

# Belly Balls

Lactation Education Tool

907904

**This tool makes it easy for new parents to visualize the size of their newborn's stomach and how much milk it can hold at birth. This reinforces that supplements are not needed and that colostrum, the early milk, is more than enough to meet a newborn's needs.**

But there is more. Researchers have found that on **Day 1**, the newborn's small stomach does not stretch to hold more, as it will even a day or two later. This explains the experience of countless hospital nurses who have learned the hard way that when newborns are fed an ounce or two by bottle during the first day of life, most of it tends to come right back up. The walls of the newborn stomach stay firm, expelling extra milk rather than stretching to hold it. On **Day 1**, a newborn's stomach capacity is about one-sixth to one-quarter of an ounce (5 to 7 ml) per feeding. Not surprisingly, this amount of colostrum is ready and waiting in the breast. By **Day 3**, as the baby ideally gets more of these small, frequent feedings, his stomach expands to about the size of a ping pong ball to hold more milk. By **Day 10**, it is the size of an extra-large chicken egg.

**Is it a good idea to give a newborn more milk at each feeding to try to stretch out the stomach sooner?**

**No. This is NOT a case of more is better. Why not?**

Small, frequent feedings set up a healthy eating pattern right from the start. Adults are now advised by experts that it is healthier to eat smaller amounts more often and the same is true for babies and children. Coaxing a baby to take more milk leads to overfeeding. If feeling overfull at feedings becomes the norm for a baby, this may lead to unhealthy eating habits that contribute to childhood obesity later.



## WARNING

Belly Balls may present a **CHOKING HAZARD** and are for adult use only. Keep out of reach of children. Belly Balls are intended to be used and rearranged within the supplied bag. Accordingly, please do not remove Belly Balls from the bag.

Amēda and associated logos are trademarks of Evenflo Company, Inc.  
©2009 Evenflo Company, Inc. 50400160-0409



# Belly Balls

Lactation Education Tool

**Shooter Marble** = Approximate stomach capacity of a newborn on Day 1

**Ping Pong Ball** = Approximate stomach capacity on Day 3

**Extra-Large Chicken Egg** = Approximate stomach capacity on Day 10

**Softball** = Approximate stomach capacity of an adult



Silverman MA, ed. *Dunman's Premature Infants*, 3rd edition, New York: Paul B. Hoeber, Inc., Medical Division of Harper and Brothers, 1961, p 143-144.

Scammon, R. and L. Doyle. Observations on the capacity of the stomach in the first ten days of postnatal life. *Am J Dis Child* 1920; 20:516-38.

Zangen, S., C. Di Lorenzo, T. Zangen, H. Mertz, L. Schwankowsky, and P-Hyman. Rapid maturation of gastric relaxation in newborn infants. *Pediatr Res* 2001; 50(5): 629-32.

Adapted from Linda J. Smith's, *Coach's Notebook: Games and Strategies for Lactation Education*. Boston: Jones and Bartlett, 2002.



# Bolitas estomacales

herramienta para la lactanci

907904

**Esta herramienta facilita a los nuevos padres la visualización del tamaño del estómago de su recién nacido y de la cantidad de leche que puede almacenar. Esto refuerza la idea de que los complementos no son necesarios y que el calostro, la primera leche, es más que suficiente para satisfacer las necesidades de un recién nacido.**

Pero eso no es todo. Los investigadores han descubierto que **el primer día**, el pequeño estómago del recién nacido no puede estirarse como lo hará un día o dos después. Esto explica la experiencia de innumerables enfermeras de hospitales que han aprendido a la fuerza que cuando se alimenta a los recién nacidos con una onza o dos (30 o 60 ml) por biberón durante el primer día de vida, la mayor parte vuelve a salir. Las paredes del estómago de los recién nacidos permanecen firmes, expulsando la leche que está de más en vez de expandirse para conservarla.

**El primer día**, la capacidad estomacal de un recién nacido es de aproximadamente un sexto a un cuarto de onza (5 a 7 ml) por cada vez que se alimenta.

No es casualidad que esa sea la cantidad de calostro que esté listo y esperando en el pecho. **El tercer día**, a medida que el bebé va asimilando más de estas pequeñas cantidades en las frecuentes alimentaciones, su estómago se estira hasta el tamaño aproximado de una pelotita de ping pong, y puede guardar más leche.

**El décimo día**, es del tamaño de un huevo extra grande de gallina.

**¿Es aconsejable ir aumentando la cantidad de leche que se le da al recién nacido cada vez que se lo alimenta para intentar estirar el estómago antes?**

**No, en este caso más NO es mejor. ¿Por qué no?**

Las alimentaciones cortas y frecuentes establecen un modelo de alimentación saludable desde el principio. Hoy en día, los expertos aconsejan a las personas adultas que es más saludable comer en pequeñas cantidades y con más frecuencia, y lo mismo se aplica a bebés y niños. El obligar a un bebé a tomar más leche lleva a la sobrealimentación. Si sentirse satisfecho por demás se convierte en rutina para el bebé, esto puede provocar hábitos de alimentación no saludables que contribuyan a la obesidad infantil más adelante.



## ADVERTENCIA

Las bolitas estomacales pueden presentar **PELIGRO DE ASFIXIA** y deben ser usados por adultos solamente. Mantenga fuera del alcance de los niños. Las bolitas estomacales están diseñadas para ser usadas y reacomodadas dentro de la bolsa que se proporciona. Por lo tanto, no retire las bolitas estomacales de la bolsa.

El logotipo Ameda es una marca registrada de Evenflo Company, Inc.  
©2009 Evenflo Company, Inc.



# Bolitas estomacales

herramienta de educación  
para la lactancia

**Canica** = capacidad estomacal aproximada de un recién nacido el primer día

**Pelotita de ping pong** = capacidad estomacal aproximada el tercer día

**Huevo extra grande de gallina** = capacidad estomacal aproximada el décimo día

**Softball** = capacidad estomacal aproximada de un adulto

Canica  
5 a 7 ml

Pelotita de  
ping pong  
22 a 27 ml

Huevo extra  
grande de gallina  
60 a 81 ml

Silverman MA, ed. *Dunman's Premature Infants*, 3ª edición, Nueva York: Paul B. Hoeber, Inc., Medical Division of Harper and Brothers, 1961, págs. 143-144.

Scammon, R. y L. Doyle. Observations on the capacity of the stomach in the first ten days of postnatal life. *Am J Dis Child* 1920; 20:516-38.

Zangen, S., C. Di Lorenzo, T. Zangen, H. Mertz, L. Schwankowsky, y P. Hyman. Rapid maturation of gastric relaxation in newborn infants. *Pediatr Res* 2001; 50(5): 629-32.

Adaptado de *Coach's Notebook: Games and Strategies for Lactation Education*, de Linda J. Smith. Boston: Jones and Bartlett, 2002. Boston: Jones and Bartlett, 2002.

