



Lo que dicen las mamás sobre dar pecho

Por qué debe dar pecho:

- La leche materna siempre está disponible cuando la quiere su bebé, en cualquier lugar, a cualquier hora.
- Puede confiar en la leche materna porque es pura, segura e higiénica.
- La leche materna cambia para satisfacer las necesidades del bebé según su desarrollo. La fórmula no cambia.
- Los requerimientos del bebé varían y cuando toman pecho siempre reciben la cantidad exacta que necesitan.

Aunque la fórmula le da al bebé la alimentación que necesita para crecer, es importante saber que darle pecho a su bebé le da mucho más.

Dar pecho es más que dar de comer:

Es el comienzo de una relación especial entre usted y su bebé. Cuando le da pecho a su bebé, forma una relación con él que nadie más puede tener.

La leche materna protege la salud de su bebé:

La leche materna es una alimentación perfecta que le da a su bebé todo lo que necesita. Cada vez que le da pecho a su bebé le ayuda a combatir los gérmenes.

Los bebés que toman pecho:

- Tienen menos infecciones del oído
- Tienen menos diarrea y estreñimiento
- Tienen menos catarro y gripe

Cuando se amamanta al bebé, las enfermedades comunes afectan menos y duran menos tiempo.

Dar pecho protege al bebé contra:

- Las alergias
- El asma
- Algunos tipos de cáncer infantil
- La diabetes

Breastfeeding Resources and Support

999 3rd Avenue, Suite 900 • Seattle, WA 98104

T 206-296-4786 F 206-296-4679

www.metrokc.gov/health

La leche maternale ahorra dinero:

La fórmula es cara. Además usted gastará dinero comprando botellas, chupones y otro equipo. Si participa en el Programa de WIC y decide no amamantar, WIC le da parte de la leche de fórmula que necesite. Pero a medida que su bebé vaya creciendo, usted tendrá que comprar más leche de fórmula que la que provee el WIC.

Dar pecho es bueno para el medio ambiente:

Dar pecho es natural y bueno para el medio ambiente. No hay basura porque no hay que tirar latas ni biberones.

¡Dar pecho es bueno para usted también!

- No hace falta lavar biberones o calentar la fórmula. La leche materna es naturalmente limpia y tibia.
- No necesitará buscar en la oscuridad para preparar los biberones de su bebé. La leche materna siempre está lista y tibia.
- Los bebés que toman pecho huelen mejor y los pañales no tienen un olor desagradable.
- Los bebés a quienes se les da pecho vomitan menos que los que toman fórmula, y la leche materna no mancha como la fórmula.
- Cuando le da pecho a su bebé, su útero regresará a su tamaño normal más rápido.
- Dar pecho reduce el riesgo de contraer ciertos tipos de cáncer ovario y seno.
- Sentarse para dar pecho le ayuda a descansar y recuperar la fuerza después del embarazo. Las hormonas que produce la lactancia la ayudan a relajarse y sentirse mas unida a su bebé.

Recuerde que su bebé necesita leche materna o la fórmula durante el primer año de vida.

Un infante cuya madre usa drogas ilegales, tiene tuberculosis activa sin ser tratada o tiene VIH (el virus que causa el SIDA), no debe amamantar.

Aunque algunos medicamentos son seguros para el bebé que amamanta, son pocos los medicamentos que le obligan a suspender el pecho por un tiempo. Llame a Care Northwest al teléfono (900) 225-2273 y pregunte si el medicamento que está tomando se considera seguro.