

Laciancia/Naterna

Beneficios de la lactancia materna

Favorece el desarrollo sensorial y cognitivo del bebé.

Protege al bebé de enfermedades infecciosas y crónicas.

Reduce la mortalidad infantil.

Contribuye a la salud y al bienestar de la madre.

Recomendaciones para la extracción de leche

Asegúrese de tener manos, uñas y dedos limpios y secos.



GOBIERNO DEL ESTADO DE MÉXICO



Técnicapara la extracción de leche

Inicie con un masaje en forma circular alrededor del seno con las yemas de los dedos.

Coloque la mano en forma de C, de tal manera que el pulgar esté por encima de la aréola y el dedo índice por debajo de ésta.

Empuje los dedos pulgar e índice contra el tórax.

No deslice los dedos sobre la piel de los senos, puede causar enrojecimiento y dolor.

