

POSICIONES para brindar *Lactancia* *Materna* DIRECTA

INFO
GRAFÍA

17.

RECOMENDACIÓN

Es muy importante para una lactancia materna exclusiva exitosa, que adoptes una posición cómoda, es decir que mantengas la espalda erguida y que no tengas que sostener todo el peso de la o el bebé.



01

Posición acostada

El cuerpo del bebé sigue el cuerpo de la madre y están juntos abdomen con abdomen. La madre ofrece el pecho de lado que esta acostada.



02

Posición acunada

Coloca la cabeza de la o el bebé en tu antebrazo y con ayuda de este acércalo a tu pecho manteniendo los brazos alrededor de su cuerpo.



03

Posición de sandía o balón de fútbol

Coloca el cuerpo de la o el bebé al costado de tu cintura apoyado en una almohada o dona con la cabeza a la altura de tu pecho. Esta postura es adecuada en casos de cesárea, cuando los pechos son muy grandes o cuando se debe alimentar a más de una o un bebé.



04

Posición frente a frente

La madre acostada coloca el cuerpo de la o el bebé al costado de tu cintura apoyado en una almohada o dona con la cabeza a la altura de tu pecho. Esta postura es adecuada en casos de cesárea, cuando los pechos son muy grandes o cuando se debe alimentar a más de una o un bebé.



05

Posición frente a tu regazo

Sienta a la o el bebé sobre tu pierna viendo hacia tu pecho y sujétalo por debajo de tus brazos, acércalo y disfruten el momento.

“Amamantar no debe causarle molestias a la madre, si es así, es importante consultar a un profesional de la salud, para recibir apoyo sobre el tema”



Gobierno de
México

Salud
Secretaría de Salud

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA

POTOSÍ
sin límites
GOBIERNO DEL ESTADO 2021-2027

DIF
ESTATAL
DIF POTOSÍ