

29. cuando la LACTANCIA FRACASA

Aunque la mayoría de las mujeres puede amamantar, existen algunas situaciones fisiológicas, psicológicas o externas que te lo pueden impedir. Si tú tenías la intención de amamantar y al final no lo logras, puedes sentirte frustrada y culpable, e incluso, esto puede ser un factor para deprimirte. Lo importante es que estás haciendo lo mejor que puedes en las circunstancias que estás viviendo, así que disfruta a tu bebé, cárgalo siempre que le vayas a dar de comer y procura tener mucho contacto piel a piel para que generes un fuerte vínculo afectivo. Algo muy importante, no dejes que nadie te haga sentir mal por ello.

Nosotros sabemos que así como el embarazo y el nacimiento de tu bebé, la lactancia es una experiencia distinta para cada mujer. Escribimos este manual con mucho cuidado, afecto y con la intención de ayudarte a que tu experiencia amamantando sea muy linda y la recuerdes con cariño. ¡Disfruta cada momento de esta nueva etapa de tu vida!

MOM to MOM
y Graciela Hess

