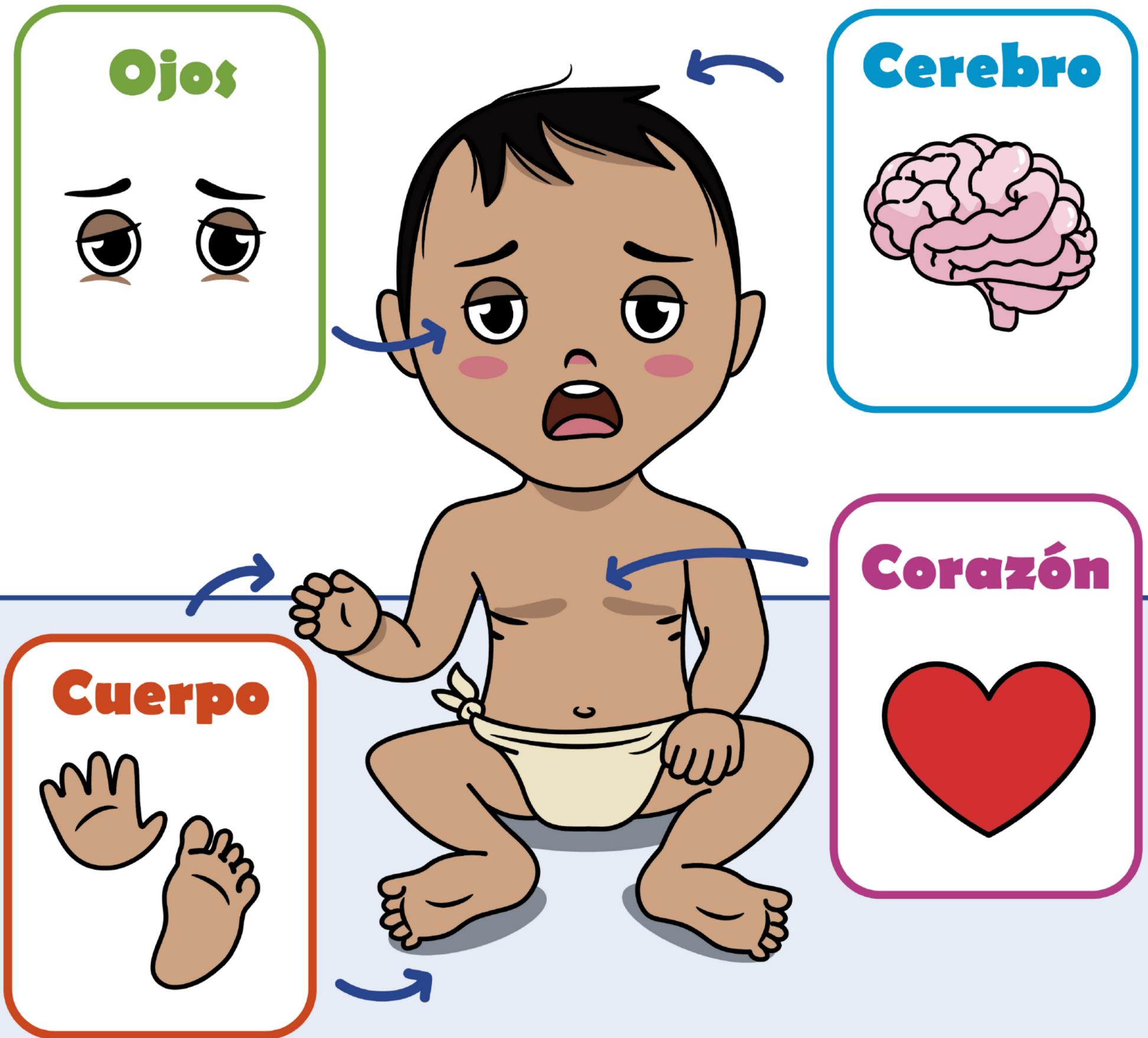


# 1 ¡Aliméntalos para luchar contra la enfermedad!

Vamos a aprender porque es importante alimentar al bebé durante la enfermedad y dos semanas después mientras se recupera.



El cuerpo del bebé está trabajando duro para luchar contra la enfermedad y recuperarse.

**¡Necesita mucha energía de los alimentos para luchar!**

# 1 ¡Aliméntalos para luchar contra la enfermedad!

Vamos a aprender porque es importante alimentar al bebé durante la enfermedad y dos semanas después mientras se recupera.

Sus ojos se ven cansados y el bebé tiene más sueño porque está utilizando toda su energía para luchar contra la enfermedad.

Su cerebro está utilizando toda su energía para luchar, se siente irritado y llorón, de mal humor y triste.

Su corazón late rápido porque necesita mandar más sangre a todo el cuerpo para luchar contra la enfermedad.

No tiene ganas de mover su cuerpo, ni usar sus pies y manos para jugar, porque está usando toda su energía para luchar.



El cuerpo del bebé está trabajando duro para luchar contra la enfermedad y recuperarse.  
**¡Necesita mucha energía de los alimentos para luchar!**

**2** Vamos a aprender sobre como un **poncho grueso** y los alimentos nutritivos pueden proteger a sus bebés cuando están enfermos.

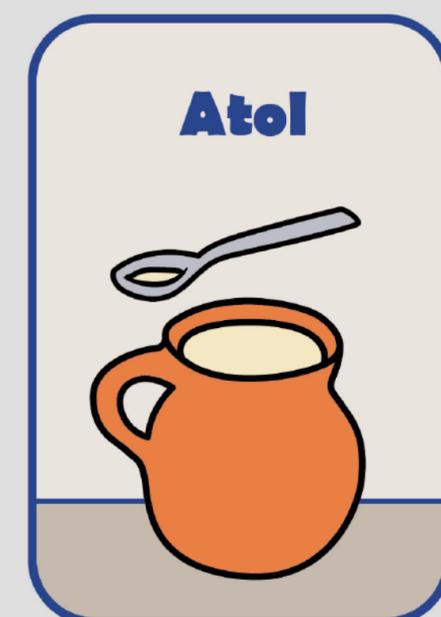
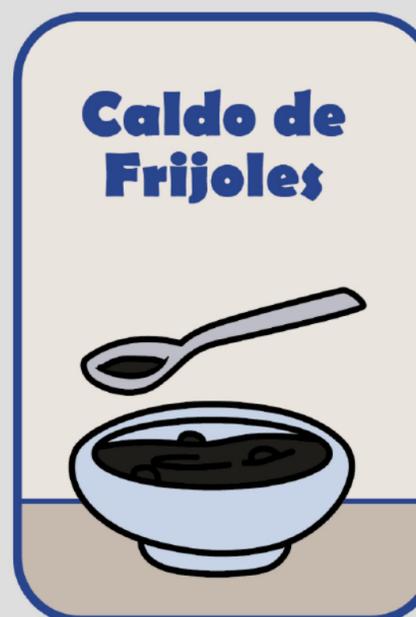


Un **poncho grueso** es como un alimento nutritivo. El bebé necesita alimentos nutritivos cuando está enfermo.

**3** Durante la enfermedad, y dos semanas después, mientras se recupera, **necesita alimentos nutritivos** para combatir la enfermedad y recuperarse.



Algunos alimentos son como un poncho delgado que no cubre y deja pasar el frío y viento. Un **poncho grueso** protege mejor.



**2** Vamos a aprender sobre como un **poncho grueso** y los alimentos nutritivos pueden proteger a sus bebés cuando están enfermos.

**3** Durante la enfermedad, y dos semanas después, mientras se recupera, **necesita alimentos nutritivos** para combatir la enfermedad y recuperarse.



Un **poncho grueso** es como un alimento nutritivo. El bebé necesita alimentos nutritivos cuando está enfermo.

El huevo se puede cortar en pedacitos o machacarlo para hacer una papilla.

Continuar con la lactancia materna y amamantar al bebé unos minutos más de lo habitual.

Preparar una papilla espesa de frijol y agregar trocitos de tortilla.

Servir una papilla espesa de incaparina y añadir fruta en trocitos para hacerla más nutritiva.



Algunos alimentos son como un poncho delgado que no cubre y deja pasar el frío y viento. **Un poncho grueso protege mejor.**

Los caldos tienen solo agua y no tienen ningún nutriente que ayude a alimentar al bebé ni a recuperarse de la enfermedad. Alimenta al bebé con frijoles molidos.

Un atol ralo no proporciona suficientes nutrientes, llena al bebé pero no lo alimenta. Prepara la incaparina en papilla para que el bebé se recupere.

Una sopa instantánea contiene mucha sal y agua y no aporta nutrientes adecuados para ayudar al bebé a luchar y recuperarse.