



LACTANCI MATERNA BEBÉS DEMÁS EDAD

¡CONTINÚA LA LACTANCIA!

CUATRO MESES Y MÁS

La lactancia materna sigue siendo importante para su bebé y para usted. Durante los 6 primeros meses, todo lo que necesita es leche materna y vitamina D. También pregunte a su médico o a WIC sobre el hierro. A los seis meses, estará listo para añadir alimentos. Su popó cambiará cuando comience a comer otros alimentos, se volverá más sólida y menos frecuente. WIC le brindará más información sobre la adición de alimentos.

La Academia de Pediatría de los EE. UU. recomienda: Amamante sin ofrecer ningún alimento durante 6 meses, luego continúe amamantando hasta, por lo menos, 1 año o más, según lo desee la mamá y el bebé.

A medida que los bebés crecen, las mamás pueden preocuparse por cosas nuevas. Algunas preocupaciones comunes son:

¡LA DENTICIÓN!

Los bebés en etapa de dentición y los bebés que ya tienen dientes todavía pueden amamantar. Muchos bebés nunca muerden cuando se amamantan. Aquellos que muerden una vez, puede que nunca vuelvan a hacerlo. Cuando el bebé esté en etapa de dentición:

- Los bebés no pueden morder mientras se amamantan de manera activa. Si los bebés muerden, los momentos más comunes son cuando se enganchan por primera vez o cuando están llenos y listos para jugar.
- Las ganas de morder suelen pasarse en unos pocos días. Durante esos días, preste especial atención a las señales que muestren que se acerca una mordedura y finalice la alimentación al insertar su dedo entre sus encías.

¡DISTRACCIONES!

Hola, mundo. Hay mucho por ver y hacer. Todo lo que sucede a su alrededor puede distraerlo. Intente alimentarlo en un lugar más tranquilo.



¡RECHAZOS A LA LACTANCIA!

¿Su bebé se ha negado a amamantar de manera repentina? Esto no sucede necesariamente porque su bebé esté listo para ser destetado. La dentición, las enfermedades, distracciones o los cambios en la rutina pueden causar una interrupción en la alimentación. Esto es lo que puede hacer para ayudar:

- Pase más tiempo cargando y abrazando al bebé.
- Amamántelo en una habitación tranquila y oscura, o cuando su bebé tenga sueño.
- Trate de darle leche materna en una taza.
- Siga ofreciéndole y háblele con dulzura. En un par de días, es probable que su bebé vuelva a amamantar con alegría.

¿QUÉ PASA CON EL DESTETE?

- El momento adecuado para destetar depende de usted y de su bebé. Muchas mamás que pensaban que pararían en un año descubren que ellas y sus hijos aún disfrutan de la lactancia materna y continúan por más tiempo.
- Si lo desteta, hágalo de manera gradual. Esto ayuda a que su cuerpo se adapte a producir menos leche y a que su bebé se adapte a los cambios con respecto a qué y cómo come. Comience por detener la alimentación que parece menos importante para su bebé. En pocos días, detenga otra alimentación. Puede decidir mantener una o dos comidas al día.
- Si es necesario un destete repentino, llame a su especialista u otro experto en lactancia materna.

Nuevamente, llame a WIC, su especialista en lactancia o proveedor de atención médica si tiene ALGUNA pregunta o inquietud sobre la lactancia materna.

