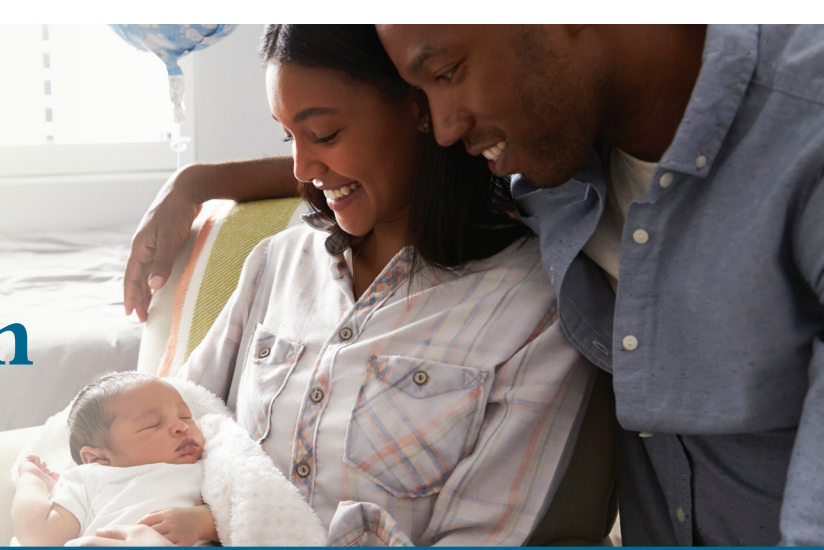


# Permanecer en la Habitación



A fin de promover el vínculo y lactancia, pida que su bebé se quede con usted en la habitación, día y noche, durante toda su estadía en el hospital. También se puede quedar otro adulto con usted para ayudarla con el bebé. Consulte a su enfermera sobre modos de manejar las veces que su bebé se despierta a la noche.

## Cuando su bebé se queda en la habitación con usted día y noche, ¡pasan algunas cosas sorprendentes!

### Beneficios para el bebé:

- + Lloro menos
- + Duerme más
- + Aumenta más de peso
- + Se familiariza con la familia más rápido

### Beneficios para la mamá:

- + Aprende las pistas y otras señales de la alimentación del bebé
- + Tiene un sueño más profundo y reparador
- + Se conecta más rápidamente con el bebé
- + Experimenta una producción de leche más fácil y rápida
- + Desarrolla más confianza como madre



### ¿Con qué frecuencia debe comer el bebé?

Inicialmente, los bebés deben comer ocho o más veces en un período de 24 horas para tener un aumento de peso saludable. Algunos bebés necesitan que se los despierte para alimentarlos con esta frecuencia. ¡A veces un bebé quiere volver a comer justo después de haber comido! Esto se denomina alimentación de racimo y es normal.



### ¿Sabía que?

Es normal y saludable que los bebés se despierten a la noche. Es posible que su bebé tenga mucho sueño la primera noche, por lo tanto usted debe dormir cuando el bebé duerma.

La mayoría de los bebés comenzarán a despertarse más seguido la segunda noche. Debe dormir durante el día cuando su bebé duerme, para tener energía para alimentarlo frecuentemente a la noche.

## ¿Preguntas? ¡Consulte gratis a una asesora de lactancia!

Llame al 912-466-3184

En el hospital: Pídale a la enfermera que localice a la asesora de lactancia.



SOUTHEAST GEORGIA  
HEALTH SYSTEM

[sghs.org](http://sghs.org)