



## La Fórmula: ¿Cuánto es lo Suficiente? – Una Guía para los Proveedores de Cuidado a los Niños

¿Muchos padres tal vez pregunten “cuánto de fórmula debería consumir mi bebé por día.?” Mas adelante hay sugerencias a las cantidades correctas para alimentar a un niño que se alimenta con fórmula. Recuerde que cada niño será diferente y observe para reconocer los señales de hambre.

### Cantidad y Horarios de Alimentaciones

A un niño alimentado con fórmula le dará hambre cada 3 a 4 horas, pero algunos niños pueden tener más hambre más frecuentemente si ellos pasan por un crecimiento repentino.

### Los Signos de la Buena Nutrición

Un modo de comprobar si un niño alimentado con fórmula consume bastante fórmula en los pañales.

- *En los de Orina* – un niño debería tener alrededor de 6 pañales bien empapados por día y la orina debería de ser sin color. Si esto no es lo que usted ve, avíseles a los padres del niño y anímelos que hablen con su médico.
- *Excremento* – En los primeros dos meses de vida, un niño puede evacuar después de cada alimentación. Esta cantidad se disminuirá una vez que el niño crezca más. El excremento debería de estar tierno, si no lo está, debe avisarle a los padres del niño y animarlos que discutan este asunto con su médico.

### Cuanto

Mas abajo es una guía **aproximada** para decirle cuanto alimentar a un niño que usa fórmula. ¡Por favor note que cada niño será diferente! Recuerde que todos los niños alimentados con fórmula deben usar una fórmula fortificada con hierro a menos que un profesional de salud recomiende otra fórmula.

Edad	Onzas Para Cada Alimentación	Onzas Para cada 24 horas
Nacimiento a 1 Mes	2 - 4	14 - 18
1 a 2 Meses	4 - 6	24 - 38
2 a 3 Meses	4 - 8	28 - 30
3 a 4 Meses	6 - 8	30 - 32
4 a 6 Meses	6 - 8	30 - 40
6 a 9 Meses	6 - 8	24 - 32
10 a 12 Meses	6 - 8	24 - 32