

Spitting Up: Is This Normal?

Spitting up is very common during a baby's first few months of life. It's not a problem as long as your baby is gaining weight normally. Most normal healthy babies spit up, often after a feeding.

The good news is that most spitting up is not a real problem; it's just messy. Some babies will from time to time spit up an entire feeding without distress. Others only spit up small amounts. Most babies outgrow this phase by the time they are sitting, while a few will spit up into their first year.

Vomiting, unlike spitting up, occurs when a baby forcefully expels the contents of his stomach. Frequent vomiting can be a sign of a more serious illness. If this happens, take your baby to your doctor as soon as you can.

Causes of Spitting Up:

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

Things You Can Do:

- Burp baby often during a feeding.
- Use a slow-flow nipple.
- Never force a baby to eat more than he wants.
- Avoid too much motion or play during a feeding.
- Hold or put baby in a semi-upright position for at least 15 minutes after a feeding.

Call Your Doctor Right Away If:

- Baby vomits large amounts often and throughout the day.
- Baby has fever or other illness.
- Baby is not gaining enough weight.
- Vomit has blood or mucus in it.



Regurgitar: ¿es normal?

La **regurgitación** es muy común durante los primeros meses de vida del bebé. No constituye un problema mientras su bebé esté ganando peso con normalidad. La mayoría de bebés suelen regurgitar después de ser alimentados.

La buena noticia es que en la mayoría de casos la regurgitación en realidad no es un problema, solo genera suciedad. De vez en cuando, algunos bebés devuelven sin dificultad todo lo que han comido. Otros sólo devuelven pequeñas cantidades. La mayoría de bebés superan esta etapa cuando empiezan a sentarse, mientras que unos pocos continúan regurgitando durante su primer año de vida.

El vómito, a diferencia de la regurgitación, se presenta cuando el bebé expulsa de forma brusca el contenido de su estómago. El vómito frecuente puede ser síntoma de una enfermedad más grave. Si esto ocurre, lleve a su bebé al médico tan pronto como sea posible.

Causas de la regurgitación:

- Alimentación en exceso
- Alimentación muy rápida
- Aire atrapado por no eructar
- Demasiado movimiento durante la alimentación
- Acostar al bebé en posición horizontal después de alimentarlo

Llame a su médico de inmediato si:

- El bebé vomita grandes cantidades con frecuencia y durante todo el día.
- El bebé tiene fiebre u otra enfermedad.
- El bebé no está ganando suficiente peso.
- El vómito contiene sangre o mucosidad.

Cosas que usted puede hacer:

- Permita que el bebé eructe frecuentemente mientras lo alimenta.
- Utilice boquillas de flujo lento
- Nunca obligue al bebé a comer más de lo que quiera.
- Evite muchos movimientos o juegos mientras alimenta al bebé.
- Sostenga o ponga al bebé en posición semi vertical al menos durante 15 minutos después de alimentarlo.

