

El Amamantamiento

El Mejor comienzo para Usted y Su Bebé

Déle el mejor alimento que existe a su bebé alrededor. ¡Amamante a su bebé! Ninguna fórmula en el mundo es tan saludable como el amamantamiento. ¡Realmente, el amamantar a su bebe es un acto de amor! Estará segura crear un vinculo muy íntimo con su bebé.

Los doctores dicen: “El pecho es mejor.”

En 2006, la Academia Americana de Pediatría dijo:

“La leche materna es el método de alimentando preferido para todo los infantes...Es recomendado que los bebes sean exclusivamente amamantados durante los primeros 6 meses, y que este amamantamiento debe continuar durante por lo menos los primeros 12 meses de edad, y luego de esto por el tiempo que esto sea mutuamente deseado.”

Exclusivamente amamantando significa que no se necesitan ningún otro líquido o alimentos para un infante saludable.

Bebés saludables

Su bebé necesita leche materna para conseguir el alimento que él o ella debe tener para crecer y desarrollarse. Los estudios demuestran de una manera continua que los bebes que son amamantados con leche materna son más saludables.

- Hay más de 100 ingredientes en su leche materna que no están presente en cualquier fórmula infantil. Estos ingredientes hacen más fuerte el sistema inmune de su bebé.
- En el primer año, los bebés que son amamantados tienen probablemente diez veces menos posibilidades de ser llevados al hospital.
- Los bebés que son amamantados son menos propensos a morir del Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SIDS, por sus siglas en ingles.)

Madres felices y Saludables

Las mujeres no solo amamantan sus bebés porque ellas “tienen que hacerlo” ¡Ellas amamantan a su bebe porque ellas lo disfrutan!

- Durante el amamantamiento, el nivel de las hormonas de prolactina de las hormonas de oxytocin suben en su cuerpo. La Prolactina le provee los sentimientos de unión y amor. El Oxytocin ayuda al útero a encogerse a su tamaño normal.
- El amamantando previene la debilidad de los huesos y el cáncer del pecho, del útero, y de los ovarios.

Ventajas Económicas, Familiares y Medioambientales

- ¡La leche materna es gratuita!
- Se ahorran billones de dólares con menos costos de cuidado de salud y menos tiempo fuera del trabajo.
- Uso menor de energía para producir, transportar, y disponer de productos del alimento artificiales.

¿Sabía usted que ..?

...¿Dándole fórmula infantil a su bebé puede causarle a usted que produzca menos leche materna?

Es mejor para usted esperar hasta que el bebé tenga por lo menos 2 a 3 semanas de edad, y ha aprendido a ser amamantado, antes de darle cualquier fórmula infantil. Después de unas semanas, un biberón de vez en cuando no debe afectar su suministro de leche materna. Sin embargo, el uso de mucha fórmula infantil disminuirá la cantidad de leche materna que usted produce.

Intente evitar darle a su bebe fórmula infantil después de amamantarlo. Recuerde que los bebés que son amamantados tomarán a menudo un biberón después de ser alimentados porque ellos tienen muy buenos reflejos de chupar. Esto no siempre significa que ellos todavía tienen hambre.

¿Yendo a trabajar o a la escuela?

Muchas madres pueden seguir amamantando mientras ellas están trabajando o van a la escuela. Revise estos enlaces de amamantamiento para más información.

Si usted se siente que no tiene bastante leche materna, trate de...

- Amamantar más a menudo al bebé. Los bebés pequeños necesitan ser alimentado por lo menos 8-12 veces cada 24 horas.
- Amamantar a menudo al bebé tanto y con tal de que él o ella lo necesiten. El descanso asegura que si su bebé está creciendo bien el/ella está recibiendo bastante alimento del amamantamiento.
- Usar ambos pechos en cada amamantamiento.
- Evite darle al bebe fórmula infantil extra o agua que su bebé no necesita.

Crecimiento Acelerado

Los bebés pasan por tiempos en los cuales ellos necesitan más leche materna para crecer. Esto es normal. Si esto pasa, simplemente amamante más a menudo a su bebé durante unos días. Su suplemento de leche materna contribuirá a satisfacer las necesidades de su bebé.