



Usted y su bebé necesitan aprender a amamantar. Aunque haya tenido otros bebés a los que amamantó, es posible que esta vez necesite ayuda.

Lactancia Exitosa – Pida Ayuda

Está bien pedir ayuda

Usted y su bebé necesitan aprender a amamantar. Aunque haya tenido otros bebés a los que amamantó, es posible que esta vez necesite ayuda. Si tiene alguna pregunta o si tiene problemas para amamantar a su nuevo bebé, solicite la ayuda de un especialista en lactancia.

¿Necesito pedir ayuda?

Cuando su bebé tenga al menos **4 días de nacido**, conteste estas preguntas. Si responde **NO** a alguna de las preguntas, deber solicitar ayuda a un especialista en lactancia.

1. ¿Siente que hasta ahora le va bien con la lactancia? **Si No**
2. ¿Siente que su cuerpo está produciendo más leche? ¿Sus senos se sienten firmes o llenos cada vez que va a amamantar? **Si No**
3. Si sus pezones estaban adoloridos cuando comenzó a amamantar, ¿se están empezando a sentir mejor ahora? **Si No**
4. ¿Se despierta su bebé por sí solo para ser amamantado? **Si No**
5. ¿Su bebé se pega de sus senos para succionar sin ningún problema? **Si No**
6. ¿Su bebé sigue succionando rítmicamente durante al menos 10 minutos cada vez que es amamantado? **Si No**
7. ¿Escucha a su bebé tragar mientras está siendo amamantado? (La deglución suena como si su bebé dijera “glub, glub”). **Si No**
8. ¿Parece su bebé estar satisfecho justo después de ser amamantado? (¿Están sus dedos y manos relajados, no sigue buscando el seno, no está chupando sus manos o necesitando un chupete o entretenedor?) **Si No**
9. ¿Amamanta a su bebé al menos cada 2 a 3 horas? (Por lo menos de 8 a 12 veces, cada 24 horas)? **Si No**
10. ¿Siente sus senos llenos cuando su bebé no ha sido amamantado por un tiempo prolongado (de 3 a 5 horas) y los siente blandos después que su bebé fue amamantado? **Si No**
11. ¿Defeca (hace caca) su bebé por lo menos 3 veces al día? **Si No**
12. Las defecaciones (caca) de su bebé, ¿son amarillas y blandas, casi líquidas? **Si No**
13. ¿Moja (orina) su bebé al menos 4 pañales al día? **Si No**



Lactancia Exitosa – Pida Ayuda

Señales de que la lactancia va bien

Después del nacimiento, su bebé perderá un poco de peso. Esto es normal. Cuando su bebé tenga 2 semanas de nacido, debería pesar lo mismo que cuando nació o podría haber ganado más peso.

- Cuando su bebé está siendo amamantado, su boca se ve como que está bostezando y su labio inferior está volteado hacia afuera.
- Puede escuchar o ver a su bebé tragar mientras es amamantado.
- Su bebé amamanta de 8 a 12 veces en 24 horas.
- Su bebé está tranquilo, soñoliento, o relajado después de ser amamantado.
- Su bebé ensucia varios pañales cada día.

Busque un especialista en lactancia o un grupo de apoyo cerca de usted, visitando la página de Internet: health.ri.gov/breastfeeding

Nota de descarga: algún contenido fue adaptado con el permiso de "¿Cómo va la lactancia?", septiembre 2016, del Centro Médico de la Universidad de Washington, Seattle, Washington

Quando su bebé tenga 2 semanas de nacido,
deberá pesar lo mismo que cuando nació
o puede haber aumentado de peso.



3 Capitol Hill • Providence, RI 02908 • 401-222-5960
health.ri.gov/breastfeeding

Esta página web está disponible solamente en inglés.