

Lactancia materna

¿Qué es?

- 1.- es un proceso de alimentación
- 2.- es la principal fuente de alimentación durante los primeros dos años
- 3.- es un proceso de madre e hijo



Etapas.

- 1.- lactante: de los 28 días a los 24 meses
- 2.- lactante menor: de los 28 días a los 12 meses
- 3.- Lactante mayor: de los 12 meses a los 24



Promoción de la lactancia materna.

¿Qué es?

- 1.- es promover, proteger y apoyar la lactancia
- 2.- se debe promover desde los 6 meses a los 2 años
- 3.- después promover la alimentación complementaria



Como mejorar.

- 1.- no dar a los recién nacidos más que leche materna
- 2.- facilitar el alojamiento conjunto durante las primeras 24 horas
- 3.- fomentar la lactancia cada vez que se solicite
- 4.- no dar tetinas o chupetes artificiales



Lactancia artificial. Alimentación complementaria

¿Qué es?

- 1.- es un proceso aparte de la lactancia
- 2.- se ofrecen al lactante alimentos sólidos o líquidos
- 3.- se le puede dar formula como complemento no como sustitución



¿Qué alimentos se pueden dar?

- 1.- papas
- 2.- arroz
- 3.- cereales
- 4.- pequeñas cantidades de huevo
- 5.- algunas legumbres
- 6.- algunas carnes rojas
- 7.- un poco de pescado

Lactantes de 6 a 24 meses

