

Lactancia

ES IMPORTANTE

La leche materna es el alimento perfecto que contiene más de las cosas buenas que los bebés necesitan.

Leche materna



¿Cuál es el costo de la fórmula?

Alimentar a tu bebé con fórmula cuesta dinero. WIC es un programa de alimentación suplementaria y no ofrece toda la fórmula que tu bebé necesitará. El costo real de la fórmula es el costo de la salud de tu bebé, el costo de llevar a tu bebé al médico y el tiempo que pasas sin poder trabajar porque tu hijo está enfermo.

*No todas las fórmulas contienen probióticos o prebióticos.

Tabla creada por el Programa WIC de California.

LA ACADEMIA DE PEDIATRÍA DE EE.UU. RECOMIENDA:

- Los bebés deben alimentarse exclusivamente con leche materna hasta los 6 meses de vida y continuar la lactancia con alimentos sólidos adecuados hasta cumplir un año de edad o más.
- Los bebés deben ponerse en contacto piel con piel de la madre inmediatamente... después de nacer, lo que ayudará a tener un buen comienzo con la lactancia.

¡CADA ONZA CUENTA!

Los bebés que se alimentan con leche materna tienen menos riesgo de sufrir:

- Estreñimiento, diarrea, cólicos y vómitos
- Asma, alergias y eczema
- Infecciones de oído, resfriados y neumonía
- SIDS (Síndrome infantil de muerte súbita)
- Obesidad y diabetes
- Cánceres infantiles

Las mamás que alimentan a sus bebés con leche materna:

- Pierden más rápido el peso aumentado durante el embarazo
- Tienen más protección contra el cáncer y la diabetes
- Ahorran dinero, la fórmula cuesta más de \$1,500 dólares al año
- Tienen menor riesgo de sufrir depresión posparto
- Se recuperan más rápido después del parto
- Ahorran tiempo al no tener que preparar la fórmula ni limpiar biberones

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

P: ¿Por qué WIC ofrece fórmula?

R: WIC recomienda que los bebés se alimenten de leche materna, pero puede ofrecer fórmula en los casos que sea necesario. WIC sabe que la leche materna es el mejor alimento para los bebés y te ayudará a alcanzar tus metas para la lactancia. Las mamás y los bebés que optan por la lactancia reciben más alimentos de WIC todos los meses.

P: Si alimento a mi bebé con leche materna y fórmula, ¿mi bebé no recibe así lo mejor de las dos cosas?

R: La leche materna tiene más ingredientes para ayudar a tu bebé a mantenerse sano y fuerte (consulta la tabla para comparar). La fórmula no ofrece protección inmunológica para los bebés y no los ayuda a evitar que se enfermen. Además, agregar fórmula a la dieta de tu bebé significará que tu bebé recibirá menos leche materna, lo que a su vez disminuirá tu producción.

P: ¿Por qué el hospital me dio fórmula para llevarme a casa?

R: Las compañías que elaboran la fórmula comercializan sus productos dando muestras gratis para animar a las mujeres a usar su producto. Informa al hospital que optaste por la lactancia y que no quieres ninguna fórmula.

health.mo.gov/wic

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD DE MISSOURI
WIC y Servicios de Nutrición

P.O. Box 570 Jefferson City, MO 65102-0570 573-751-6204
EMPLEADOR CON IGUALDAD DE OPORTUNIDADES Y POLÍTICAS DE ACCIÓN AFIRMATIVA
Se ofrecen los servicios sin ninguna discriminación.