

Calostro

(La primera leche de la mamá)

El calostro es espeso y su color puede ser desde transparente hasta amarillo fuerte. Es el único alimento que su bebé necesita en sus primeros días. En vez de darle a su bebé agua, fórmula o un chupón, alimente con pecho.



De tres a cinco días después del nacimiento de su bebé, sus senos producirán leche materna madura. La leche materna madura es poco espesa y tiene un color azulado.

El calostro . . .

- protege a su bebé contra infecciones y enfermedades.
- tiene mucha proteína.
- reduce el riesgo de su bebé de contraer la ictericia.
- es fácil de digerir para el bebé.

Consejos importantes

- Alimente con pecho a su bebé dentro de los 30 minutos después de dar a luz.
- Aliméntelo cuando él dé las primeras señales de hambre: busca el seno, hace sonidos como si estuviera chupando o se chupa el puño.
- Si su bebé duerme por largos periodos de tiempo, despiértelo para alimentarlo con pecho de cada hora y media a dos horas.
- Entre más alimente con pecho, más leche producirá.
- Pida hablar con una consejera especializada en lactancia si

