

## Beneficio de Lactancia Materna:

- La leche es la energía para el bebé, tiene todos los nutrientes necesarios y viene a la temperatura adecuada.
- La leche es más fácil de beber para los niños y les ofrece una mejor digestión.
- Es más higiénico, más cómodo, ecológico y gratuito.
- El amamantar, sirve como protección para enfermedades, por ejemplo: infecciones, enfermedades respiratorias, de la piel entre otros.
- Reduce el cáncer de mama, además disminuye el exceso de trabajo de las madres.
- El niño tiene mejor desarrollo cognitivo y motor.



**La OMS recomienda:** Leche materna (sin comida, agua o jugos) hasta los 6 meses de vida. Si lo desea, puede seguir amamantando.

## Primeros signos de hambre en el recién nacido

- Despertar
- Moverse
- Movimientos con la boca
- Buscar el pezón
- Chupar sus manos
- Se irrita



**El llanto es una señal tardía de hambre (consuele a su bebé y cálmelo antes de amamantarlo)**

[www.penaflor.cl](http://www.penaflor.cl)

[www.crececontigo.cl](http://www.crececontigo.cl)



# I. MUNICIPALIDAD PEÑAFLOR

## Lactancia Materna y Cuidados del Recién Nacido

Guía anticipatoria para púerperas y sus recién nacidos

