

Comprendemos que si bien la lactancia materna puede ser fácil desde el comienzo para algunas madres, también puede ser difícil mientras usted y su bebé están aprendiendo; intente no desanimarse.

- Si su bebé parece quisquilloso, la ayudaremos a encontrar otras formas de reconfortar a su bebé en lugar de usar fórmula.
- La ayudaremos a aprender a saber cuándo su bebé se ha alimentado lo suficiente en el pecho.
- La pondremos en contacto con otros recursos de la comunidad que pueden ayudarla a amamantar luego de que abandone el hospital.

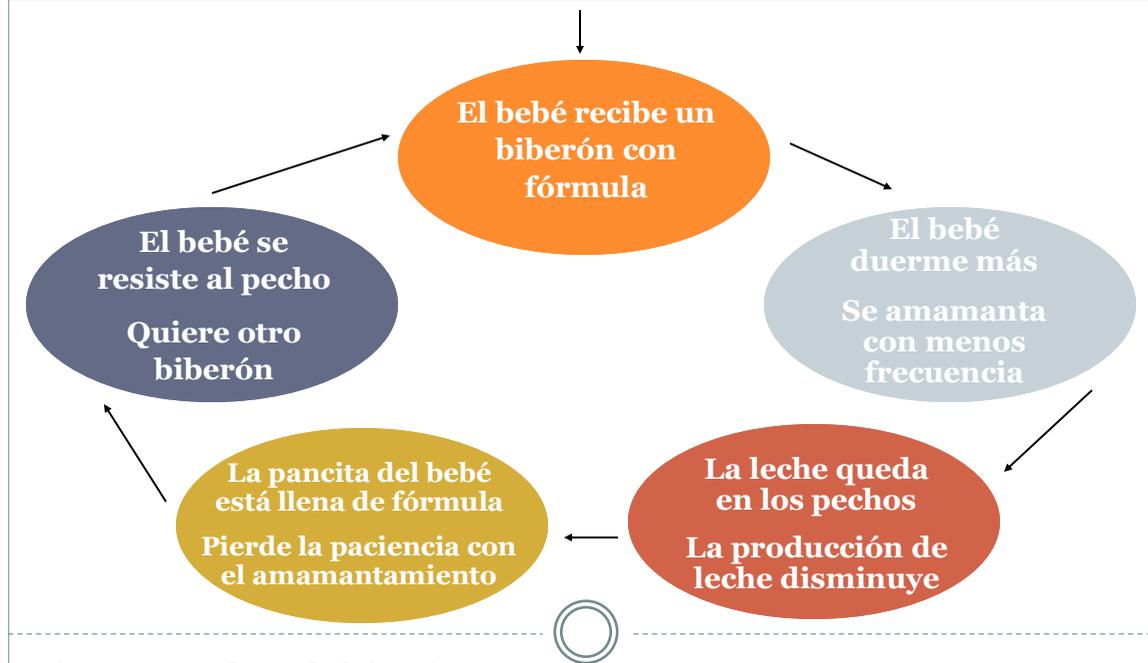
**Recuerde, cuanto más a menudo amamante a su bebé, más leche producirán sus pechos.**

### ¿Qué puede hacer para tener un buen comienzo en la lactancia?

- Practique el cuidado piel con piel colocando a su bebé en su pecho inmediatamente después del nacimiento hasta después de la primera lactancia.
- Amamante a su bebé tan pronto como sea posible luego del parto, generalmente en la primera hora.
- Dele solo leche materna.
- Esté atenta a los indicios del bebé para amamantarse y aliméntelo a demanda. Pregúntenos a qué indicios de amamantamiento debe estar atenta.
- Mantenga a su bebé en la misma sala con usted en el hospital.
- Evite darle a su bebé biberones o chupetes.
- Pida ayuda de inmediato si su bebé tiene problemas para succionar o prenderse del pecho en cualquier momento.

**Los bebés lactantes que reciben fórmula en el hospital tienen más probabilidades de continuar recibiendo fórmula en el hogar.**

## Riesgos de darle fórmula a su bebé lactante



Mientras usted y su bebé están aprendiendo a amamantar, agregar fórmula **cuando no hay necesidad médica para hacerlo** podría...

- disminuir su suministro de leche;
- hacer que su bebé esté somnoliento y se amamante con menos frecuencia;
- causar una congestión dolorosa de los pechos, que hace más probable la infección de los pechos (mastitis);
- causarle problemas digestivos al bebé, debido a que la fórmula cambia las bacterias "buenas" del intestino del bebé;
- disminuir el efecto protector de su leche materna para su bebé.

### Los bebés alimentados con fórmula...

- Tienen más enfermedades de la infancia como:
  - Infecciones de oídos
  - Diarrea
  - Neumonía
  - Asma
  - Alergias
- Tiene más visitas al médico, a la sala de emergencias y hospitalizaciones
- Tienen mayores tasas de:
  - Diabetes
  - Obesidad
  - Leucemia
  - Síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL)

Rochester General Hospital  
1425 Portland Ave  
Rochester, NY 14621

Teléfono del consultorio de  
lactancia:  
585-922-4062

Línea de apoyo del centro de  
nacimientos:  
585-922- 4001

Línea de ayuda de enfermeras  
de Rochester General:  
585-922-CARE  
y  
585-292-BABY

Desarrollado por representantes de los  
Departamentos de lactancia de:

Highland Hospital

Newark-Wayne Community Hospital

Rochester General Hospital

Strong Memorial Hospital

Unity Hospital

FINANCIADO EN PARTE POR EL SUBSIDIO PHS #RO1-HD055191  
SOCIEDAD COMUNITARIA PARA LA PROMOCIÓN Y EL APOYO A LA  
LACTANCIA (PI: Dozier)  
MAYO 2015

## Amamantar a su recién nacido los primeros días



Rochester Regional Health  
Rochester General Hospital

### ¡Felicitaciones por el nacimiento de su bebé!

Cuando se trata de cómo alimentar a su bebé, existen varias opciones. Permítanos ayudarla a tomar una decisión informada para usted y su bebé.

Todas las principales organizaciones, incluida la Academia Americana de Pediatría (AAP), recomiendan la lactancia materna como la mejor forma de alimentar a su bebé.

- La leche materna es el alimento perfecto para su bebé.
- La leche materna mantiene a su bebé saludable.
- La leche materna cambia constantemente para satisfacer las necesidades de su bebé.
- La leche materna siempre está disponible dónde y cuándo su bebé la necesite.
- La leche materna siempre está a la temperatura correcta, es limpia y es gratuita.

### Las madres que amamantan :

- Fortalecen el lazo con sus bebés
- Ahorran tiempo y dinero
- Podrían volver al peso que tenían antes de quedar embarazadas más fácilmente.
- Tienen un menor riesgo de diabetes tipo 2 y ciertos tipos de cáncer.

El Estado de Nueva York tiene leyes que protegen el derecho de la madre a amamantar en público y en el lugar de trabajo. Pídale a su enfermera o consultora en lactancia más información.

