

Consejos de lactancia para un comienzo exitoso

Durante la primera semana

WIC proporciona:

- Apoyo en persona por parte de consejeras capacitadas en la lactancia materna y si es necesario, referencia a una Consultora Internacional de Lactancia Certificada (International Board Certified Lactation Consultant, IBCLC).
- Servicios de peso al bebé; antes y después de amamantar.
- Préstamos de extractores de leche de grado hospitalario.

Razones para buscar apoyo:

- Ayuda con el agarre.
- Dolor al prender.
- El bebé nace prematuro.
- Preocupaciones sobre su suministro de leche.
- Peso del bebé.
- Simplemente para tranquilizarse.

Si tienes dolor o dudas, no esperes más. Pide ayuda de inmediato.

WIC puede brindar ayuda, virtualmente y en persona. Empiece por llamar al:

(805) 981-5251.

¡WIC está aquí para usted!

Comuníquese con WIC en cuanto tenga a su bebé.

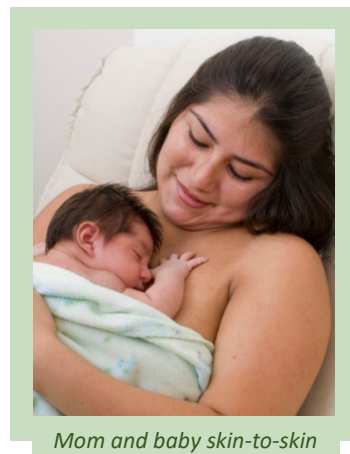


Cosas que debes saber:

- Es normal que los bebés amamanten con **frecuencia**: al menos 10 a 12 veces en 24 horas.
- Esto es saludable para el bebé y le ayudará a producir más leche.
- Pase mucho tiempo con su bebé de **piel a piel**.
- **Evite biberones y chupones. Los riesgos del uso temprano de biberones y chupones incluyen, dificultad y dolor al prenderse y la disminución de leche materna.**
- El calostro, la primera leche, es todo lo que su bebé necesita en los primeros días de vida.

Los beneficios de dar pecho/leche materna:

- Fácil de digerir.
- Protege al bebé de muchos virus y enfermedades.
- Disminuye el riesgo de síndrome de muerte súbita del bebé.
- ¡Cada onza cuenta! Mientras más leche materna, más beneficios recibe el bebé.



Mom and baby skin-to-skin



WIC is an equal opportunity provider 12/2022