

## **Maya's Story**

Maya's baby is 2 months old and breastfeeding well. He is a happy baby, growing very well and wakes up once or twice a night to eat. Maya takes her son to her mother's house one afternoon.

Maya's mother proudly says, "What a big healthy baby! He's so big he's probably not getting enough to eat just from your breast milk. He needs a little cereal every night before he goes to bed to help him sleep better."

Maya wants to be respectful of her mother's advice but she has recently learned that babies should wait until about six months to eat solid foods like cereal. Maya also knows her baby needs to eat often, even during the night, to get all the nutrients he needs. How should Maya respond to her mother's suggestion?

## La historia de Maya

El bebé de Maya tiene dos meses y está mamando bien. Él es un bebé feliz, que está creciendo bien y se despierta una o dos veces por la noche para comer. Maya lleva a su hijo a la casa de su madre una tarde. La madre de Maya orgullosamente dice, “¡Que bebé saludable! Él es tan grande que probablemente no está recibiendo suficiente alimento de tu leche de pecho. Él necesita un poco de cereal cada noche antes de ir a la cama. Eso también lo ayudará a dormir mejor!”

Maya quiere respetar el consejo de su madre pero ella acaba de aprender que los bebés deberían esperar hasta cerca de los seis meses para comer alimentos sólidos como el cereal. Maya también sabe que su bebé necesita alimentarse a menudo, incluso durante la noche, para obtener todos los nutrientes que necesita. ¿Cómo debería responder Maya a la sugerencia de su madre?