

26. DURACIÓN de la lactancia

Debido a los grandes beneficios que la lactancia proporciona tanto para el bebé como para la mamá, la Academia Americana de Pediatría sugiere amamantar al menos un año y la Organización Mundial de la Salud al menos dos años, ambas coinciden en que los primeros seis meses se alimente al bebé solamente con leche materna, sin dar agua, jugos, té o chupones.

Quizás esto te suene poco realista sobre todo si estás iniciando tu lactancia, lo que te sugerimos es que permitas que la lactancia se desarrolle poco a poco y siempre tengas en mente que mucho es mejor que algo, pero algo es mejor que nada.

Lo importante es que amamantes el tiempo que ustedes como pareja lactante, lo vivan bien.