

# Conociendo a tu bebé de 2 a 8 semanas de nacido

## ¿Por qué las señales de mi bebé a veces no son tan claras?

Tú y tu bebé se están conociendo poco a poco, pero él necesita más tiempo para aprender cuáles señales le funcionan mejor. Necesita interactuar mucho contigo, pero se cansa rápidamente. No está acostumbrado a todo lo que ve y escucha. Puede ser que le disguste lo que siente dentro de su propio cuerpecito, pero no puede decirte exactamente lo que le hace sentirse incómodo. Conforme crece, aprenderá a mostrarte lo que necesita.

## ¿Cuándo aprenderé las señales de mi bebé?

Has estado observando y aprendiendo a reconocer lo que te dice tu bebé. Cuando él usa señales que le funcionan, las repetirá una y otra vez. Al ver constantemente sus señales, podrás reconocer fácilmente lo que necesita. Así que cuanto más respondas a sus señales, más fácil será para él aprender cuáles le funcionan mejor. ¡Pronto tendrás tu propio lenguaje con tu bebé!



## ¿Por qué mi bebé aún llora tan a menudo?

Tu bebé llorará cuando realmente necesite tu ayuda. Busca a su alrededor algo que le pueda estar molestando. Cuando veas a tu bebé usando señales para decirte que necesita algo diferente, puede ser que no sepas qué hacer para ayudarlo. Tal vez está cansado o abrumado al ver tantas cosas nuevas o gente diferente. Conforme crece, usará mejor sus señales para decirte qué necesita. Cuando lllore, frota su espaldita y mécelo suavemente. Puede ser que tome algunos minutos calmarlo, pero repetir los mismos sonidos y movimientos le ayudará a sentirse seguro.

## ¿Por qué mi bebé tiene hambre tan a menudo?

El cuerpo y el estómago de tu bebé son pequeños. Conforme crece, no comerá tan seguido. Las señales de tu bebé te dirán que tiene hambre. Tendrá las manos cerca de la boca y las rodillas cerca de la pancita. También hará sonidos con la boca y volteará la cabeza hacia un lado en busca de comida. Dale de comer cuando observes estas señales juntas. Si el bebé llora pero no muestra ninguna de las señales de hambre, debe haber otra razón. También recuerda que durante periodos de crecimiento rápido tu bebé querrá comer más a menudo. Es probable que veas señales de hambre más a menudo alrededor de las 6 semanas de nacido.



## ¿Por qué mi bebé se despierta cuando trato de acostarlo?

¿Se despierta tu bebé justo en el momento en que lo vas a acostar? Puede ser que lo alimentes o lo arrulles una y otra vez, pero se despierta tan pronto lo pones en su cunita. Es común para los bebés pequeños despertarse fácilmente cuando están soñando. Cuando tu bebé sueña, verás movimientos en su cara y en su cuerpo. Muchos recién nacidos sueñan alrededor de 30 minutos antes de entrar en su sueño profundo. Esto es bueno para el desarrollo de su cerebro, pero agotador para ti. Entonces espera hasta que su cuerpo y sus ojos no se muevan o deja que alguien más le sostenga hasta que esté completamente quieto. Una vez que esté durmiendo en su sueño profundo, no se despertará al acostarlo. Esto cambiará conforme crece.

## ¿Cuándo va a dormir mi bebé por más tiempo?

Es normal y saludable para tu bebé despertarse por la noche. Tu bebé necesita despertarse fácilmente cuando tiene hambre o se siente incómodo. Es difícil para ti pero importante y seguro para él. Tu bebé no sabe en este momento cuándo es de día o de noche. Se despertará muchas veces y no sabrás cuándo estará dormido. Al crecer, se despertará menos y dormirá más tiempo por la noche. Pero todavía no. Hasta entonces, pídele a un familiar o amigo cercano que te ayude con los quehaceres o que cuide a tu bebé y a tus otros niños, para que puedas descansar. Una siesta de tan solo 2 horas te ayudará a sentirte mejor, así que asegúrate de pedir ayuda.

