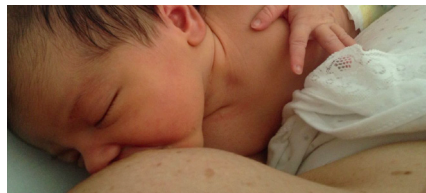




LACTÀNCIA MATERNA DÓNA PIT, DÓNA SALUT



Davant alguna complicació en la lactància, **visiteu a la llevadora del vostre CAP de referència** on us hagin fet el seguiment de l'embaràs o bé **acudiu a urgències de l'hospital** que us correspon.

Existeixen grups de lactància materna en alguns CAP. **Pregunteu a la vostra llevadora.**

Per a més informació o dubte sobre medicació

www.e-lactancia.org

BENEFICIS DE LA LACTÀNCIA MATERNA

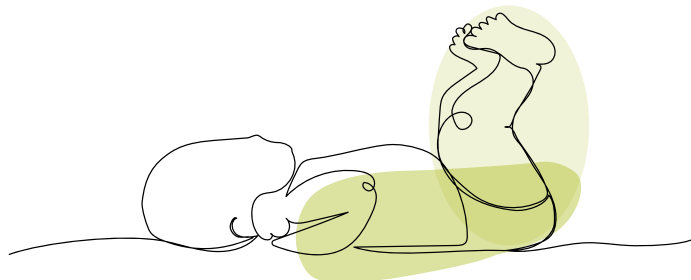
Per a la mare

- Prevenir l'hemorràgia postpart.
- Afavorir la involució uterina.
- Prevenir osteoporosis.
- Protegir càncer de mama i ovari.



Per al nounat

- Afavorir l'alliberació d'hormona del creixement.
- Disminuir la mort sobtada.
- Disminuir o retardar l'aparició de problemes immunològics i/o al·lèrgics.
- Transmetre anticossos per augmentar les defenses.
- Facilitar el desenvolupament maxil·lofacial.



INFORMACIÓ PER A PACIENTS



LACTÀNCIA MATERNA DÓNA PIT, DÓNA SALUT

RECOMANACIONS

- La lactància serà **sempre a demanda (8-12 preses al dia)**.
- Estigueu **atents als signes d'alerta**.
- Preneu-vos sempre **el temps que el nounat necessiti**.
- Doneu **primer un pit i, quan el nadó el deixi, oferiu-li l'altre**. Si no en vol més, espereu a la propera presa.
- **No li doneu xumets**, com a mínim, durant el primer mes de vida.
- La **llet materna és el millor aliment** que se li pot donar a un nen. **No requereix cap aliment més, ni aigua, ni infusions**.



POSICIONS

RUGBY



CUNA



CABALLITO



BIOLÓGICA



ACOSTADA





SIGNES D'ALERTA

Si identifiqueu **algun dels següents comportaments** en el nounat, **és que te gana:**

- Obrir i tancar ulls i boca.
- Endur-se les mans a la boca.
- Treure la llengua i moure el cap a una banda i altra.



TENIU LLET SUFICIENT SI EL NOUNAT...

- Perd menys d'un 10% del seu pes.
- Dorm entre 1 i 2 h.
- Té la pell i les mucoses hidratades
- Fa la seva primera micció dins les primeres 24 h de vida.
- Fa la seva primera deposició dins les primeres 48 h de vida.

