

¿Tiene preguntas?

Llame a nuestra Línea de Consulta de Enfermería. Estamos aquí para servirle.



(888) 620-1515

Línea TTY:

(787) 522-8281

24 horas al día, 7 días a la semana

Distribuido por Molina Healthcare. Todo material contenido en este folleto es sólo para propósitos informativos y no pretende sustituir los consejos de su proveedor.

Para obtener esta información en otros idiomas o formatos accesibles, favor llamar a Servicios para Asegurados. El número aparece al dorso de su tarjeta de identificación.

Esta información también está disponible en inglés, sin costo adicional. Si usted necesita servicios de interpretación en un idioma que no sea español o inglés, puede llamar a nuestra Línea de Servicio al Cliente del PSG al (877) 335-3305. Los usuarios de TTY pueden llamar al (787) 522-8281. Lunes a viernes, de 7:00 a.m. - 7:00 p.m., AST.

psgMolinaHealthcare.com



2548933PR0615



Lactancia

Postparto



15-103-91

La Lactancia es lo mejor para su bebé, pero también usted se beneficia.

1. La vida puede ser más fácil cuando usted lacta.

- No tiene que medir ni mezclar fórmula
- No tiene que calentar biberones en la madrugada
- No tiene que limpiar ni esterilizar biberones

2. Lactar podría ahorrarle dinero. La fórmula y los materiales para alimentar al bebé pueden costarle sobre \$1,500 al año.

3. Lactar puede hacerla sentir bien. El contacto directo piel a piel ayuda a desarrollar apego entre la madre y el bebé. Lactar requiere que usted invierta y programe un tiempo tranquilo y relajado para crear lazos afectivos. El contacto piel a piel podría aumentar sus niveles de hormonas calmantes, las que le ayudarán a manejar la ansiedad, el estrés y a disminuir la posibilidad de sufrir de depresión postparto.

4. Lactar podría ser beneficioso para su salud. La lactancia ayuda a disminuir el que las mujeres sufran los siguientes problemas de salud:

- Diabetes tipo 2
- Cáncer de mama
- Cáncer de ovario
- Depresión postparto

5. Las madres lactantes faltan menos al trabajo. Las madres lactantes faltan menos al trabajo porque sus infantes se enferman menos.



Las hormonas que se liberan durante la lactancia podrían ayudar a prevenir la depresión postparto.

¡Tome mucha agua para ayudarla a producir leche materna!