

Preferencia de alimentación del recién nacido

Los tiempos de alimentación son momentos preciados entre usted y su bebé. Además de los beneficios nutricionales, es un momento para que usted y su bebé se unan. **La decisión sobre cómo alimentar a su nuevo bebé es una de las primeras y más importantes decisiones que tomará para la salud de su bebé.** Puede optar por alimentar a su bebé solo amamantando, solo dándole biberón o usando una combinación de ambos.

Lactancia materna

La lactancia materna es la opción más sana para su bebé. Los bebés que son amamantados tienen un menor riesgo de contraer enfermedades respiratorias, infecciones del oído, obesidad y diabetes. Si escoge solamente amamantar, tenga en mente lo siguiente:

- Los recién nacidos se deben alimentar cada vez que tengan hambre.
- No se debe ofrecer fórmula, agua o chupetes a menos que lo recomiende su proveedor de atención médica.
- Se recomienda permanecer en el hogar las 24 horas del día, a menos que su proveedor de atención médica recomiende lo contrario.
- A las madres se les enseña cómo amamantar y mantener la lactancia, incluso si se produce una necesidad médica de separación.
- Un médico le informará sobre los beneficios de la lactancia materna y los recursos educativos disponibles. También están disponibles asesores de lactancia para ayudarle.

Alimentación con biberón

Si escoge alimentar a su bebé con biberón con leche materna o fórmula:

- Alimente a su bebé en sus brazos y nunca apoye el biberón.
- Considere el contacto piel a piel como una forma de unirse a su bebé. El contacto piel a piel calma y tranquiliza al bebé, y mejora el sueño del bebé. También ayuda a su bebé a mantener una temperatura corporal saludable y regula el ritmo cardíaco, el azúcar en la sangre y la respiración. Para obtener más información, pídale a su equipo de atención una copia del folleto de Intermountain Healthcare, ***Skin-to-Skin Care for Your Newborn (Cuidado piel a piel para su recién nacido)***.



¿Qué debo hacer ahora?

- 1 Lea la información proporcionada en este folleto.
- 2 Escoja la mejor opción de alimentación para usted y su bebé.
- 3 Pregunte al personal de enfermería de Intermountain Healthcare o a los consultores de lactancia sobre cualquier duda que pueda tener.

Lactancia materna y alimentación con biberón

Si elige amamantar y alimentar con biberón (ya sea con leche materna o con fórmula), **tenga en cuenta que el uso de la fórmula puede provocar una disminución en el suministro de leche materna y puede dificultar la lactancia materna.** Si escoge dar fórmula mientras amamanta:

- Siempre coloque al bebé primero al pecho antes de darle un biberón.
- Cuanto más amamante o se saque leche con un sacaleches, más leche producirá su cuerpo. Si su bebé no está tomando leche materna cada 2 o 3 horas, su enfermera puede proporcionarle un sacaleches.
- Le recomendamos que amamante exclusivamente mientras esté en el hospital para ayudar a establecer su suministro de leche.
- Puede darle a su bebé un biberón cuando tenga entre 2 y 4 semanas si la lactancia materna ha ido bien.
- La mayoría de los bebés pueden pasar del pecho al biberón y viceversa sin problemas una vez que la lactancia esté bien establecida.

