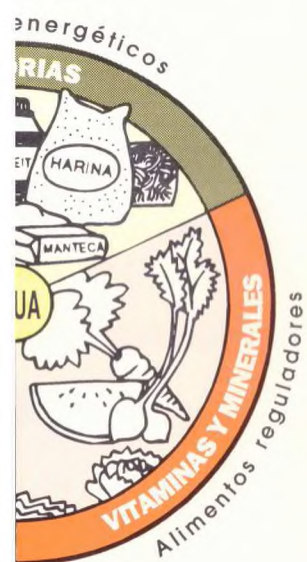


TODA MADRE
A DEBE TENER

on: consuma alimentos
ante cantidad.

OS.

hol.



a mayor cantidad de
tes de salir de su casa

leche y guardarla en la
e se la den mientras
ra fuera de casa.

EL MEJOR ALIMENTO PARA EL RECIÉN NACIDO
ES LA LECHE DE MADRE.



LA LACTANCIA MATERNA ES UN
DERECHO UNIVERSAL, TANTO DE LA
MADRE COMO DEL NIÑO

Dirección General de la Salud

División Atención Primaria de Salud

Departamento de Educación para la Salud

Programa de Lactancia Materna

URUGUAY, 1993

REALIZACIÓN: PRODUCTORA EDITORIAL (96 65 211)/DISEÑO: GRUPO METRO/DEP. LEGAL 254.527-93

PARA SU HIJO,
LO MEJOR:



LECHE MATERNA

MINISTERIO
DE SALUD
PÚBLICA



LO,
OS,
OS PRIMEROS
SES DE VIDA.



¿POR QUÉ?

Amamantar a su hijo:

- es más nutritivo,
- es más económico,
- es más higiénico,
- lo protege contra enfermedades,
- evita la diarrea.



¿QUÉ OTRAS VENTAJAS OFRECE?

La leche de madre es más fácil de digerir y tiene la calidad de estar siempre pronta:

- a la temperatura ideal,
- en cualquier lugar.
- a cualquier hora,



La relación de la madre con el hijo se refuerza con la lactancia.

CONSEJOS PRÁCTICOS

- Dé de mamar a su hijo cada vez que él lo pida, sin horarios rígidos, pero no deje pasar más de tres horas entre las mamadas.
- Inicie la lactancia lo más pronto posible, enseguida del parto.
- No suspenda la lactancia si su hijo enferma o tiene diarrea, o si Usted misma está enferma, y consulte con el médico.
- Para evitar que se agriete el pezón, cuando interrumpa la mamada introduzca un dedo entre la boca del niño y el pezón.
- Para mantener el pezón sano, bastan unas gotas de leche: es la mejor crema.
- Coloque al niño en posición correcta:



El abdomen del niño contra el suyo.

Introduzca casi toda la areola y no sólo el pezón en la boca del niño.