

Compañeras consejeras en lactancia

Mamás que ayudan a otras mamás



¿Quiénes son las compañeras consejeras en lactancia de WIC?

¡Son mamás al igual que tú! Son mamás de la comunidad que han amamantado a sus propios bebés. ¡Ellas saben lo que significa ser una nueva madre!

¿En qué puede ayudarte la compañera consejera en lactancia?

La compañera consejera en lactancia está ahí para ayudarte. Ella puede contestar tus preguntas y ofrecerte su apoyo. Llámale si tienes preguntas. Reúnete con ella si necesitas ayuda para iniciar la lactancia. Únete a otras madres en las juntas del grupo de apoyo para la lactancia y conviértete en parte del grupo de madres que ayuda a otras madres.

Tu compañera consejera en lactancia puede:

- Ayudar a prepararte para la lactancia en cuanto llegue tu bebé.
- Mostrarte lo que es normal para un recién nacido que recibe lactancia
- Prepararte para los cambios normales antes de que estos sucedan.
- Escuchar tus preocupaciones.
- Referirlos a ti o a tu bebé con un profesional para la salud si es necesario.
- Ayudarte a planear cómo continuar con la lactancia incluso cuando tú y tu bebé no puedan estar juntos.



Para obtener más información, comunícate a Nutrición y lactancia de WIC Arkansas
1-800-445-6175 | www.healthy.arkansas.gov/breastfeeding

¡Amamantar a tu bebé puede ser una experiencia asombrosa e increíble que no debes perderte! Todas necesitamos ayuda al principio. Llámale a tu compañera consejera.

Tu compañera consejera en lactancia es:

