



¿ POR QUÉ LACTAR ?

La lactancia materna es la alimentación con leche procedente de la madre. Esta es la mejor y más segura alimentación para el bebé durante los seis primeros meses de vida. **Es importante dar lactancia exclusiva durante 6 meses, luego continuar con lactancia materna y alimentación complementaria hasta los 2 años o más.**

CALOSTRO

El calostro está compuesto por gran cantidad de proteínas, anticuerpos y beta-carotenos, con un alto contenido calórico, rico en vitaminas, minerales y proteínas, baja cantidad en lactosa y grasa. Esta composición es la ideal para los recién nacidos. Es el primer líquido secretado por los senos, dentro de los primeros tres a cinco días después del parto. Provee protección contra las infecciones, es la primera vacuna que recibe el bebé.

“El amamantamiento nocturno aumenta la producción de leche”

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

¡Es el alimento más completo, equilibrado, suficiente y adecuado que tu bebé necesita, además es gratis!

Estimula el crecimiento y desarrollo del cerebro del bebé, mejorando el desarrollo mental, psicológico y social.

Proporciona defensas contra las infecciones.

Disminuye la frecuencia de muerte súbita.

Disminuye infecciones respiratorias, urinarias, dermatitis y gastroenteritis.

Disminuye el riesgo de sufrir obesidad y sufrir diabetes.

Proporciona protección contra las alergias.

Disminuye las alteraciones dentales.

En las madres, disminuye la hemorragia posparto y el útero recupera su tamaño más rápido.

Disminuye la cantidad de hemorragia en los ciclos menstruales.

COMO AMAMANTAR A SU BEBE

- Soporte el seno con la mano en forma de “C”, colocando el pulgar por encima y los otros cuatro dedos por debajo del pezón detrás de la areola. Acercar el niño al seno y no al contrario.
- Acerque el pezón a la comisura labial y cuando el niño abra la boca completamente, introduzca el pezón y la areola.
- Verifique que los labios permanecen evertidos y la boca completamente abierta.

Secretos para producir mas leche.

- Lactancia a libre demanda, de día y de noche.
- Relajate y ten la confianza de que puedes producir la leche que tu bebe necesita.
- Con una postura comoda y un adecuado agarre, lo lograras !

MAS SUCCIÓN = MAYOR PRODUCCIÓN.

Lugar de almacenamiento	Tiempo de almacenamiento
A temperatura ambiente	4 Horas
En nevera o refrigerador	12 horas
En el congelador	3 meses

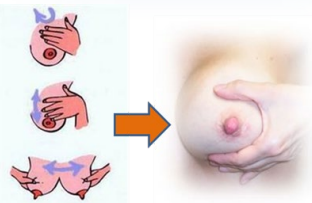
El bebé no necesita tomar agua, jugos, ni complementos de otra leche ni otro alimento durante los primeros 6 meses.



**La Lactancia Materna,
el mejor alimento para
nutrir el cuerpo
y alma de nuestros hijos...
Ya que además de nutrirlo,
le da mucho amor.**



**COMO EXTRAER
LA LECHE MATERNA
MANUALMENTE**



CONSERVACIÓN DE LA LECHE MATERNA

POSICIONES PARA LACTAR



MEDERI respalda a las Madres Lactantes,
por ello te invitamos a participar
en sus actividades de apoyo en la
sala amiga de la familia lactante.

3° Piso ala Sur

HORARIO DE ATENCIÓN HUM

Lunes a Domingo

7:00 a.m. a 9:00 a.m.

11:00 a.m. a 1:00 p.m.

1:30 p.m. a 2:30 p.m.

4:00 p.m. 5:00 p.m.

11:00 p.m. 00:30 am

**No olvides llevar tu Kit de extracción:
Lonchera térmica, recipiente de vidrio con
tapa previamente hervidos por 15 minutos y
pila de conservación de frío.**

Visita nuestra pagina web www.mederi.com.co
donde encontraras preguntas y respuestas
sobre lactancia materna.



Felicitaciones por la llegada de tu bebé

