

10 Motibo pa cria bo yiu na pecho

- 1 Lechi materno ta e alimento perfecto pa bo baby. E ta contene tur nutriente necesario y den e cantidad specifico pa bo baby.
- 2 Lechi materno ta semper disponibel.
- 3 Lechi materno ta cambia diariamente di composicion pa cumpli cu e necesidadnan di bo baby.
- 4 Lechi materno ta bon pa e desaroyo cerebral di bo baby.
- 5 Muchanan cu a lanta cu lechi materno poco biaha ta bira malo. Nan ta sufri menos di infeccion y alergia.
- 6 Baby cria na pecho tin menos molester di diarea y dolor di barica (cram), pasobra lechi materno ta digeri bon.
- 7 Cria bo baby na pecho ta fortalece e laso entre abo y bo yiu.
- 8 Lechi materno ta gratis.
- 9 Lechi materno semper tin e temperatura correcto.
- 10 Cria baby na pecho ta haci bo curpa yega mas lihe na e condicion fisico cu bo tabatin prome cu bo a sali na estado. Tambe bo matris ta recupera mas liher.



OMS (Organisacion Mundial di Salud) ta recomenda pa mamanan cria nan baby por lo menos 2 aña na pecho di locual 6 luna solamente cu lechi di pecho. Di e forma aki percurando pa un crecemento y desaroyo optimal di nan yiu.

Fundacion Pro Lechi Mama Aruba (PLM) tin como meta pa promove criamento na pecho. Tambe:

- ta duna informacion na e (futuro) mayornan y e empleadonan den cuidado di salud y ta sostene e mama cu kier cria su baby na pecho.
- ta organisa tur luna dos anochi di sosten pa e mamanan den e edificio di Wit-Gele Kruis.
- ta contesta pregunta of problema relaciona cu criamento di baby na pecho via un di e liñanan di telefon.
- ta duna den un caso specifico asistencia individual.
- por bishita nos website: www.prolechimama.org



Pa pregunta of guia yama

☎ 5949678 / 5932682 / 5934444

E foyeto aki a keda realisa cu aprobacion di e siguiente organisacionnan y profesionalnan pa promove dunamento di lech'i pecho na Aruba: Dr. Horacio E. Oduber Hospital, Wit-Gele Kruis, CIZKA, docter di mucha y partera.



Edicion 4, september 2006

Publicacion di Fundacion Pro Lechi Mama
cu sosten financiero di Kiwanis Club of Aruba.

Motibonan pa cria bo baby na pecho



E mitonan aki NO ta motibo... pa bo keda sin duna lech'i pecho!

1. **Mi tin berguensa, hende ta mira.**

Tin manera pa duna bo baby pecho sin cu hende ta mira. Bo por bisti un blusa of t-shirt hancho of bo por pone un pida paña ariba bo scouder di tal forma cu ningun hende ta mira algo.

2. **Mi mama y wela tampoco a cria nos na pecho.**

Posiblemente nan no tabata na haltura di tur e bentahanan cu criamento na pecho ta brinda. Ora cu bo a caba di duna lus tur hende ta cla pa duna bo conseho con pa cria bo baby. Corda cu lechi di mama ta e cuminda mas natural pa bo baby. Ademas bo baby lo bai tin menos molester di infeccion, dolor di horea y alergia. Si bo ta convenci di e bentahanan di duna bo baby pecho, anto keda cu bo decision y no laga famia, cu nan bon intencion, cambia bo pensamiento. Purba haya sosten cerca e otro mamanan cu ta cria nan baby na pecho.

3. **Cria baby na pecho ta haci dolor.**

Cria baby na pecho NO ta haci dolor si bo pone bo baby bebe na e manera corecto. Esaki bo por siña. PLM por brinda asistencia den esaki.

4. **Mi tin cu bai traha bek.**

Si bo tin cu bai traha of bai scol, bo por sigui cria bo baby na pecho. Bo por pomp e lechi cu un "borstkolf" y pone den boter. Asina otro hende por cria bo baby cu bo lechi ora bo no t'ei.

5. **E ta exige hopi atencion.**

Ta mas facil pa cria bo baby na bo pecho. Bo lechi tur ora ta cla pa usa y riba e bon temperatura. Cu lechi di bleki bo mester herbe e boternan, prepara e lechi y keint'e of fri'e. Cu lechi di pecho bo baby por cuminsa bebe na momento cu e tin hamber.



6. **Ami no ta gusta lechi.**

Bo no mester bebe lechi pa bo por produci lechi. Bo por bebe otro likido pa baha bo sed. Pa obtene calcium bo por come berdura berde, grano of bebe pildora di calcium. Yogurt of keshi tambe ta bon fuente di calcium.

7. **Mi no tin tempo.**

Un baby na pecho of cu a lanta cu boter, semper ta exige hopi tempo di bo. Lamentablemente hopi hende muher ta stop cu criamento na pecho net ora esaki ta cuminsa bai bon. Inverti tempo den salud di bo yiu.

8. **Mi pechonan ta chikito, mi no lo tin suficiente lechi.**

E grandura di bo pechonan no tin nada di haci cu e cantidad di lechi cu bo ta produci. Bo baby ta percura pa e cantidad di lechi cu bo tin. Mas largo bo baby ta chupa na bo pecho, mas lechi bo ta produci.

9. **Si mi ta cria mi baby na pecho, mi no por usa anticonceptivo.**

No ta berdad. Tin suficiente metodo riba mercado cu por percura pa bo no bolbe sali na estado. Puntra bo docter di cas pa conseho.

10. **Si ami cria mi baby na pecho e otro miembronan di mi famia no tin nada di haci cu e baby.**

Tin suficiente otro actividad cu bo famia por haci cu e baby. E tata, wela of otro miembro di famia por baña e baby, hunga cu e baby of papia cu e baby y brinda sosten. Sigur nan kier yuda unabes cu nan compronde cu criando bo baby na pecho bo kier ofrece bo baby e miho inicio di su bida.