

Alăptarea maternă este cea mai bună formă de alimentare a pruncului în primele șase luni de viață și adăugând mai puține alimente pînă la doi ani.

Aduce important beneficiu fizic și psihic pentru prunc și mamă.

Este mai bine începerea alăptării după o oră de la naștere și pruncul să fie în permanență alături de mamă.

Nu trebuie luate în seamă orariile și durata alăptării. Fiecare prunc are propriul său ritm, este normal să sugă și noaptea.



Nu gîndi că bîgăndui pumnul în gură, copilului tău i se va face foame. Acest gest înseamnă, dacă căștigă în greutate normal, începe a se pune în relații cu lumea înconjurătoare.

Sănul nu are nevoie de o spălare specială și nici de a fi aplicată vreo cremă. Este suficient cu un duș normal.

Nu le dați biberoane nici tetine și evitați suzetele pînă ce alăptarea este bine stabilită.



A alăpta nu doare, deranjarea se evită cu o poziție corectă.

Pruncul apucă în gură sfîrcul și o parte din aureolă.



Imagini din broșura de Laptatie Maternă ale Consiliului de Sănătate de Andalucia.



Pruncul ia doar sfîrcul.

Broșură elaborată prin Vía Láctea pentru celebrarea Săptămânii Mondiale pentru Laptația Maternă din anul 2003. Dorim ca prin această formă să vă dăm cel mai călduros bun venit la toate mamele ce sosesc în Aragon din alte țări.

ALĂPTAREA MATERNĂ

Idioma: rumano

Poziția corectă

Spatele drept
Umerii lejeri și relaxați
Apropierea pruncului de mamă și nu invers.
Pruncul se lipește față de mamă burtă de burtă.



Reuniuni de mame, sedințe și conferința despre alăptarea maternă: primele zile ale fătului. În timpul nopții. Mărirea producției de lapte. Ce se face când plînge?. Importanța poziției pentru alăptare. Alăptarea și lucrul afară de casă.

Vía Láctea a editat un ghid de sfaturi pentru alăptarea maternă ce se poate solicita la centrul de sănătate.

En ZARAGOZA

Casa femeilor
Strada D. Juan de Aragón, 2.
Luni indicat în broșură
De la ora 17,30 la 19
Informații la 976 32 28 03

En HUESCA

IAM (Institutul Aragonés de Femei)
Toate joiile
De la ora 17,30 la 18,30
Informații la 974 22 21 44

En ALCAÑIZ

Spital de Alcañiz
Toate marțile
De la ora 15,30 la 17
Informații la 978 87 02 96



<http://www.vialactea.org>



Vía Láctea

Grupul de promoție, protecție și sprijin de la alăptarea maternă.
Din anul 1987

Vía Láctea oferă activități gratuite
Declarații de interese sanitare ale Guvernului de Aragon
Zaragoza, Alcañiz, Huesca.

