



## LOS 10 PASOS HACIA UNA FELIZ LACTANCIA NATURAL

**Todos los servicios de maternidad y atención a los recién nacidos deberán:**

1. Disponer de una política por escrito relativa a la lactancia natural que sistemáticamente se ponga en conocimiento de todo el personal de atención de salud.
2. Capacitar a todo el personal de salud de forma que esté en condiciones de poner en práctica esa política.
3. Informar a todas las embarazadas de los beneficios que ofrece la lactancia natural y la forma de ponerla en práctica.
4. Contacto piel a piel ininterrumpido en la primera hora posterior al nacimiento y/ o hasta lograr la primera prendida al pecho. Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la primera hora siguiente al parto.
5. Mostrar a las madres cómo se debe dar de mamar al niño y cómo mantener la lactancia incluso si han de separarse de sus hijos.
6. No dar a los recién nacidos más que leche materna, sin ningún otro alimento o bebida, a no ser que esté médicamente indicado.
7. Facilitar el alojamiento conjunto de las madres y los niños durante las 24 horas del día.
8. Fomentar la lactancia materna a demanda.
9. No dar a los niños alimentados a pecho tetinas o chupetes artificiales.
10. Fomentar el establecimiento de grupos de apoyo a la lactancia natural y procurar que las madres se pongan en contacto con ellos a su salida del hospital o clínica.

Fuente: "Protección, promoción y apoyo de la lactancia natural: la función especial de los servicios de maternidad", Declaración conjunta OMS/UNICEF