

Breastfeeding Tip

is my baby hungry?

Watch for early signs of hunger:

- sucks on hands or fingers
- opens and closes mouth
- moves arms and legs a lot
- turns head from side to side or bobs head up and down, looking for the breast



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.

Your baby will learn trust, comfort and love when you respond to their needs early.

You might be breastfeeding every 1 to 3 hour in the first couple of months – *this is normal!*



¿tiene hambre mi bebé?

Presta atención a los primeros signos de hambre:

- se chupa las manos o los dedos
- abre y cierra la boca
- Mueve mucho los brazos y las piernas
- gira la cabeza de lado a lado o mueve la cabeza hacia arriba y hacia abajo, buscando el pecho



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.

Consejo de lactancia

Tu bebé aprenderá confianza, consuelo y amor cuando respondas a sus necesidades a tiempo.

Es posible que en los primeros meses des el pecho cada 1 a 3 horas. *¡Es normal!*

