

Lactancia

MATERNA:
un acto de
amor

APOYAR LA LACTANCIA
TAMBIÉN ES CUIDAR A LA MAMÁ
Y A SU BEBÉ. PARA QUE ELLA
PUEDA HACERLO, TU COMPAÑÍA
TAMBIÉN CUENTA.

¿CÓMO PUEDES HACERLO?



ESCÚCHALA SIN JUZGAR:

Cada experiencia de lactancia es diferente. Evita comparaciones o comentarios que generen culpa.

OFRECE AYUDA PRÁCTICA

Ayudar con las tareas del hogar, preparar una comida o cuidar al bebé mientras ella descansa puede darle el tiempo y la tranquilidad que necesita para continuar con la lactancia.



BRINDA PALABRAS DE ÁNIMO

Un "lo estás haciendo muy bien" o un "¿en qué puedo ayudarte?" puede darle la confianza que necesita.

RESPETA EL MOMENTO DE ALIMENTAR A SU BEBÉ

Si necesita amamantar ayúdala a sentirse cómoda y respeta su decisión, esté donde esté.



SÉ UN APOYO CON INFORMACIÓN CONFIABLE

Evita repetir mitos o consejos sin respaldo. Comparte información confiable que le brinde tranquilidad y confianza durante la lactancia.

INVÍTALA A ASISTIR A LA CONSULTA DE LACTANCIA MATERNA.

Allí recibirá orientación y seguimiento por parte de profesionales de la salud.



**LA LACTANCIA MATERNA NO DEPENDE SOLO
DE LA MAMÁ, TODOS CONTRIBUIMOS AL
BUEN DESARROLLO DE LA INFANCIA**