



Crying and Gas:

Crying is one way your baby talks to you. As you get to know your baby, you will learn what his crying means. Listening to a baby cry can cause stress, but babies cry for many reasons:

- He has a wet diaper.
- He is too hot or too cold.
- He is bored.
- He needs attention.
- He is hungry, afraid, or hurt.

If you feel your baby is crying due to gas, try burping him after every ounce he drinks during bottle-feeding and every five minutes during breastfeeding.



Colic:

The cause of colic is not known, even though it is a common problem. Babies can be fussy, but babies with colic have long periods of sudden, unexplained crying that will not stop. While there is no set treatment for colic, it usually stops by 3 to 4 months of age.

Spitting Up:

Spitting-up is common in babies. In fact, half of all babies spit up. It is normal and usually gets better over time. Babies who spit up can be happy and healthy. If your baby is eating and growing well, there is no need to worry about spitting-up.

Constipation and Diarrhea:

During the first few days of life, babies have dark, sticky stools (bowel movements) called meconium. The stools change color around four to six days after your baby is born.

In general, stools are considered normal if they:

- Are not watery.
- Are not too dry and hard.
- Pass easily even after a few days with no bowel movements. Grunting or a red face is normal and may not always mean your baby is having problems.

At about one month, your baby may have fewer stools each day or a stool every few days.

Be patient. Many of these things get better as your baby gets older. Before making any changes to your baby's formula, talk with your WIC Nutritionist. WIC can provide information and tips on how to handle these and other questions you may have on feeding your baby.

Llanto y gas:

El llanto es una manera en que su bebé habla con usted. A medida que va conociendo al bebé, irá aprendiendo lo que significa su llanto. Escuchar el llanto de un bebé puede causar estrés, pero los bebés lloran por muchas razones:

- Tienen un pañal mojado.
- Tienen demasiado calor o frío.
- Están aburridos.
- Necesitan que les presten atención.
- Tienen hambre, miedo o están lastimados.

Si cree que el bebé está llorando porque tiene gas, trate de hacerlo eructar después de cada onza que beba del biberón, o cada 5 minutos cuando lo amamanta.



Cólico: A pesar de que es un problema común, la causa del cólico se desconoce. Los bebés se pueden poner molestos, pero cuando tienen cólico pasan por periodos largos de llanto repentino, inexplicable y continuo. Aunque no hay ningún tratamiento establecido para el cólico, usualmente desaparece entre los 3 y 4 meses de edad.

Regurgitación:

Regurgitar es común en los bebés. De hecho, la mitad de los bebés regurgitan. Es normal y por lo general mejora con el tiempo. Los bebés que regurgitan pueden ser felices y sanos. Si el bebé está comiendo y creciendo bien, no hay que preocuparse por la regurgitación.

Estreñimiento y diarrea:

Durante los primeros días de vida, los bebés tienen heces (evacuaciones) oscuras y pegajosas llamadas meconio. Las heces cambian de color entre los 4 y 6 días después de nacer.

Por lo general, las evacuaciones se consideran normales si:

- No son acuosas.
- No son muy secas ni duras.
- Salen fácilmente, aún después de unos días de no evacuar. Es normal que el bebé gruñe o que tenga la cara roja y no siempre significa que tiene problemas.

Al cumplir 1 mes tal vez tenga menos evacuaciones por día o solo una cada tres días.

Tenga paciencia. Muchas de estas cosas mejoran a medida que el bebé crece. Antes de hacer cualquier cambio a la fórmula del bebé, hable con el nutricionista de WIC. WIC puede darle información y consejos sobre cómo tratar estas y otras preguntas que tenga sobre la alimentación de su bebé.