

La compañía, la voz, el mirarlo a los ojos y el contacto con la madre le dan mucha seguridad y hace que se estimulen todos sus sentidos.



El papel de los papás en la lactancia materna:

- ♥ Apoya a tu pareja para que pueda amamantar de forma tranquila, cómoda y segura.
- ♥ Los hombres también son parte de la lactancia, siendo corresponsables con las labores del hogar y del cuidado de otras hijas e hijos.
- ♥ Abraza a tu bebé y colabora para que pueda expulsar gases después de tomar leche.



COMISIÓN DE DERECHOS HUMANOS DEL ESTADO DE TAMAULIPAS

codhet@prodigy.net.mx

VISITADURÍAS GENERALES

VICTORIA

Avenida Familia Rotaria (Hombres Ilustres) No. 420,
Colonia Doctores C.P. 87024
Tels. y Fax.:(01-834)315-70-36, 315-70-39 y 315-38-90
primeravisitaduriageneral@codhet.org.mx

TAMPICO

Calle Álvaro Pérez y Pérez entre Tamaulipas y
Venustiano Carranza Zona Centro, C.P. 89000
Tel 01(833)2192822, 2149213
segundavisitaduriageneral@codhet.org.mx

REYNOSA

Calle Tamaulipas No. 915 Local 1 Colonia Rodríguez
C.P. 88630 Tel 01(899) 9236010
terceravisitaduriageneral@codhet.org.mx

DELEGACIONES REGIONALES

MATAMOROS

Calle Honduras No. 600 Plaza Modelo Local 1 Colonia
Modelo, Tel. 01(868) 812-17-95
delegacionmatamoros@codhet.org.mx

NUEVO LAREDO

Calle Bolívar No. 2932 entre
Guerrero y Juárez, Zona Centro, C.P. 88209
Tel. 01(867)712-85-87
delegacionlaredo@codhet.org.mx

SAN FERNANDO

Segundo Centenario y Nicolás Bravo
esquina No. 210, Zona Centro
C.P. 87600 Tel. 01(841)852-29-65
delegacionsanfernando@codhet.org.mx

CD. MANTE

Calle Hidalgo y Guadalupe Mainero
Edificio Cosmos No 11 C.P. 89800
Tel 01(831)234-22-40
delegacionmante@codhet.org.mx

CD. TULA

Calle Abasolo No. 5D esquina con calle Degollado, Zona
Centro, 87900.
832 326-07-01
delegaciontula@codhet.org.mx



Lactancia Materna



La lactancia natural es el mejor modo de proporcionar al recién nacido los nutrientes que necesita. La OMS la recomienda como modo exclusivo de alimentación durante los 6 primeros meses de vida; a partir de entonces se recomienda seguir con la lactancia materna hasta los 2 años, como mínimo, complementada adecuadamente con otros alimentos inocuos.



Crea un vínculo especial entre la madre y el bebé, el cual tiene repercusiones positivas, en la estimulación, la conducta, el habla, la sensación de bienestar y la seguridad, y la forma en que el niño o niña se relaciona con otras personas.

También reduce el riesgo de padecer enfermedades crónicas, tales como la obesidad, colesterol alto, alta presión arterial, diabetes, asma infantil y leucemias infantiles.

Beneficios de la Lactancia Materna

Para bebé

- ♥ Provee la **nutrición ideal** para los recién nacidos.
- ♥ Tiene muy rica combinación de **vitaminas, proteínas y grasa**.
- ♥ Es mas **fácil de digerir** que los productos alternativos.
- ♥ Contiene anticuerpos que **ayudan a combatir virus y bacterias**.
- ♥ **Reduce** el riesgo de **asma y alergias**.
- ♥ Aquellos bebés que durante los primeros 6 meses lactan únicamente la leche materna, **tienen menos infecciones del oído, problemas respiratorios y episodios de infecciones gastrointestinales**.

Para mamá

- ♥ **Quema calorías extra**, por lo que se pierde mas rápido el peso del embarazo.
- ♥ Libera la hormona Oxitocina, la cual **ayuda al útero a regresar a su tamaño original** y podría reducir el sangrado uterino.
- ♥ **Podría disminuir el riesgo de cáncer de mama y ovario** y de Osteoporosis.

Madres Trabajadoras

En el período de lactancia hasta por el término máximo de seis meses, tendrán dos reposos extraordinarios por día, de media hora cada uno, para alimentar a sus hijos, en un lugar adecuado e higiénico que designe la empresa, o bien, cuando esto no sea posible, previo acuerdo con el patrón se reducirá una hora de su jornada de trabajo durante el período señalado.

Ley Federal del Trabajo, Artículo 170, fracción IV.

Amamantar es mucho más que dar alimento: **es dar amor, seguridad, placer y compañía**. Hace crecer el amor entre la madre y su hijo(a). El contacto de la piel suave y calientita de la madre le da tranquilidad y placer tanto a la madre como al bebé.

