentaciones en veinticuatro horas que por establecer la rutina o los patrones de sueño del bebé.
- ○ Recuerda que, por ahora, el tiempo de alimentación de tu bebé es equivalente a su tiempo de vigilia.

QUÉ PREOCUPACIONES SE DEBEN TENER EN CUENTA DURANTE LOS PRIMEROS TRES DÍAS

- ○ El color de la piel del bebé es amarilla: después del primer día, los recién nacidos generalmente desarrollan ictericia, lo cual produce un matiz amarillento a su piel. Si eso sucede, por lo regular el médico indicará un análisis de sangre para medir el nivel de bilirrubina, lo cual determinará el curso del tratamiento. Si aparece el tono amarillo en la piel de tu bebé después del alta hospitalaria, asegúrate de contactar a su médico.
- ○ El bebé está letárgico, tiene mucho sueño o no quiere alimentarse: aunque es común que los recién nacidos estén somnolientos en la primera semana, esto no debe interferir con la alimentación. Si estás amamantando, asegúrate de colocar a tu bebé en el seno de manera correcta y que se prenda de manera adecuada. Busca la experiencia de una consejera en lactancia o de tu médico si tienes alguna preocupación.

QUÉ ESPERAR DURANTE LAS PRIMERAS TRES SEMANAS

- ○ La leche de transición llega entre el tercer y quinto día, y la leche materna madura debe estar presente para la tercera semana.
- ○ Continúa enfocándote en que tu bebé reciba alimentaciones completas.
- ○ Monitorea el crecimiento de tu bebé con la Tabla de crecimiento en el Apéndice 5. Para la semana dos, el bebé

debe haber recuperado su peso al nacer o estar cerca de él.

- ○ Las heces del bebé cambiarán de color y consistencia después del tercer día.
- ○ Las heces de los bebés lactantes tienden a ser más suaves y de color más claro que las de los bebés alimentados con fórmula. Entre los cinco y los siete días de nacido, el bebé debe deponer de tres a cinco veces al día.
- ○ Entre los cinco y los siete días, el bebé debe orinar de seis a ocho pañales, algunos saturados. La orina varía en color, de amarillo casi claro a amarillo oscuro.
- ○ Al igual que los adultos, el color de la orina ayuda a determinar si tu bebé está recibiendo suficiente leche para mantenerlo adecuadamente hidratado. La orina incolora o de color amarillo claro indica una buena hidratación; la orina más oscura, de color jugo de manzana (al final de la primera semana) sugiere que el bebé no está recibiendo suficiente leche.
- ○ Continúa brindándole atención al cordón umbilical en cada cambio de pañal hasta que se caiga el muñón del cordón. Eso suele pasar alrededor de la segunda semana. Durante este tiempo, el bebé solo precisa de un baño de esponja: no lo sumerjas en agua. Recuerda, si tu hijo ha sido circuncidado, dale el cuidado apropiado con cada cambio de pañal hasta que la circuncisión sane.
- ○ Entre el décimo día y la tercera semana, los bebés pueden presentar un período de crecimiento acelerado y requieren alimentaciones adicionales. Esto puede durar de uno a tres días.
 - ○ Para el bebé que lacta, la alimentación podría ser tan frecuente como cada dos horas (posiblemente extendiéndose durante la noche) de uno a tres días.

- ○ Para el bebé que se alimenta con fórmula, los padres notarán que su bebé parece tener hambre después de consumir la cantidad de onzas que se preparan normalmente; o muestra señales de hambre antes de la siguiente alimentación programada. Hay varias opciones a considerar:
 - ○ Añade una o dos onzas a su biberón en cada alimentación, permitiendo que el bebé tome todo lo que quiera. Si el bebé estaba tomando dos onzas y media por alimentación, prepara cuatro onzas y permítele tomar hasta que se llene; o
 - ○ Dale una alimentación extra cuando el bebé muestre señales de hambre. Cuando termine el período de crecimiento acelerado, el bebé volverá a su rutina normal de alimentación-vigilia-sueño. Sin embargo, el día después del crecimiento acelerado, la mayoría de los bebés toman siestas más largas de lo normal.
- ○ Para la semana tres, el estado de alerta del bebé debe aumentar en los tiempos de alimentación. Entre las semanas tres y cuatro, el tiempo de vigilia de tu bebé comenzará a surgir como una actividad separada de la alimentación. Su horario debe ser más o menos así: la alimentación, el proceso de eructar y el cambio de pañal toman alrededor de treinta minutos. Un poco de tiempo de vigilia suma aproximadamente otros veinte minutos. La siesta es de una hora y media a dos horas.
- ○ No todos los ciclos de alimentación-vigilia-sueño durante el día tendrán la misma duración. Es por eso que ofrecemos un rango de tiempos y no tiempos fijos.
- ○ Si estás amamantando, no permitas que tu bebé pase más de tres horas sin alimentarse durante las primeras

tres semanas. El ciclo de alimentación-sueño no debe exceder las tres o las tres horas y media durante las primeras tres semanas. Por la noche, no permitas que tu recién nacido pase más de cuatro horas entre las alimentaciones. (Los tiempos normales de alimentación por lo general deben ser cada dos horas y media o tres horas.)

QUÉ PREOCUPACIONES SE DEBEN TENER EN CUENTA DURANTE LAS PRIMERAS TRES SEMANAS

- ○ Entre los primeros cinco y siete días de nacido, si tu bebé no orina al menos de seis a ocho pañales, o no depone al menos de tres a cinco heces amarillas por día, contacta a su pediatra.
- ○ El bebé no está dispuesto a alimentarse.
 - ○ Si estás amamantando, asegúrate de que el bebé esté bien colocado en el seno, se prenda correctamente y que la leche baje. Revisa el interior de la boca de tu bebé para ver si tiene aftas bucales producidas por el hongo *Candida albicans*. Los signos incluyen una sustancia blanca lechosa que recubre la parte superior y los laterales de la boca del bebé.
 - ○ Si se alimenta con biberón, asegúrate de que la abertura de la tetina no sea ni demasiado pequeña ni demasiado grande. Si es demasiado pequeña, entonces el bebé tiene que succionar con excesiva fuerza para obtener la leche y puede soltarse. Si la abertura del pezón es demasiado grande, la leche saldrá con mucha rapidez, por lo general hace que el bebé jadee y se suelte. Cambia la tetina por una de tamaño adecuado.
- ○ Si tu bebé llora desmedidamente antes, durante o después de las alimentaciones, o si duerme menos de una hora y

se despierta llorando, llama a tu pediatra. Asegúrate de que estás realizando un seguimiento de la ingesta y la deposición del bebé según la Tabla de crecimiento del bebé sano (Apéndice 5).

Hay mucho más que aprender y disfrutar en el recorrido por delante.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO

Tabla uno

Semana uno

Peso al nacer _____ lb / oz (k / g) Longitud al nacer _____ pulgadas

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
Coloca una marca (✓) por cada alimentación en un período de veinticuatro horas. (Mínimo de ocho alimentaciones al día).							
Coloca una marca (✓) por cada período de lactancia de quince minutos o más de duración.							
Coloca una «M» para la primera deposición (Meconio) y una «I» para las heces en transición de color marrón.							
Coloca una «A» para registrar cada deposición de heces amarillas. (Las heces de leche deben aparecer entre el cuarto y el quinto día).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal orinado. (Deben comenzar a aparecer a partir de las cuarenta y ocho horas o antes).							

7-10 días: Peso _____ lb / oz (k / g) Longitud _____ pulgadas / centímetros

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO Tabla dos Semanas 2-4

_____ Resumen de cada día _____

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) para cada alimentación en un periodo de veinticuatro horas. (Mínimo de ocho alimentaciones al día).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición de heces amarillas. (Durante el primer mes, de dos a cinco o más al día es normal).							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO

Tabla dos

Semanas 2-4

Resumen de cada día

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) para cada alimentación en un periodo de veinticuatro horas. (Mínimo de ocho alimentaciones al día).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición de heces amarillas. (Durante el primer mes, de dos a cinco o más al día es normal).							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO Tabla tres Semanas 5-10

_____ Resumen de cada día _____

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) por cada alimentación. (Deben ser como mínimo de siete a ocho alimentaciones en un período de veinticuatro horas).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición por día.							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO

Tabla tres

Semanas 5-10

Resumen de cada día

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) por cada alimentación. (Deben ser como mínimo de siete a ocho alimentaciones en un período de veinticuatro horas).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición por día.							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO Tabla tres Semanas 5-10

_____ Resumen de cada día _____

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) por cada alimentación. (Deben ser como mínimo de siete a ocho alimentaciones en un período de veinticuatro horas).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición por día.							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO

Tabla tres

Semanas 5-10

Resumen de cada día

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) por cada alimentación. (Deben ser como mínimo de siete a ocho alimentaciones en un período de veinticuatro horas).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición por día.							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO Tabla tres Semanas 5-10

_____ Resumen de cada día _____

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) por cada alimentación. (Deben ser como mínimo de siete a ocho alimentaciones en un período de veinticuatro horas).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición por día.							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.

TABLA DE CRECIMIENTO DEL BEBÉ SANO

Tabla tres

Semanas 5-10

Resumen de cada día

INDICADORES DE CRECIMIENTO SALUDABLE	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
Coloca una marca (✓) por cada alimentación. (Deben ser como mínimo de siete a ocho alimentaciones en un período de veinticuatro horas).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina clara en el día. (La norma por día: de cinco a siete).							
Coloca una marca (✓) por cada pañal mojado con orina amarilla concentrada. (Norma por día: 0).							
Coloca una marca (✓) para registrar cada deposición por día.							

Dos días consecutivos fuera de lo que se ha descrito como normal debe ser informado a tu pediatra de inmediato.