

Posiciones para Amamantar

Para amamantar correctamente se debe tener en cuenta tanto la posición de la mamá como la del niño.

POSICION SENTADA O DE CUNA:

Debe tener la cabeza del bebé en el ángulo interno de su codo, formando una línea recta con la espalda y cadera. Tómelo con el brazo y acérquelo contra el seno en un abrazo estrecho.



POSICION DEBAJO DEL BRAZO, DE SANDIA O DE FOOT-BALL AMERICANO:

El niño es sostenido sobre el antebrazo de la madre y su cuerpo va hacia atrás mientras la cabeza es sostenida por la mano del mismo lado.



POSICION SEMISENTADA: Coloque la cama en posición 45°, sostenga la espalda con una o dos almohadas con el fin de que esta quede recta y las piernas ligeramente dobladas, el bebé estará sobre el tórax de la madre.



POSICION ACOSTADA: Si la madre está acostada en de un lado, utilice almohadas que le den apoyo a la espalda; coloque almohadas entre las rodillas o caderas para elevar el cuerpo del bebé.



Recomendaciones

- ✓ Lavado de manos antes de lactar al niño.
- ✓ El niño debe estar limpio y seco para ser alimentado.
- ✓ Mantenga al niño descubierto.
- ✓ Evite mover el niño bruscamente.
- ✓ Adopte la posición más cómoda.
- ✓ Se debe lavar la mamá sólo con agua.

RECUERDA: Un niño que no recibe el pecho de su madre de manera exclusiva tiene 5 veces más probabilidad de enfermarse de infecciones respiratorias y 7 veces más probabilidad de enfermarse de infecciones diarreicas que un niño amamantando del pecho materno.

Beneficios de alimentar a tu bebé con leche materna



Jardín Infantil Birmingham

Campaña de Salud

Leche Materna



Donar
leche materna
es
Brindar
Vida

Beneficios de la **Lactancia Materna**

BENEFICIOS para el bebé

1. La leche materna contiene todos los nutrientes que el bebé necesita durante los 6 primeros meses de vida.
2. Protege su sistema inmunitario.
3. Reduce el riesgo de asma y alergias.
4. Más fácil de digerir que la lactancia artificial.
5. Menor tasa de obesidad infantil.



La lactancia materna es un nexo de unión único entre madre e hijo

BENEFICIOS para la madre

1. La lactancia materna acelera la recuperación de la mamá.
2. Menor riesgo de hipertensión y depresión posparto.
3. Disminuye el riesgo de cáncer de ovario y mama.
4. Ayuda a la mineralización de los huesos.
5. Ahorro económico en la familia.

LACTANCIA MATERNA: DESTERRANDO MITOS

4

SOMOS Lecheritos

"Mi leche es aguada y no alimenta a mi bebé."

Falso →

La leche materna siempre contiene todos los nutrientes para el óptimo crecimiento y desarrollo de tu bebé.

Principalmente ácidos grasos esenciales para el cerebro y la visión, haciendo a tu bebé más inteligente.

"Mi leche es mala, le cae mal a mi bebé"

Falso →

La leche materna es el alimento ideal para tu bebé.

Su composición varía de acuerdo a la edad y las necesidades del bebé, según su crecimiento y desarrollo.