

Un Buen Comienzo Dando Pecho

Antes de que nazca el bebé:



- ♥ Aprenda sobre el dar pecho— asista a clases, platique con otras mamás.
- ♥ Dígale a su familia, a su doctor y enfermera que usted quiere dar pecho.

En el hospital:



- ♥ Empiece a dar pecho en cuanto nazca su bebé o lo más pronto posible.
- ♥ Dígale al personal médico que usted quiere que su bebé tome solamente leche materna.
- ♥ Mantenga a su bebé en la habitación con usted día y noche.
- ♥ Aprenda a reconocer cuando su bebé tiene hambre.
- ♥ Pida ayuda si tiene preguntas.

Las primeras puestas al pecho:

- ♥ Su primera leche, calostro, es perfecta para su bebé y lo protegerá contra enfermedades.
- ♥ Los recién nacidos pueden tener mucho sueño como resultado del medicamento que recibió la mamá durante el parto — tenga paciencia, despiértelo, y siga ofreciéndole el pecho.
- ♥ Las primeras veces que pone el bebé al pecho son práctica para los dos.
- ♥ Dele pecho al bebé las veces y el tiempo que el bebé quiera.
- ♥ Es común para los recién nacidos querer estar en el pecho muy seguido a ciertas horas del día y la noche.



- ♥ Biberones con fórmula o agua no son necesarios generalmente e interfieren con el dar pecho.
- ♥ Evite pezones artificiales y chupones por lo menos las primeras 4 a 6 semanas, para no confundir al bebé.