














Diario de Amamantamiento Dele el pecho a su bebé al menos ocho veces al día.

Hora AM/PM	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Día 1: dele el pecho temprano y a menudo. Haga mucho contacto de piel. Pida ayuda. Número de amamantamientos: 6+																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 2: ¡Puede pedir el pecho muy seguido! Son normales las tomas agrupadas. ¡No se rinda! Número de amamantamientos: 10-12																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 3: aliméntelo a menudo a medida que la leche aumenta. Use paños tibios/frescos, hielo y masajee los pechos si se endurecen. N.º de amamantamientos: 8+																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 4: controle los primeros indicios de hambre. Dele el pecho 8-12 veces por día. Son normales las tomas agrupadas.																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 5: relájese y disfrute de amamantar.																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 6																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 7: entre los días 7-10, primer crecimiento repentino con mayor apetito y necesita alimentarlo más seguido.																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										

En las próximas dos semanas, mantenga un registro de cuándo amamanta a su bebé: controle la hora más cercana a la hora en que lo alimenta..

Registre los pañales húmedos y sucios. Márquelos al cambiarlos. Lleve este diario al control del bebé de las dos semanas.

Size of Baby's Tummy	Wet Diapers to Have	Dirty Diapers to Have
Día 1-2 Como una cereza 	1  2 	1-2  Negro o verde oscuro
Día 3-5 Como una nuez 	3  4  5 	3  Marrón, verde o amarillo
Día 6-9 Como una damasco 	6   O más	3  Amarillo, blando y granoso

Líneas de ayuda para el amamantamiento:

- Mease Countryside Hospital (727) 725-6821
- Morton Plant Hospital (727) 462-7749
- St. Joseph's Women's Hospital..... (813) 872-3932
- St. Joseph's Hospital-North..... (813) 872-3932
- St. Joseph's Hospital-South (813) 302-8338
- South Florida Baptist Hospital (813) 757-8343
- Winter Haven Hospital(863) 294-7068

Diario de Amamantamiento Dele el pecho a su bebé al menos ocho veces al día.

Hora AM/PM	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Día 8																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 9																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 10																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 11																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 12																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 13																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										
Día 14																										
Pecho																										
Mojado																										
Sucio																										

En las próximas dos semanas, mantenga un registro de cuándo amamanta a su bebé: controle la hora más cercana a la hora en que lo alimenta...

Steps of Latch



1 Estimule el labio del bebé con el pezón. Apunte el pezón hacia el paladar.



2 Cuando abra bien la boca, acerque el bebé al pecho, mentón hacia delante.



3 Asegúrese de que los labios del bebé encuentren hacia fuera, como los de un pez.



4 Mantenga al bebé bien cerca con su mentón tocando el pecho. Escuche que trague.

Líneas de ayuda para el amamantamiento:

- Mease Countryside Hospital (727) 725-6821
- Morton Plant Hospital (727) 462-7749
- St. Joseph's Women's Hospital..... (813) 872-3932
- St. Joseph's Hospital-North..... (813) 872-3932
- St. Joseph's Hospital-South (813) 302-8338
- South Florida Baptist Hospital (813) 757-8343
- Winter Haven Hospital(863) 294-7068



Mease Countryside Hospital
Morton Plant Hospital
St. Joseph's Women's Hospital
St. Joseph's Hospital-North
St. Joseph's Hospital-South
South Florida Baptist Hospital
Winter Haven Hospital