

LIBRO DE COLOREAR PARA NIÑOS Y NIÑAS

AYUDANDO A MAMA A DAR EL PECHO



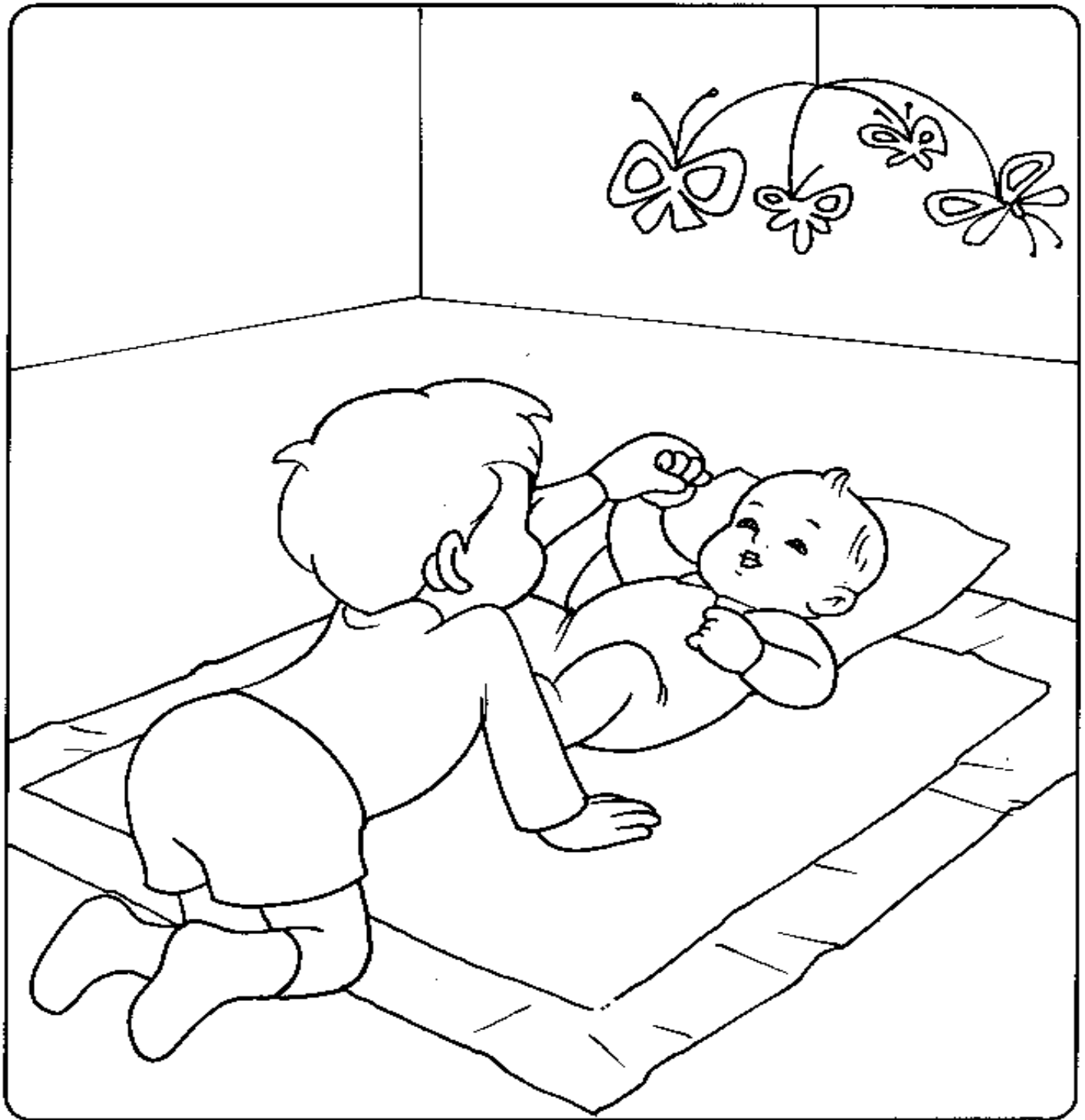
IBFAN



RCH - UPR

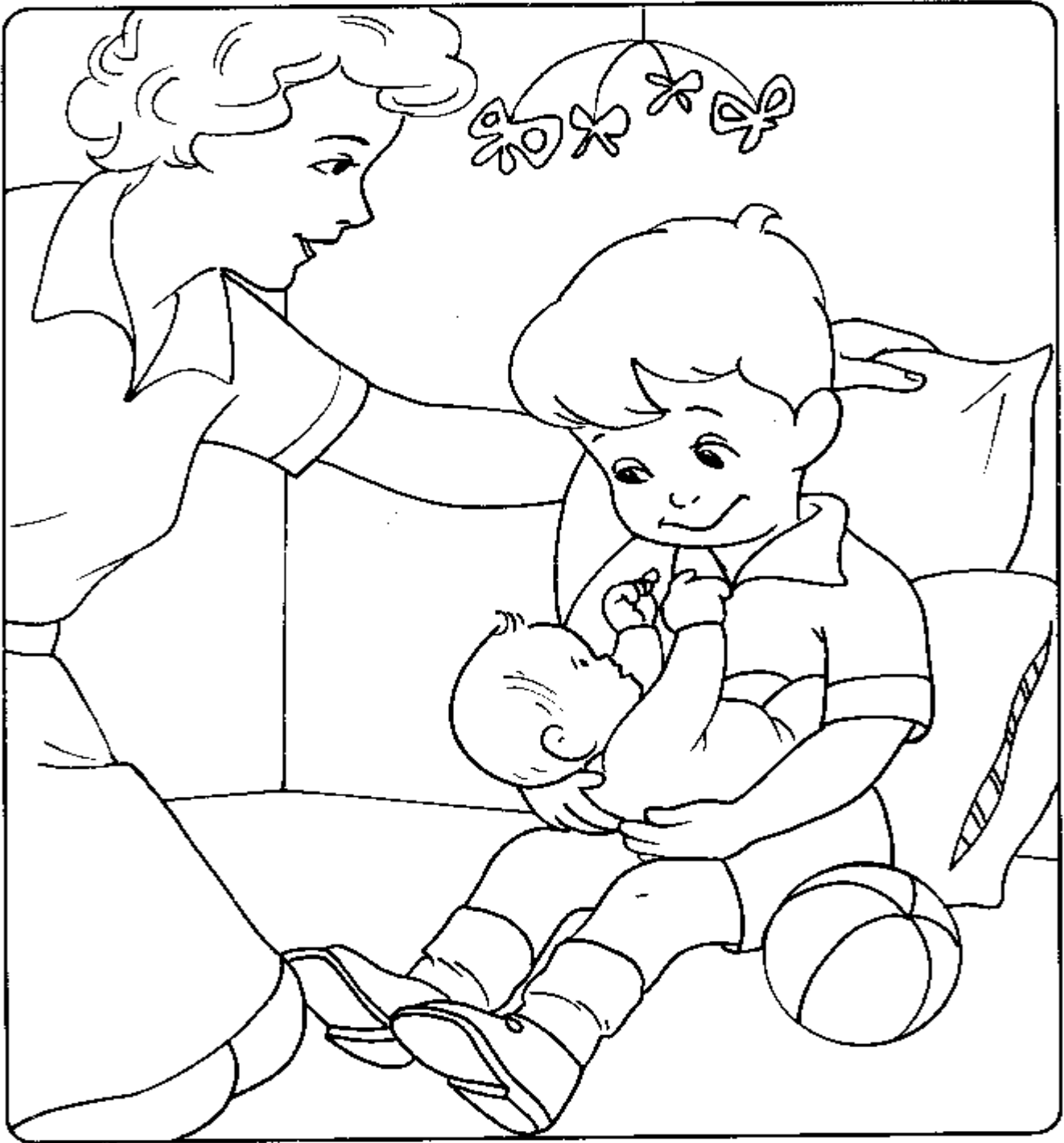


¡Tenemos un nuevo bebé! Al cual debemos cuidar, alimentar y dar cariño para que crezca sano y feliz. Papá, mamá y yo estamos felices con mi hermanita. La cuidaremos. Mamá le dará el pecho para que crezca sana y feliz.

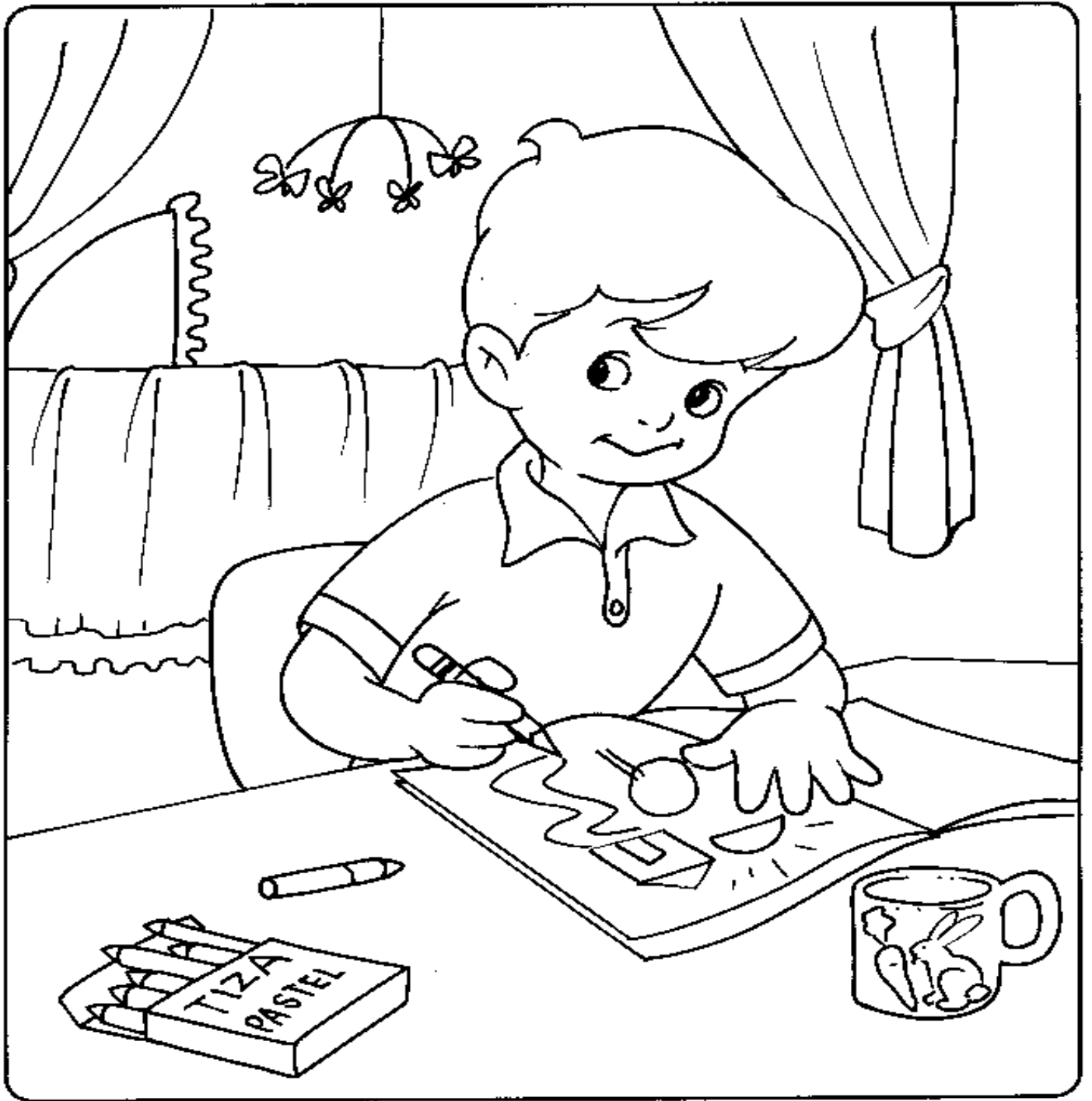


Ella es pequeña y delicada y no puede hacer muchas cosas, sentarse, gatear, caminar... pero mueve sus manitas y da pataditas.

Yo ayudo a mamá y a papá, juego con mi hermanita, eso me hace feliz.



No puede hablar todavía; pero puede producir sonidos.
¡Y puede llorar! Mamá me enseña cómo debo
acariciarla. Ella ya me conoce.



Mientras mi hermanita duerme, yo hago mis tareas en silencio. Me gusta estar pendiente de cuando ella despierta para acariciarla. Ella me mira cuando me le acerco. Además me oye.



Cuando se despierta, pasa mucho tiempo comiendo. Es muy pequeña para comer, como lo hago yo. ¡Ni siquiera tiene dientes! Así que mami le da el pecho. Mami dice que la leche materna es la mejor para nuestra bebé, y que durante los primeros 6 meses sólo debe tomar leche materna.

Cuando está hambrienta mamá la acerca y frota su pezón sobre el labio inferior de la beba. Ella abre su boca y comienza a mamar.



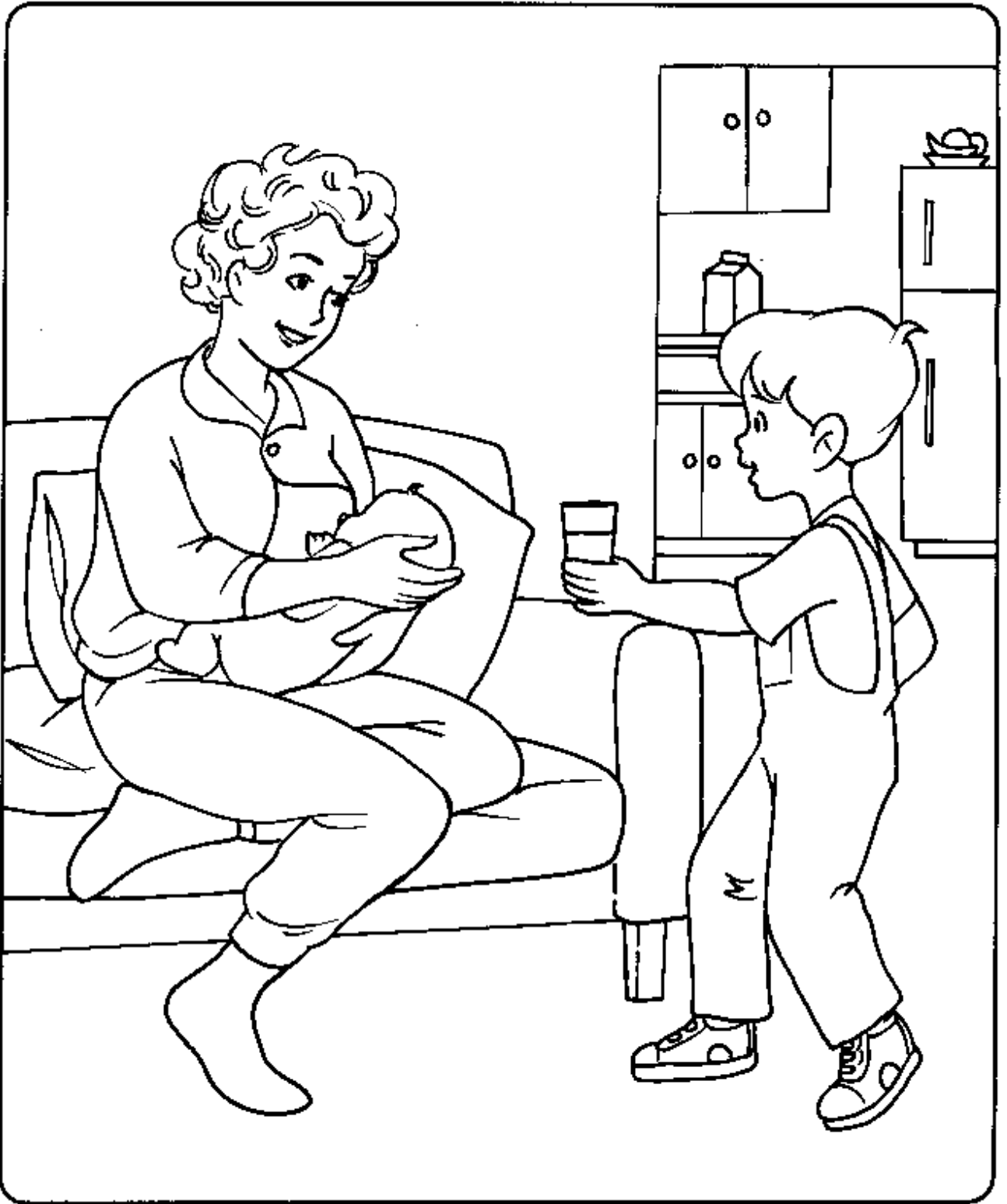
Algunas veces, le sale mucha leche y le gotea por la barbilla. Mami dice que ella debe coger el pecho las veces que quiera tanto de día como de noche; cuando está mamando, mi mami le habla, le canta y la acaricia. Como mamá sólo le da el pecho, nunca se ha enfermado.



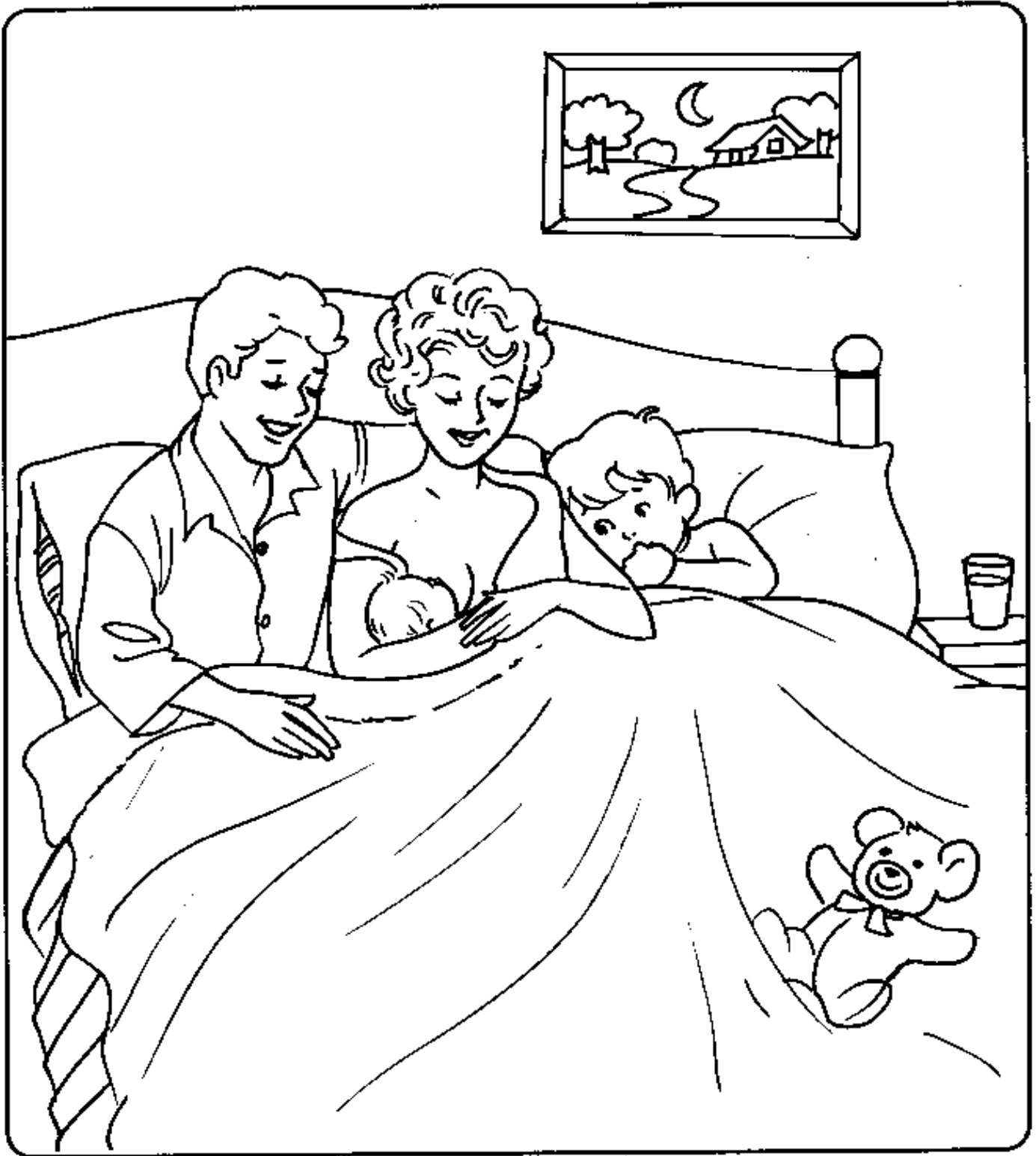
Mamá me dedica tiempo, me lee cuentos, me enseña fotos de cuando yo era chiquito. A mí también me dio el pecho por mucho tiempo, por lo que crecí sano y fuerte.



Por momentos deseo ser bebé otra vez, pero mami dice que ella me quiere como soy. Ahora le puedo ayudar cuando ella le da el pecho a la beba, y también le ayudo en las tareas de la casa.



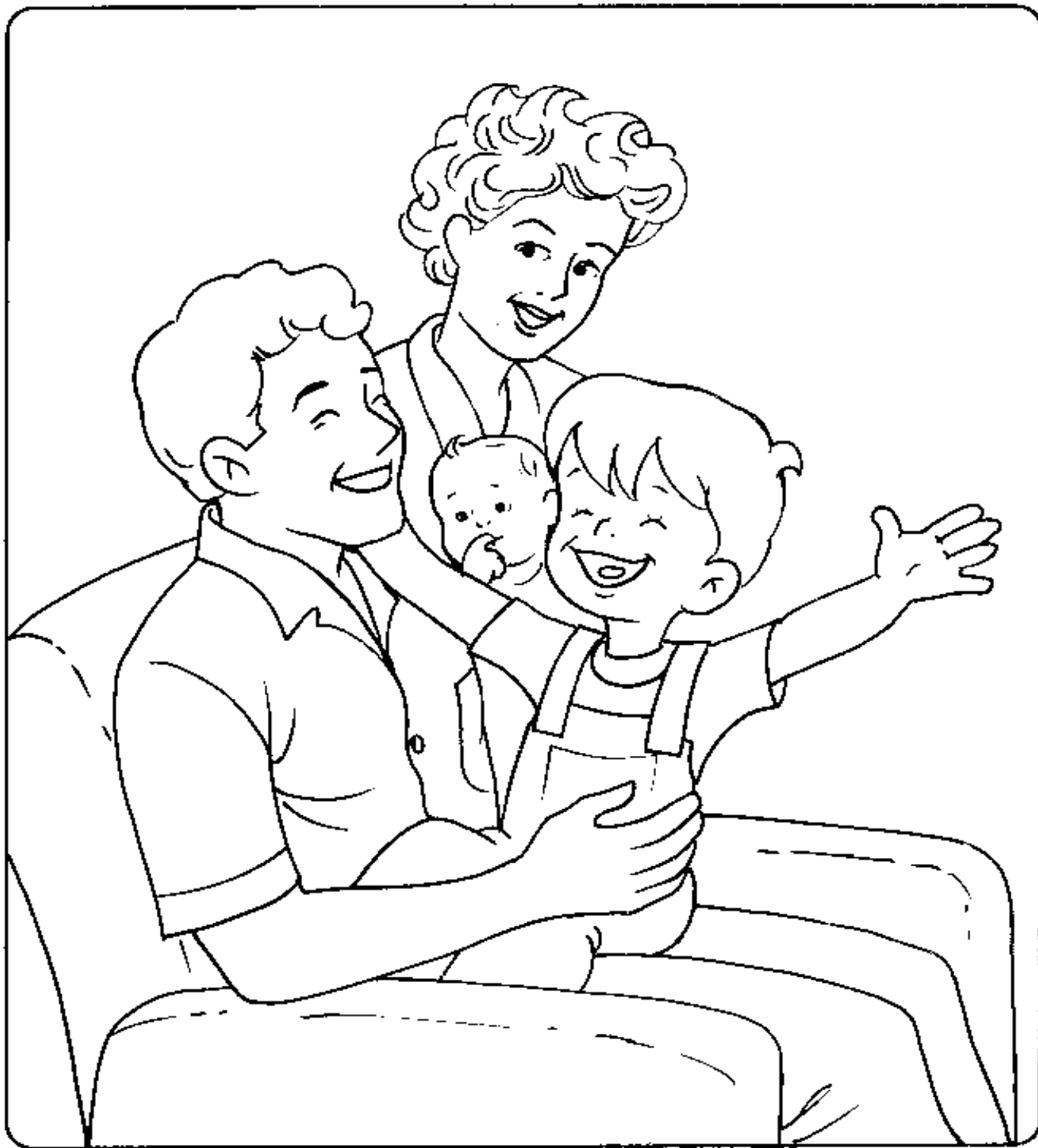
Mamá toma líquidos suficientes para calmar su sed.



En las noches cuando mamá está dando el pecho a mi hermanita, papá y yo la acompañamos. Aprovechamos para decirnos cuánto nos amamos, estos momentos son muy especiales, me gustan mucho.



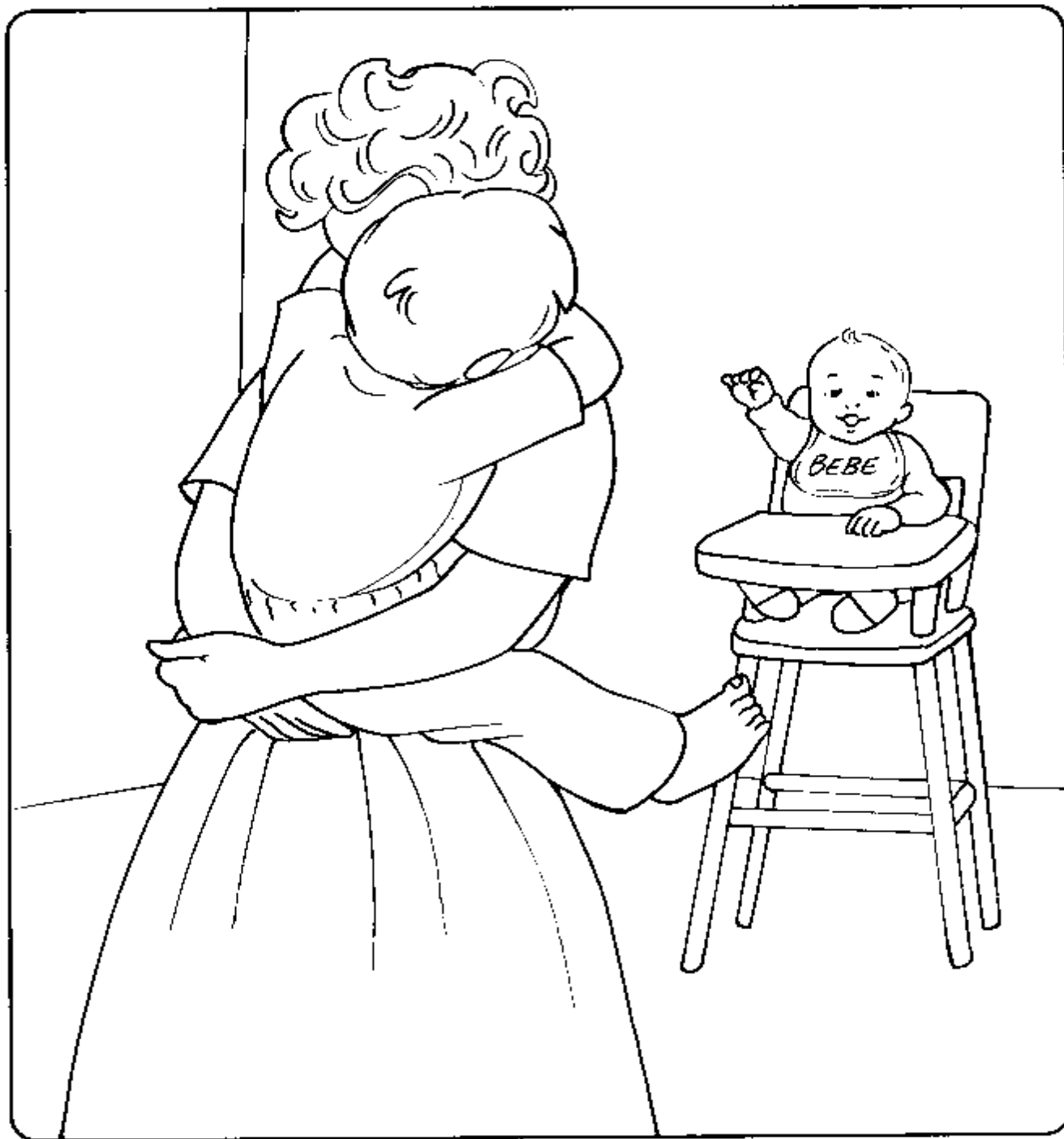
Mientras mamá cambia de ropa a mi hermanita yo le hablo y le sonrío y ella me pone atención, ya me conoce bien.



Cuando papá regresa del trabajo nos divertimos jugando junto a mamá y mi hermanita. ¡Somos una familia feliz!



Algunas veces lloro, porque quisiera que mi hermanita estuviera siempre despierta cuando yo quiero jugar. Por momentos me enojo y tiro los juguetes, creo que me siento celoso.



Cuando me siento celoso mami me carga, me abraza y me besa. Esto me ayuda a adaptarme a la llegada de mi hermanita. Ahora que cumplió seis meses mi mamá primero le da de mamar y después comidita que ella misma le prepara. Es tan buena mamá, nos atiende y acaricia a los dos.



Diseño Original:

Ministerio de Salud, Seguro Social, Departamento de Relaciones Públicas, Caja Costarricense del Seguro Social.

Revisión y Adaptación para Guatemala:

Comisión Nacional de Promoción de la Lactancia Materna - CONAPLAM

Revisión y Adaptación para Puerto Rico:

IBFAN - Puerto Rico y el Proyecto para la Promoción de la Lactancia Humana y el Amamantamiento

Revisado 2002

“El Programa de Salud de la Madre y el Niño y su Proyecto para la Promoción de la Lactancia Humana y el Amamantamiento, no acepta ningún patrocinio de compañías productoras de leche artificial (fórmula), equipo relacionado (botellas, mamaderas, etc.) o productos complementarios (comidas para bebés etc.). Esto incluye las subsidiarias de estas compañías. Nuestro compromiso con las organizaciones internacionales que promueven y protegen la lactancia materna así lo requiere.”