



IABLE

Institute for the Advancement
of Breastfeeding & Lactation Education



Bottle Refusal *Rechazo al Biberón*

Help! My Baby Won't Take a Bottle

It can be very stressful for parents when their baby has a hard time taking a bottle. Prior to returning to work, it is fine to focus on directly feeding your baby and allow caregivers to work on bottle feeding after you return to work. If you would like to do so, you can try leaving your baby with a partner or caregiver a few times per week (and have lunch with a friend or do something you enjoy) so they can trial a few bottles prior to you returning to work. Below are some tips that have been helpful for some families, and hopefully will be helpful for yours, too.

Try having someone other than the lactating parent offer the bottle.

It makes sense that babies associate feeding with being at the breast or chest. For some babies, the lactating parent needs to be out of the house, not just in another room, for them to take the bottle from another caregiver.

Try offering the bottle when the baby is not overly hungry or tired.

When babies are having a tough time taking a bottle, it can help to offer it between feedings, or when the baby is not overly hungry. In addition, practice with a bottle when the baby is not tired. Learning a new skill takes patience and effort, and we all have more of both when we feel well rested and calm.

Try feeding the baby in different positions.

Babies are unique in their preferred feeding positions. Preferred positions for directly feeding are typically different than those preferred for bottle feeding. Try holding the baby facing out to look around the room or sitting propped up on your legs.

¡Ayuda! Mi bebé no quiere tomar el biberón

Puede ser muy estresante para los padres cuando a su bebé le cuesta tomar el biberón. Antes de regresar al trabajo, está bien concentrarse en alimentar directamente a tu bebé y permitir que los cuidadores trabajen en la alimentación con biberón después de que regreses al trabajo. Si deseas hacerlo, puedes intentar dejar a tu bebé con la pareja o cuidador varias veces a la semana (y almorzar con un amigo o hacer algo que disfrutes) para que puedas probar algunos biberones antes de que regreses al trabajo. A continuación hay algunas recomendaciones que han sido útiles para algunas familias y, con suerte, también serán útiles para la tuya.

Probar que alguien más le ofrezca el biberón.

Tiene sentido que los bebés asocien la alimentación con mamar. Para algunos bebés, la madre debe estar fuera de la casa, no solo en otra habitación, para que puedan tomar el biberón de otra persona.

Probar ofrecerle el biberón cuando el bebé no esté demasiado hambriento o cansado.

Cuando los bebés están teniendo dificultades para tomar el biberón, puede ser útil ofrecérselo entre tomas o cuando el bebé no tiene demasiada hambre. Además, practicar con el biberón cuando el bebé no esté cansado. Aprender una nueva habilidad requiere paciencia y esfuerzo, y todos tenemos más de ambos cuando nos sentimos bien descansados y tranquilos.

Probar alimentar al bebé en diferentes posiciones. Los bebés son únicos en sus posiciones de alimentación preferidas. Las posiciones preferidas para amamantar suelen ser diferentes de las preferidas para la alimentación con biberón. Trata de sostener al bebé mirando hacia afuera o sentarlo apoyado sobre tus piernas.

<p>Try moving around while feeding the baby.</p> <p>Feeding the baby while you are walking around the room and gently bouncing or swaying may help some babies take the bottle.</p>	<p>Probar moverte mientras alimentas al bebé.</p> <p>Alimentar al bebé mientras caminas por la habitación y balancearlo suavemente puede ayudar a algunos bebés a tomar el biberón.</p>
<p>Try allowing the baby to latch onto the bottle nipple themselves rather than putting it directly into their mouth.</p> <p>You might tickle the baby’s upper lip and nose with the bottle and wait for them to open wide to latch onto the nipple, similar to how they would latch on to a breast. Be sure the baby latches onto the wide base of the nipple and not just the tip, with both lips flanged outward, as they would when breastfeeding.</p>	<p>Permite que el bebé se aferre a la tetina del biberón en lugar de ponérsela directamente en la boca.</p> <p>Puedes hacerle cosquillas entre el labio superior y la nariz del bebé con el biberón y esperar a que abra completamente para prenderse a la tetina, de forma similar a cómo se engancharía al seno. Asegúrate de que el bebé se adhiera a la base ancha de la tetina y no solo a la punta, con ambos labios hacia afuera, como lo haría al amamantar.</p>
<p>Try wrapping the bottle in a shirt or cloth that the lactating parent has worn so the smell is familiar. The caregiver can also wear the shirt or cloth while feeding baby.</p> <p>Some parents sleep with a burp cloth and then wrap it around the baby’s bottle.</p>	<p>Probar envolviendo el biberón en una camiseta o tela que hayas usado para que el olor le resulte familiar. El cuidador también puede usar la camisa o la tela mientras alimenta al bebé.</p> <p>Algunas veces ayuda si duermes con un paño para sacar gases y luego se envuelve el biberón con ese paño.</p>
<p>Try different temperatures of milk in the bottle.</p> <p>Babies differ in their preference for warmed milk, room-temperature milk, or cold milk. Experiment a bit to see if your baby has a preference. You may also try warming the bottle nipple (holding it under warm water) before the feeding so it is not cold. For a teething baby, chill the bottle nipple in the fridge before the feeding.</p>	<p>Probar diferentes temperaturas de leche en el biberón.</p> <p>Los bebés difieren en su preferencia por la leche tibia, la leche a temperatura ambiente o la leche fría. Experimenta un poco para ver si tu bebé tiene alguna preferencia. También puedes intentar calentar la tetina del biberón (sosteniéndola un momento en el agua tibia) antes de la alimentación para que no esté fría. Para un bebé al que le están saliendo los dientes, enfriar la tetina del biberón en el refrigerador antes de alimentarlo.</p>
<p>Try different bottle nipples.</p> <p>The extensive choice of bottle nipples available at stores can be overwhelming, and unfortunately there is not one “best” nipple. The most expensive bottle/nipple combinations aren’t necessarily better than the less costly options. Look for a long, straight nipple rather than a short, flat one, so that the baby latches deeply on the bottle like they would at the breast. Consider trying a nipple that is “newborn” or “slow flow” so the milk comes out more slowly and doesn’t overwhelm the baby. However, some babies might prefer a faster flow nipple, especially if you have a fast and furious letdown.</p>	<p>Probar diferentes tetinas para biberones.</p> <p>La amplia variedad de tetinas para biberones disponibles en las tiendas puede ser abrumadora y, lamentablemente, no hay una tetina "mejor". Las combinaciones de biberón/tetina más costosas no son necesariamente mejores que las opciones menos costosas. Busca una tetina larga y recta en lugar de una corta y plana, para que el bebé se prenda profundamente en el biberón como lo haría en el seno. Considera probar una tetina que sea de "recién nacido" o de "flujo lento" para que la leche salga más lentamente y no abrume al bebé. Sin embargo, algunos bebés pueden preferir una tetina de flujo más rápido, especialmente si tienes una bajada de leche rápida y abundante.</p>

<p>The truth about taste and smell of expressed milk.</p> <p>Many parents notice that their expressed breastmilk has an off-odor or tastes soapy. All stored milk has a change in odor and taste over time, due to the normal lipase in human milk which naturally breaks down the fats in the milk after the milk has been expressed. There is no such thing as ‘high lipase’ as many are led to believe. The longer the milk is stored in the refrigerator or freezer, the stronger the odor. The odor is also partially determined by the fats in the lactating parent’s diet. Your milk is perfectly safe for babies to drink even with this change in taste and odor, and it is unusual for infants to refuse the milk. If you think your baby is refusing the milk due to taste or odor, it might be helpful to decrease fish intake or withhold fish oil supplements to see if that helps.</p>	<p>La verdad sobre el sabor y el olor de la leche extraída.</p> <p>Puede que tu leche extraída adquiera un olor raro o un sabor a jabón. Toda la leche almacenada tiene un cambio de olor y sabor con el tiempo, debido a la lipasa normal en la leche materna que descompone naturalmente las grasas en la leche después de que se ha extraído. No existe tal cosa como la 'lipasa alta' como muchos creen. Cuanto más tiempo se almacene la leche en el refrigerador o congelador, más fuerte será el olor. El olor también está parcialmente determinado por las grasas en tu dieta. Tu leche es perfectamente segura para que la consuma tu bebé incluso con este cambio en el sabor y en el olor, y es inusual que los bebés rechacen la leche. Si crees que tu bebé se niega a la leche debido al sabor u olor, podría ser útil disminuir la ingesta de pescado o suspender los suplementos de aceite de pescado para ver si eso ayuda.</p>
<p>Try feeding the baby with something other than a bottle.</p> <p>You may try feeding the baby with a spoon, sippy cup, or regular open cup (perhaps a small medicine cup or shot glass). Hold the baby in your lap upright- swaddling will be helpful! Bring the spoon or cup to the baby's mouth and allow the baby to take the milk on their own by just touching the milk in the spoon or cup to the baby’s upper lip. Let the baby set the pace. Be very careful to not dump the milk into the baby's mouth to avoid choking.</p> <p>Check out the IABLE Cup Feeding video to learn more.</p> <p>For infants who are 4 months and older, try offering breastmilk popsicles.</p>	<p>Intenta alimentar al bebé con algo que no sea un biberón.</p> <p>Puedes tratar de alimentar al bebé con una cuchara, una taza para sorber o una taza abierta normal (tal vez una taza pequeña para medicamentos o un vaso de chupito). Sostén al bebé en tu regazo en posición vertical; ¡envolverlo será útil! Acerca la cuchara o la taza a la boca del bebé y permite que el bebé tome la leche por sí solo tocando la leche de la cuchara o la taza con el labio. Deja que el bebé marque el ritmo. Ten mucho cuidado de no tirar la leche en la boca del bebé para evitar que se atragante.</p> <p>Mira el video de alimentación con taza de Global Health Media para obtener más información.</p> <p>Para bebés de 4 meses o más, intenta ofrecer paletas heladas de leche materna.</p>
<p>Try “introducing the mouth to the bottle” rather than trying to get the baby to drink.</p> <p>Step 1: Bring the nipple (no bottle attached) to the baby's mouth and rub it along the baby’s gums and inner cheeks, allowing the baby to get used to the feeling and texture of the nipple. If the baby doesn’t like this, try again later.</p> <p>Step 2: Once the baby accepts the nipple in their mouth, encourage them to suck on the nipple. Without the bottle attached, place your finger inside the nipple hole and rub the nipple gently against the baby’s tongue.</p>	<p>Intenta “introducir la boca al biberón” en lugar de intentar que el bebé beba.</p> <p>Paso 1: Lleva la tetina (sin el biberón) a la boca del bebé y frótala a lo largo de las encías y el interior de las mejillas del bebé, permitiendo que el bebé se acostumbre a la sensación y textura de la tetina. Si al bebé no le gusta esto, vuelve a intentarlo más tarde.</p> <p>Paso 2: Una vez que el bebé acepte la tetina en su boca, anímalo a chupar la tetina. Sin el biberón colocado, coloca tu dedo dentro del orificio de la</p>

<p>Step 3: When the baby is comfortable with the first two steps, pour some drops of milk into the nipple without attaching the nipple to the bottle. Start by offering small sips of milk, making sure to stop when the baby shows that she has had enough.</p>	<p>tetina y frota suavemente la tetina contra la lengua del bebé.</p> <p>Paso 3: Cuando el bebé se sienta cómodo con los dos primeros pasos, vierte algunas gotas de leche en la tetina sin unir la tetina al biberón. Comienza ofreciendo pequeños sorbos de leche, asegurándote de parar cuando el bebé muestre que ha bebido suficiente.</p>
<p>If your baby still doesn't take the bottle after you've tried these tricks, consider the following.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Can you shift your schedule so that you can take a break from work to go to your baby and directly feed them there? • Can your caregiver bring the baby to you to directly feed throughout the day? • Can you telecommute/work from home for a while? 	<p>Si tu bebé aún no toma el biberón después de haber probado estos trucos, considera lo siguiente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Puedes cambiar tu horario para poder tomar un descanso del trabajo para ir donde tu bebé y amamantarlo? • ¿Puede su cuidador traerte al bebé para que lo amantes durante el día? • ¿Puedes teletrabajar/trabajar desde casa por un tiempo?
<p>My baby will finally take a bottle, but generally won't drink much at daycare.</p> <p>Some babies do something called “reverse cycle nursing” when their parents go back to work. They spend most of the day sleeping/not eating at daycare, and then at night feed frequently to make up for all of the eating they missed out on during the day. Some parents like reverse cycle nursing because directly feeding overnight can be a special time to bond with their baby and helps to support their milk production, especially if they have trouble pumping sufficient volumes at work. However, the interrupted sleep can make it difficult for the parent to meet their own sleep needs. Some families are able to work out their own system to help the lactating parent get as much sleep as possible while still attending to the baby's nighttime nursing needs. Here are a few tips for getting as much rest as you can:</p> <p>Sleep near your baby. Options include a crib in your bedroom or a bedside sleeper that is secured to your bed. If you choose to bedshare or are concerned about falling asleep with your baby, make sure to follow low risk bedsharing guidelines to minimize any risks of bedsharing. (See The Academy of Breastfeeding Medicine Protocol on Bedsharing and Breastfeeding 2019)</p>	<p>Mi bebé finalmente tomará un biberón, pero generalmente no beberá mucho en la guardería.</p> <p>Algunos bebés hacen algo llamado “lactancia de ciclo inverso” cuando se regresa al trabajo. Pasan la mayor parte del día durmiendo/sin comer en la guardería, y luego por la noche se alimentan con frecuencia para compensar todo lo que no comieron durante el día. A algunas madres les gusta la lactancia de ciclo inverso porque amamantar durante la noche puede ser un momento especial para vincularse con el bebé y ayuda a mantener la producción de leche, especialmente si tienen problemas para extraer volúmenes suficientes en el trabajo. Sin embargo, el sueño interrumpido puede dificultar que las madres cumplan con sus propias necesidades de sueño. Algunas familias pueden desarrollar su propio sistema para ayudar a la mamá lactante a dormir lo más posible mientras sigue atendiendo las necesidades de amamantar del bebé durante la noche. Aquí hay algunas recomendaciones para descansar tanto como sea posible:</p> <p>Duerme cerca de tu bebé. Las opciones incluyen una cuna en tu dormitorio o una cama-de colecho asegurada a tu cama. Si eliges compartir la cama o te preocupas quedarte dormida con tu bebé, asegúrate de seguir las pautas de bajo riesgo al compartir la cama para minimizar cualquier riesgo de compartir la cama. (Consulta el Protocolo de la Academia de Medicina de la Lactancia Materna sobre el colecho y la lactancia materna 2019)</p>

Prioritize the things you need to get done and enlist friends and family to help out so you have time to get to bed earlier, nap during the day, and/or sleep later into the morning.

Prioriza las cosas que necesitas hacer y pide ayuda a amigos y familiares para que tengas tiempo de acostarte más temprano, tomar una siesta durante el día y/o dormir más tarde por la mañana.