

I am a Breastfeeding Baby

Baby _____

Breast milk
only please



Mom _____

No other liquids
are needed

Date of Birth _____

Time _____

Weight _____ Length _____ Head _____ Chest _____

Baby's Provider _____ Mom's Provider _____

5 Steps for Breastfeeding Success

Wm. Daychild



- At Birth** – Hold your baby, skin-to-skin on your chest. Your closeness helps your baby begin learning how to breastfeed.
- Stay together** - Keep your baby in your room, near you. The early time of practicing breastfeeding together is important.
- Breastfeed** – Just like your ancestors' milk, your milk has everything your baby needs. When your baby nurses, your body begins the ancient path to make mother's milk. If your baby gets formula early, it can interfere with nature's delicate balance. When you breastfeed 8 times or more in 24 hours, you and your baby make breastfeeding work.
- Only you** – Breastfeeding will get easier soon. Plastic nipples can confuse your baby and your milk supply. When you avoid pacifiers and bottles in the first month, your baby is more likely to breastfeed longer.
- Support** - Questions? Call WIC Peer Counselors – 602-319-1588, PIMC Helpline - 877-868-9473, or AZ Hotline - 800-833-4642.

This card is made possible by the generous collaboration of the Colorado Department Public Health & Environment's *Can Do 5!* Program



Soy un Bebé Lactante

Bebé _____

Solo Con Leche
Materna Por Favor



Mamá _____

No Se Necesitan
Otros Liquidos

Fecha de nacimiento _____

Tiempo _____

Peso _____ Longitud _____ Cabeza _____ Pecho _____

Proveedor de Bebe _____ de Mama _____

5 Pasos Para Amamantar Exito

Wm. Daychild



- Al Nacer** – Tenga a su bebé, la piel a piel en el pecho. Su cercanía ayuda a su bebé empieza aprender cómo amamantar.
- Permanezca juntos** - Mantiene a su bebé en su cuarto, cerca de usted. El tiempo temprano de practicar amamantar es juntos importante.
- Amamante** – Como la leche de sus antepasados, su leche tiene todo sus necesidades de bebé. Cuando su bebé amamanta, su cuerpo empieza el antiguo sendero a hacer la leche de madre. Si su bebé consigue formula temprana puede intervenir con el equilibrio delicado de la naturaleza. Cuando amamanta 8 veces o más en 24 horas, usted y su marca de bebé que amamanta el trabajo.
- Sólo usted** – Amamantar conseguirá más fácil pronto. Los pezones plásticos pueden confundir a su bebé y su leche suministra. Cuando evita a pacificadores y botellas en el primer mes, su bebé es más probable de amamantar más largo.
- Apoyo** - ¿Las preguntas? ¿Las preocupaciones? Llame WIC Consejeros de Igual – 602-319-1588, teléfono de la esperanza de PIMC 877-868-9473, o línea directa de AZ - 800-833-4642.

¡Esta tarjeta es hecha posible por la colaboración generosa del Departamento de Colorado Sanitaria & Ambiente Puede Hacer 5! Programa y partera L.Rodriguez CNM

