

# Qué puedo esperar de un Hospital High 5 para Mama y Bebé?

- 1 Piel-a-piel inmediatamente después del nacimiento.** Su bebé será colocado en su pecho inmediatamente después del parto para que usted y el bebé formen un lazo emocional. A veces los bebés encuentran el pecho y empiezan a amantar.
- 2 Nada más que la leche materna.** Su bebé se beneficiará con su leche y no necesita nada más.
- 3 “Estancia en el mismo cuarto”.** Su bebé se quedará con usted en su habitación para que usted pueda aprender la rutina de su bebé. Usted verá las señales de hambre y puede sostener a su bebé a voluntad. Anime a su pareja o un ayudante a quedarse con usted y el bebé.
- 4 No chupones ni mamilas de biberón.** Su bebé tiene que aprender a amamantar de su pecho. Ponga a su bebé a su pecho a menudo para que el bebé aprenda a amamantar. Ambos obtienen práctica de amamantar y también ayudara a sus pechos hacer la leche.
- 5 Recursos de la lactancia.** Se le dará información para apoyo a la lactancia en su comunidad. Podría ser una clínica de lactancia maternal, un grupo de La Leche League o el departamento de salud. Encuentre otros con quien hablar y pida ayuda si la necesita. Usted y su bebé están aprendiendo juntos.

---

## Sitios web para más información:

[www.high5kansas.org](http://www.high5kansas.org)  
[www.breastfeedingbasics.com](http://www.breastfeedingbasics.com)  
[www.bestforbabes.org](http://www.bestforbabes.org)  
[www.biologicalnurturing.com](http://www.biologicalnurturing.com)  
[www.breastfeeding.com](http://www.breastfeeding.com)  
[www.cdc.gov/breastfeeding](http://www.cdc.gov/breastfeeding)  
[www.ksbreastfeeding.org](http://www.ksbreastfeeding.org)  
[www.kansaslll.org](http://www.kansaslll.org)  
[www.kellymom.com](http://www.kellymom.com)  
[www.usbreastfeeding.org](http://www.usbreastfeeding.org)  
[www.womenshealth.gov/breastfeeding](http://www.womenshealth.gov/breastfeeding)  
[www.womenshealth.gov/itonlynatural](http://www.womenshealth.gov/itonlynatural)

## Aprenda a expresar leche maternal con las manos:

La extracción manual puede ayudar a aumentar su producción de leche y es fácil. Para obtener más información sobre la extracción manual visite a este sitio de internet:  
[www.high5kansas.org/handexpression](http://www.high5kansas.org/handexpression)

---

## Información de contacto del hospital



## Contacto con la comunidad