

Spitting Up: Is This Normal?

Yes-spitting up happens in most babies from time to time, peaking between 3 and 4 months of age. It is messy but not a real problem if the baby is happy and growing normally. As the muscle between the esophagus and stomach gets stronger, spitting up happens less often and usually stops by the first birthday.

Possible Causes of Spitting Up:

- Overfeeding
- Feeding too fast
- Trapped air from not burping
- Too much motion during/after feeding
- Laying baby flat during/after feeding

Things You Can Do:

- Hold your baby while feeding, do not prop the baby or the bottle up to feed.
- Never force baby to eat more than he wants.
- Burp baby often during feeding.
- If you are bottle feeding, try a nipple with a different flow speed--check package for details.
Too fast: choking/gagging.
Too slow: swallowing excess air
- Keep baby still and calm during and after feeding.
- Place baby semi-upright for 30 minutes after feeding.

Call Doctor Right Away If:

- Baby vomits large amounts often, throughout the day.
- Fever, unusual fussiness, rash, or poor appetite happen.
- Baby is not gaining weight or is losing weight.
- Vomit contains blood or mucus.



For more help contact your WIC breastfeeding peer counselor, breastfeeding coordinator or international board-certified lactation consultant.

Name: _____

Phone: _____

Regurgitación: ¿es normal?

Sí, la regurgitación ocurre en la mayoría de los bebés de vez en cuando, y alcanza el punto máximo entre los 3 y 4 meses de edad. Es complicado, pero no es un verdadero problema si el bebé está feliz y crece con normalidad. A medida que el músculo entre el esófago y el estómago se fortalece, la regurgitación ocurre con menor frecuencia y, generalmente, se detiene al primer año.

Posibles causas de la regurgitación:

- sobrealimentación;
- alimentar demasiado rápido;
- aire atrapado por no eructar;
- demasiado movimiento durante/después de alimentar al bebé;
- poner al bebé en posición horizontal mientras se alimenta o después de alimentarlo.

Qué puede hacer:

- Sostenga a su bebé mientras lo alimenta, no lo apoye ni apoye el biberón para alimentarlo.
- Nunca obligue a un bebé a comer más de lo que desea.
- Haga que el bebé eructe a menudo durante la alimentación.
- Si lo está alimentando con biberón, pruebe con una tetina con diferentes niveles de flujo (vea el empaque para obtener detalles).
Muy rápido: ahogamiento/atragantamiento.
Muy lento: traga el exceso de aire.
- Mantenga al bebé quieto y tranquilo mientras lo alimenta y después de hacerlo.
- Coloque al bebé levemente recostado durante 30 minutos después de alimentarlo.

Llame al médico de inmediato si ocurre lo siguiente:

- El bebé vomita mucho a menudo y durante el día.
- El bebé tiene fiebre, está agitado de manera inusual, presenta sarpullido o falta de apetito.
- El bebé no sube de peso o está adelgazando.
- El vómito tiene sangre o moco.



Para obtener más asistencia, comuníquese con la orientadora de lactancia materna del WIC, el coordinador o el consultor sobre lactancia con certificación internacional.

Nombre: _____

Teléfono: _____