



MILKY WAY



MILKY WAY



### Hechos de Lactancia Materna:

La leche materna siempre tiene la cantidad adecuada de grasas, carbohidratos y proteínas. La composición de la leche de una madre cambia para adaptarse a las necesidades de su bebé en crecimiento.

La leche materna contiene células especiales que ayudan a proteger a los bebés de enfermedades e infecciones.

Durante las primeras semanas, el contacto piel con piel ayuda a que su bebé se conecte con sus habilidades instintivas para amamantar y ayuda a que usted y su bebé disfruten de la lactancia. Cada madre descubre lo que funciona para ella, y lo que funciona para una madre puede no funcionar para otra.

### Hechos de Lactancia Materna:

La leche materna siempre tiene la cantidad adecuada de grasas, carbohidratos y proteínas. La composición de la leche de una madre cambia para adaptarse a las necesidades de su bebé en crecimiento.

La leche materna contiene células especiales que ayudan a proteger a los bebés de enfermedades e infecciones.

Durante las primeras semanas, el contacto piel con piel ayuda a que su bebé se conecte con sus habilidades instintivas para amamantar y ayuda a que usted y su bebé disfruten de la lactancia. Cada madre descubre lo que funciona para ella, y lo que funciona para una madre puede no funcionar para otra.



MILKY WAY

## Hechos de Lactancia Materna:

No importa el tamaño de tus senos. Los senos grandes o pequeños pueden producir tanta leche como el bebé necesite.

La lactancia materna puede tomar alrededor de una hora al principio, pero después de que usted y su bebé aprendan cómo hacerlo, tomará menos tiempo.

Las señales de que su bebé tiene hambre pueden incluir:

- Movimiento rápido de los ojos cuando están cerrados
- Apertura y cierre de boca
- Chuparse las manos o los dedos
- Moviendo la cabeza alrededor o moviendo la cabeza de lado a lado con la boca buscando (buscando)
- El llanto, que es un signo tardío de hambre.



MILKY WAY

## Hechos de Lactancia Materna:

No importa el tamaño de tus senos. Los senos grandes o pequeños pueden producir tanta leche como el bebé necesite.

La lactancia materna puede tomar alrededor de una hora al principio, pero después de que usted y su bebé aprendan cómo hacerlo, tomará menos tiempo.

Las señales de que su bebé tiene hambre pueden incluir:

- Movimiento rápido de los ojos cuando están cerrados
- Apertura y cierre de boca
- Chuparse las manos o los dedos
- Moviendo la cabeza alrededor o moviendo la cabeza de lado a lado con la boca buscando (buscando)
- El llanto, que es un signo tardío de hambre.



### ¿Por qué Milky Way y Milk Duds?

El programa Healthy Start de Nurture KC conecta a nuestras mamás con apoyo, educación y recursos personalizados para tener un embarazo seguro y un bebé saludable. Seguimos apoyando a las mamás, los papás y sus bebés (hasta que tengan 18 meses) para darles un comienzo saludable en la vida.

El apoyo a la lactancia materna es uno de nuestros recursos. ¡Nos gusta divertirnos y brindar educación! Entonces, nuestras mamás están recibiendo Milky Ways y Milk Duds mientras aprenden consejos para amamantar con éxito.

Para obtener más recursos locales sobre lactancia, visite:

[nurturekc.org/resources/#breastfeeding](https://nurturekc.org/resources/#breastfeeding)

