

Principios Sobre la Lactancia



Beneficios de la lactancia:

+ Buena para el bebé

- Disminuye el riesgo de desarrollar alergias, asma, neumonía, infecciones del oído, diarrea, enfermedad gastrointestinal, diabetes, obesidad, algunos cánceres en la niñez, y síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS)

+ Buena para la mamá

- Disminuye el riesgo de diabetes de tipo II, osteoporosis, ciertos cánceres de mama y de ovarios y enfermedades cardiovasculares

Importancia del contacto piel a piel:

- + Es bueno para conectarse con su bebé
- + Hace que la lactancia tenga un buen comienzo
- + Mantiene al bebé caliente
- + Los calma a usted y a su bebé

Beneficios de permanecer en la habitación (mantener al bebé en su habitación durante su estadía en el hospital):

- + Aprender las pistas de la alimentación de su bebé
- + Al bebé se lo alimenta temprano y con frecuencia
- + Aprender a cuidar a su bebé
- + El bebé aprende a reconocerla

Importancia de alimentar al bebé cuando muestra signos de hambre:

- + Mantiene al bebé calmado y contento
- + Previene problemas con la lactancia
- + Ayuda a mantener un buen suministro de leche
- + Ayuda al bebé a obtener la cantidad correcta de alimento

Beneficios de prenderse bien durante la lactancia:

- + Ayuda al bebé a obtener suficiente leche materna
- + La ayuda a usted a producir suficiente leche
- + Previene dolor y lesiones en el pezón

Riesgos de darle al bebé otra cosa que no sea leche materna:

- + El bebé no está tan contento al ser amamantado
- + El bebé se enferma con más frecuencia
- + Su suministro de leche se reduce

Signos de que el bebé tiene hambre:

- + Se mueve más
- + Se chupa las manos, la lengua o los dedos
- + Mueve la cabeza (abre la boca y gira la cabeza)
- + Se pone la mano en la boca
- + Frota la nariz en la mama
- + **El llanto es un signo tardío de hambre**

¿Preguntas? ¡Consulte gratis a una asesora de lactancia!

Llame al 912-466-3184

En el hospital: Pídale a la enfermera que localice a la asesora de lactancia.



SOUTHEAST GEORGIA
HEALTH SYSTEM

sghs.org