

Spanish

# Cómo ser amigo del niño

## Being Baby Friendly

**Estamos aquí para ayudarle a aprender...**

- Qué tomar en cuenta al decidir cuál es la mejor manera de alimentar a su bebé.
- Cómo el contacto seguro de piel con piel los ayuda a su bebé y a usted en momentos como la alimentación y la administración de vacunas.
- Las formas de reconfortar a su bebé, lo que incluye tener contacto seguro de piel con piel, mecerlo, hablarle y cantarle.
- Cómo le avisa su bebé cuando tiene hambre y cuando está satisfecho.
- Cómo amamantar a su bebé, incluso cuando su bebé y usted están separados, como por ejemplo, cómo extraer la leche con la mano o con un sacaleche, y cómo mantener la leche en buen estado.
- Por qué es bueno solo amamantarlo durante los primeros 6 meses.
- Después de empezar a darle alimentos sólidos alrededor de los 6 meses, por qué es bueno continuar amamantándolo durante 2 años o más.
- Qué grupos de apoyo y recursos para la lactancia existen.
- Tiene derecho a alimentar a su bebé en áreas públicas, lo que incluye cualquier sitio de Fraser Health.

***Trabajamos con nuestra comunidad para apoyar la lactancia.***



Apoyamos a todas las madres y familias para que alimenten a sus bebés y niños pequeños de la manera más saludable posible.

"Amigo del niño" es una iniciativa global de la Organización Mundial de la Salud y de la UNICEF.

Obtenga más información en [fraserhealth.ca](https://fraserhealth.ca) – busque 'infant feeding' ('alimentación infantil').

Catalogue #266075 (March 2019) Spanish To order: [patienteduc@fraserhealth.ca](mailto:patienteduc@fraserhealth.ca)

