

INFORMACIÓN DE LACTANCIA MATERNA

Recuerda realizar lavado de manos antes de amamantar o antes de realizar extracción manual de la leche materna.



La OMS recomienda amantar al bebé dentro de la primera hora de nacido.

Los bebés que son amantados tienen **25 %** menos de probabilidad de sufrir alergias como: rinitis, dermatitis, entre otros.



Evitar aplicar cremas y lociones en pezones

Las madres durante el tiempo que amamantan a su bebé pierden calcio, el cual recuperarán en el momento que dejen de hacerlo



Amamantar reduce hasta un **60 %** las probabilidades de sufrir a cáncer de mama.

No se recomienda lactar ante un diagnóstico de VIH



MITOS Y REALIDADES

Mito: Tienes que dejar pasar mucho tiempo entre tomas para producir leche materna.

Realidad: La leche se produce mientras se consume.

Mito: Debes desechar el calostro o la primera leche porque es antihigiénica.

Realidad: El calostro o primera leche materna contiene nutrientes y anticuerpos que fortalecen el sistema inmune del niño.



SIGNOS DE ALARMA DESDE EL PARTO Y HASTA 45 DÍAS DESPUÉS DEL NACIMIENTO

Si presentas alguno de estos signos debes acudir de manera INMEDIATA A UN SERVICIO DE URGENCIAS

Para la Madre



Dolor de cabeza intenso y frecuente



Náuseas y/o vómitos intensos (más de 3 veces al día)



Palpitaciones o aumento en la frecuencia de los latidos del corazón



Dolor en los senos



Dificultad para respirar y lactar al bebé



Sangrado vaginal abundante o salida de líquido con mal olor



Dolor bajito, fiebre y escalofríos



Herida del parto/cesárea enrojecida, endurecida y con calor localizado

Para el Recién Nacido



Llanto o irritabilidad persistente



Dificultad para respirar o tos persistente



Labios, boca y lengua grisácea o azulada, piel amarilla



Llora débilmente, no despierta, se mueve menos de lo normal



Que el bebé deje de mamar o rechace el pecho



Orina muy poco o no orina



Deposiciones fuera de lo común (con sangre, con moco)



Temperatura mayor de 38 grados o menor de 35 grados



Secreción, enrojecimiento o mal olor del ombligo



MIS CUIDADOS Y CONTROLES

PRENATALES



Por mi salud, por mi bebé
y por mi familia.....
YO ME CUIDO!