





















PAUTAS PARA MADRES LACTANTES

La edad de su bebé	1 SEMANA							2 SEMANAS	3 SEMANAS
	1 DÍA	2 DÍAS	3 DÍAS	4 DÍAS	5 DÍAS	6 DÍAS	7 DÍAS		
¿Con qué frecuencia debe amamantar? Por día, de promedio en 24 horas	        <p>Por lo menos 8 veces al día. Su bebé succiona con fuerza, de manera lenta y constante, y traga con frecuencia.</p>								
El tamaño del vientre de su bebé	 Del tamaño de una cereza		 Del tamaño de una nuez		 Del tamaño de un albaricoque		 Del tamaño de un huevo		
Pañales mojados: Cuántos, qué tan mojados Por día, en promedio durante 24 horas	 Por lo menos 1 MOJADO	 Por lo menos 2 MOJADOS	 Por lo menos 3 MOJADOS		 Por lo menos 4 MOJADOS		 Por lo menos 6 MUY MOJADOS CON URINA DE COLOR CLARO O AMARILLO PÁLIDO		
Pañales sucios: Número de pañales y color de la deposición Por día, en promedio durante 24 horas	 Por lo menos 1 o 2 NEGRA O VERDE OSCURO		 Por lo menos 3 MARRÓN, VERDE O AMARILLA			 Por lo menos 3 grandes, blandas y granosas AMARILLA			
El peso de su bebé	La mayoría de los bebés pierden un poco de peso en los primeros 3 días después de nacer.			A partir del día 4 y en adelante, la mayoría de los bebés suben de peso de manera regular.					
Otras señales	Su bebé debe tener un llanto fuerte, estar activo y despertarse con facilidad. Sus pechos se deben sentir más ligeros y menos llenos después de amamantar.								

La leche materna es el único alimento que su bebé necesita durante los primeros seis meses.

Puede recibir consejos, ayuda y apoyo por parte de:

- Su proveedor de salud.
- La línea de apoyo de Telehealth Ontario's specialized breastfeeding services (Servicios para la lactancia especializados de telemedicina de Ontario) al 1-866-797-0000 o por teléfono de teletexto al 1-866-797-0007.
- El directorio Bilingual Online Ontario Breastfeeding Services (Servicios bilingües en línea para la lactancia) en www.ontariobreastfeeds.ca.