



Consejos para comenzar a amamantar con éxito

Estos pasos le ayudarán a amamantar. Dígale a su enfermera que quiere seguir estos pasos.

1. Amamante dentro de la primera hora después del nacimiento, aunque tuviera un parto por cesárea.
2. Alimente al bebé solo con leche materna. Pida un sacaleches si el bebé no se está alimentando con pecho.
3. Mantenga contacto de piel a piel con el bebé lo más seguido posible. Esto significa que la piel del bebé toca su piel.
4. Tenga al bebé en su cuarto, día y noche, excepto para procedimientos especiales.
5. No le dé un chupón ni un biberón al bebé.



La primera hora de vida de su bebé

Al nacer el bebé, debe colocarlo en su pecho descubierto. El contacto de piel a piel le dará consuelo al bebé después del parto. El personal se puede encargar de lo más necesario mientras usted carga al bebé. El bebé empezará a buscar el pecho y pezón. Cabeceará mientras se arrastra hacia al pecho. Quizás tome un poco de tiempo, pero el bebé se agarrará al pecho cuando esté listo. Es verdaderamente impresionante mirar al bebé encontrar el pecho y empezar a alimentarse.

Si en la primera hora no muestra interés, póngale la mejilla sobre uno de los pechos para que pueda sentir, oler y probar el pezón. Si todavía no muestra interés en alimentarse, pida ayuda. Su bebé debe tomar el pecho dentro de la primera hora del nacimiento, o poco después.