

"Los bebés menores de 6 meses no necesitan tomar agua"

### MITO O REALIDAD:

◦ "Los bebés menores de 6 meses no necesitan tomar agua"

### Existe la creencia que...

Los bebés que se alimentan con leche [no necesitan tomar agua](#) ¿Es esto verdad?



#### Debes saber que....

Esto es verdadero!

Los bebés menores de 6 meses que toman [lactancia materna a demanda](#) no necesitan ningún otro tipo de líquido. Ni agua ni infusiones. La leche materna le da todo el líquido que el bebé necesita hasta en los meses de más calor o cuando el bebé tiene vómitos o diarreas. La leche materna tiene más de un 80% de agua, sobretodo la primera leche que sale con cada toma. La clave es que la lactancia sea a demanda.

En el caso que el bebé tome [biberón](#) tampoco es necesario darle otros líquidos. No hay que diluir los biberones. Con la leche damos todo el líquido que el bebé necesita, incluso en los meses de más de calor.

A partir de los 6 meses, con la [alimentación complementaria](#), podemos dar un poco de agua al bebé. En caso de que siga con la lactancia materna puede ser que el bebé no quiera tomar agua porque no la necesitará.

**Fecha de publicación:** 13-11-2018

**Autor/es:**

- [Cristina Cayuela Guerrero](#). Pediatra. Línea Pediátrica El Clot-Sant Martí. Barcelona
- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

