

“Lo que más me gusta de amamantar es cuando mi hijo me mira a los ojos y me sonrío.”

“Lo maravilloso de dar pecho es verla crecer por lo que le doy. A mi esposo le gusta porque él no tiene que levantarse para darle de comer o preparar los biberones.”

“Amamantar es la mejor experiencia que puede tener una madre, porque el bebé es parte de ella. Cuando le da pecho siente que es lo mejor que puede hacer para su bebé.”



“Amamantar es una oportunidad maravillosa para crear un lazo emocional entre la mamá y su bebé. Me siento contenta sabiendo que como madre le doy a mi bebé todo lo que merece. También me hace sentir que me ama.”

“Saber que la leche materna viene de mí me da confianza. No le daría ninguna otra cosa.”

“La gente habla de un lazo emocional, pero cuando estaba embarazada, pensaba, ‘¿Un lazo? ¿Qué es eso?’ ¡Ahora sé lo que es!”

Amamantar a Jeremías no sólo es la manera más fácil y conveniente para alimentarle – también es la manera más sana.”

“Nos hemos acercado mucho porque le doy pecho. Ahora tenemos un lazo emocional muy especial y Amanda es muy sana.”

El contenido del folleto fué provisto por el programa WIC. Reproducido con el permiso del Programa WIC de Salud del Estado de Washington. El programa WIC no discrimina en base raza, color, origen nacional, sexo, edad o incapacidad física. Si usted siente que se le ha discriminado, escríbale al:

Secretario De Agricultura:
The Secretary of Agriculture
Washington, D.C., 20250



Distribuido por Molina Healthcare.
Todo el material de este folleto es sólo para información.
Esta información no sustituye el consejo de su proveedor del salud.

www.MolinaHealthcare.com

Part # 1098Rev0208

**Lo que dicen las mamás
acerca de amamantar
a su bebé**



Estás en familia.

Dele a su bebé el mejor comienzo posible. Escoja amamantarlo.

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
- Sufren menos de la diarrea y el estreñimiento
- Sufren menos enfermedades como catarros y gripas.

Si se enferman los bebés que toman pecho, normalmente la enfermedad no es tan seria y dura menos tiempo.

Amamantar le protege al bebé contra:

- Las alergias
- El asma
- Algunos cánceres infantiles
- La diabetes

Amamantar ahorra dinero

La fórmula es cara. Si usted decide no amamantar, WIC le da parte de la fórmula que necesita su bebé. A medida que su bebé vaya creciendo necesitará más fórmula de la que le da el WIC. También tendrá que comprar biberones, chupones y otros equipos.

Amamantar 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.

¡Amamantar es bueno para usted también!

- No hace falta lavar biberones o calentar la fórmula. La leche materna naturalmente está lista 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 son amamantados devuelven menos que los que toman fórmula, y cuando lo hacen no mancha como la fórmula.
- Cuando le da pecho a su bebé, el útero regresará a su tamaño normal más rápido.
- Dar pecho reduce el riesgo de contraer ciertos tipos de cánceres del ovario y del seno.
- Sentarse para amamantar le ayuda a descansar y recuperar la fuerza después del embarazo.
- Las hormonas que produce la lactancia le ayudan a relajarse y sentirse más unida al bebé.

Los bebés que toman pecho huelen mejor y los pañales no tienen un olor desagradable. Recuerde que su bebé necesitará tomar la leche materna o la fórmula durante el primer año de vida.

Ahora es el tiempo para pensar sobre cómo va a alimentar a su bebé.

¡La decisión es suya! Decida cómo alimentar...

¿Por qué amamantar es la mejor opción?

- La leche materna siempre está disponible cuando la quiere su bebé, en cualquier lugar, a cualquier hora.
- Puede estar segura de que la leche materna es pura, limpia y segura.
- La leche materna cambia para satisfacer las necesidades del bebé a medida que crece. La fórmula no cambia.
- Los bebés necesitan diferentes cantidades de leche. Los bebés que toman pecho siempre obtienen 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.

Amamantar es más que alimento...

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

“Le tranquiliza cuando está molesta porque está creciendo el lazo entre nosotras.”

“Leí mucho y me enteré que es mejor amamantar. Estoy muy contenta que decidí hacerlo. Al principio era difícil pero está tan sano mi bebé que vale la pena. Después de la primera semana fue fácil.”

“¡Lo más increíble, es que lo que yo misma produzco, lo hace crecer!”

