

amamantar *para tener* el mejor inicio



es su madre consejera de lactancia materna.

Como usted, ella optó por darle a su bebé el mejor inicio al amamantar. Cada experiencia es diferente, pero ella puede relacionar a lo que usted posiblemente esté sintiendo.

Por favor sepa que ella está aquí para ayudarle.

Ella:

- la motivará y apoyará sus decisiones
- le ofrecerá clases de lactancia materna (por favor, llame para programarlas)
- responderá preguntas sobre las bombas saca leche

Por favor no dude en llamarla al:



los beneficios de amamantar



Para su bebé

- Le protege de:
 - Infecciones de oídos
 - Diarrea y otros problemas estomacales
 - Alergias
 - Asma
 - Pérdida de la densidad ósea futura
- Reduce el riesgo de muerte súbita infantil, diabetes y obesidad.
- La leche materna es todo lo que su niño necesita los primeros seis meses de vida.
- Huesos y dientes más fuertes
- Desarrolla un cociente intelectual más alto y mejora el desarrollo del cerebro.
- Promueve la presión arterial baja y colesterol bajo en la vida futura

Para usted

- Reduce el riesgo de:
 - Cáncer, incluyendo cáncer de los senos y ovarios
 - Depresión posparto
 - Bajo hierro
- Ayuda a devolver el útero al tamaño normal
- Promueve la pérdida del peso (quema hasta 500 calorías por día)
- Reduce los costos de salud porque los bebés son más sanos
- Desarrolla un lazo especial entre usted su bebé

WIC es un programa de comida complementaria y no le da toda la fórmula que su bebé en crecimiento necesitará. **Usted necesitará comprar fórmula extra que le puede costar un extra de \$2,000 por año.**

** La Academia Americana de Pediatría recomienda exclusivamente amamantar al bebé en los primeros seis meses de vida.*

Su leche materna versus la fórmula

GRATIS	CARA
Hecha para su bebé	Leche artificial para su bebé
Cambia conjuntamente con las necesidades de crecimiento de su bebé	Se mantiene igual, mientras las necesidades de su bebé cambian
Los bebés no son alérgicos a la leche materna	Los bebés pueden ser alérgicos a algunas fórmulas
Promueve el desarrollo óptimo del cerebro	Puede no permitir el mejor desarrollo del cerebro
Siempre limpia, tibia y lista para ser usada	Debe ser mezclada y almacenada adecuadamente para prevenir la contaminación y el deterioro
Fácil de digerir y está hecha solamente de ingredientes naturales que pueden ayudar al bebé a combatir las infecciones	Puede ser difícil de digerir y está hecha de aditivos que no combaten las infecciones