



# ¿SU BEBÉ BEBE LO SUFICIENTE?

Durante las primeras semanas de vida del recién nacido, es conveniente llevar un registro de las veces que bebe, defeca y orina en el transcurso del día. Aquí hay una tabla fácil de rellenar que también puede ser útil en la visita domiciliaria de la enfermera tras el nacimiento de su bebé.

naître  
ET grandir

## TABLA DE SEGUIMIENTO

LUNES	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			
MARTES	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			
MIÉRCOLES	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			
JUEVES	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			
VIERNES	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			
SÁBADO	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			
DOMINGO	BEBIDA	HECES	ORINA
Mañana			
Mediodía			
Tarde/Noche			

### Algunos datos de referencia

- Durante la primera semana, un recién nacido orinará aproximadamente una vez más cada día. Por ejemplo, el día 1 orinará 1 vez, el día 3, 3 veces, y el día 5, 5 veces. Después de 5 días, mojará al menos 6 pañales al día.
- Durante las primeras 4-6 semanas, el bebé defeca entre 3 y 10 veces al día.
- Durante las primeras semanas, un bebé amamantado bebe 8 veces o más durante el día, y un bebé alimentado con leche de fórmula bebe 6 veces o más.
- No hay que esperar que un bebé beba según un horario fijo. De hecho, el horario de alimentación varía de un bebé a otro e incluso de un día a otro, sobre todo en las primeras semanas. Por eso hay que aprender a reconocer las señales de hambre del bebé, así como las que indican que ya no tiene hambre.

**Recursos para la lactancia materna** que ofrecen apoyo, orientación e información a las madres y sus familias.

- La Ligue La Leche: [allaitement.ca](http://allaitement.ca) o 1 866-ALLAITE.
- La Fédération Nourri-Source (Quebec): [nourri-source.org](http://nourri-source.org) o 1 866 948-5160.

**Si usted no sabe si su bebé bebe lo suficiente, puede llamar a su CLSC, a su matrona o acudir al médico.**



# BÉBÉ BOIT-IL ASSEZ?

Durant les premières semaines de vie de votre nouveau-né, il est suggéré de noter le nombre de boires, de selles et d'urines durant une journée. Voici une grille facile à remplir et qui pourra aussi être utile lors de la visite de l'infirmière à la maison après la naissance de votre bébé.

naître  
ET grandir

## TABLEAU DE SUIVI

LUNDI	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												
MARDI	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												
MERCREDI	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												
JEUDI	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												
VENDREDI	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												
SAMEDI	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												
DIMANCHE	BOIRE				SELLE				URINE			
Matin												
Après-midi												
Soir / Nuit												

### Quelques repères

- Au cours de la première semaine, un nouveau-né fera environ un pipi de plus chaque jour. Par exemple, le jour 1, il fera 1 pipi, le jour 3, 3 pipis et le jour 5, 5 pipis. Après 5 jours, il mouillera au moins 6 couches par jour.
- Durant les 4 à 6 premières semaines, un bébé fera de 3 à 10 selles par jour.
- Durant les premières semaines, un bébé allaité boit 8 fois ou plus durant une journée et un bébé nourri aux préparations commerciales boit 6 fois ou plus.
- Il ne faut pas s'attendre à ce qu'un bébé boive selon un horaire fixe. En effet, l'horaire des boires varie d'un bébé à l'autre et même d'une journée à l'autre, surtout au cours des premières semaines. Il faut donc apprendre à connaître les signaux de faim du bébé ainsi ceux qui indiquent qu'il n'a plus faim.

**Ressources en allaitement** offrant du soutien, de l'accompagnement et des renseignements aux mères et à leur famille.

- La Ligue La Leche : [allaitement.ca](http://allaitement.ca) ou 1 866-ALLAITE.
- La Fédération québécoise Nourri-Source : [nourri-source.org](http://nourri-source.org) ou 1 866 948-5160.

**Si vous vous demandez si votre bébé boit suffisamment, n'hésitez pas à appeler votre CLSC, votre sage-femme ou d'aller voir un médecin.**