



### **Elige informado**

La lactancia materna es la forma natural de alimentar al bebé desde su nacimiento.

Todos los padres tienen derecho a elegir la alimentación de sus propios hijos. Para ellos, desde los primeros meses de embarazo, con reuniones individuales, de pareja y de grupo, nuestros operadores ofrecen las informaciones necesarias para ejercer una elección consciente.



### **Apoyados por operadores preparados**

Nuestros operadores están formados para ofrecer a todas las parejas y a todas las familias las informaciones para empezar y apoyar la lactancia materna.



### **Dar a luz según la naturaleza**

En estos centros de salud promovemos el parto según la naturaleza y apoyamos un buen comienzo de la lactancia materna. Nos aseguramos de que durante el trabajo de parto la madre pueda caminar, tomar las posiciones que prefiera, beber, comer alimentos ligeros, optar por aliviar el dolor y tener cerca a su pareja o a una persona de confianza.



### **Estar juntos... Desde el primer momento**

Nos aseguramos de que, inmediatamente después del nacimiento, la madre y el bebé continúen a quedarse cerca en un contacto "piel con piel" .....



### **Amamantar naturalmente**

En nuestros centros, la madre recibe toda la ayuda que necesita para que el bebé se agarre adecuadamente al pecho. Nuestros operadores, ya desde la primera vez que la madre amamanta a su bebé, le ofrecen todas las informaciones para que pueda hacerlo cómodamente y sin prisa, sin el uso de chupetes, tetinas y protectores de pezones.



### **Quedándose siempre juntos ...**

Durante la estancia en el hospital, la madre siempre puede mantener al niño cerca para aprender a reconocer sus reacciones y responder rápidamente a sus señales de hambre.



### **Amamantar exclusivamente durante 6 meses y luego ... continuar**

La lactancia materna exclusiva durante al menos seis meses es muy importante. En los primeros seis meses de vida no es necesario suministrar otros líquidos y alimentos porque la leche materna es un alimento completo.

Si la madre y el bebé lo desean, la lactancia materna puede continuar hasta dos años o más.



### **Amamantar y ser bien recibida**

Cuidamos de la lactancia materna.

Por eso, nos comprometemos a animar la acogida de la madre que amamanta a su bebé en todos los espacios públicos de nuestros centros, también con la creación de espacios especiales dedicados.



### **Encuentra ayuda para ser apoyado**

Durante el período de la lactancia, proporcionamos informaciones útiles para localizar a operadores expertos y una lista de contactos (grupos de madres, asociaciones, etc.) con quienes contar para todo lo relacionado con el cuidado infantil.