



## Despertar a un recién nacido soñoliento

Si el bebé duerme más de tres horas seguidas, pero

- No le han administrado medicación durante el parto
- El bebé permanece en contacto físico con usted
- Mama bien cuando mama
- Las deposiciones son las adecuadas (véase el Registro de Pañales para los Primeros Días)

seguramente es su manera de ser. Controle los pañales sucios y el peso del recién nacido.

Si no aumenta de peso adecuadamente y duerme más de tres horas seguidas, procure que mame al menos diez veces al día hasta que se despierte por sí solo y al menos haga cuatro deposiciones al día.

Será más fácil despertarse para mamar si se observan las señales de hambre que se describen en la página siguiente. Si el bebé duerme y al levantarlo el brazo y soltarlo cae como una piedra, será difícil despertarlo. Vuelva a intentarlo dentro de veinte minutos. Para intentarlo:

- Baje la intensidad de la luz, corra las cortinas. Es más fácil si el bebé no tiene que cerrar los ojos.
- Desvístale parcial o completamente. Colóqueselo al pecho.
- Acarícielo y diga su nombre. Frótele los pies.
- Tumbelo y hágale rodar suavemente de un lado a otro.
- Sujétele sobre sus antebrazos, con la cabeza en las manos y los pies en los codos, y elévelo desde la posición horizontal a casi vertical mientras le habla.
- Límpirole la cara con un paño húmedo.
- Póngale un poco de calostro o leche en la boca –solo un poco– y espere a que lo trague antes de ponerle más.

Puede que se agarre al pecho y mame medio dormido en posición reclinada, o puede que tome sorbos de una cuchara. Aliméntele con el método que funcione mejor.