



CÓMO ALIMENTAR A TU BEBÉ EN PÚBLICO

Se crea un lazo especial cuando amamantas o le das el pecho a tu bebé. ¡Puedes alimentarlo cuando sea y donde sea!



RECUERDA: ¡PUEDES ALIMENTAR A TU BEBÉ EN CUALQUIER LUGAR EN QUE ESTÉS AUTORIZADA EN EL ESTADO DE NEVADA!

Es posible que no te sientas cómoda al amamantar o dar el pecho en público. Si te parece difícil, prueba algunos de estos consejos para alimentar a tu bebé con discreción:



1. Practica en casa una forma discreta de alimentar a tu bebé.
2. No saques el seno o pecho por encima del cuello de tu blusa. Levántate la blusa desde la parte de abajo para dejar que tu bebé tenga acceso a tu seno o pecho.



3. Presta atención a las primeras indicaciones de que tu bebé tiene hambre, tales como lamerse o chuparse las manos o los dedos. Intenta alimentarlo antes de que se ponga irritable o empiece a llorar.



4. En un restaurante, siéntate en la esquina de un gabinete o de espaldas para alimentar a tu bebé con discreción si así lo deseas.
5. Alimenta a tu bebé en lugares limpios y cómodos, como en un probador o una esquina poco concurrida de una tienda; no tienes que hacerlo en el baño.



6. Aprovecha las capas de ropa – como un suéter abierto, una chamarra o una cobija ligera – para cubrir a tu bebé si así lo deseas. También puedes alimentar a tu bebé en un portabebés o canguro... ¡nadie se dará cuenta!
7. Usa un atuendo/traje de dos piezas – por ejemplo, una prenda superior más pantalones o falda – para darle a tu bebé un fácil acceso al pecho o seno.
8. Platica con tus familiares y amigos sobre cómo pueden ayudarte; por ejemplo, ellos podrían cuidar a los otros niños o abogar por ti en público.

LEY DE NEVADA: LACTANCIA MATERNA EN PÚBLICO

NRS 201.232

«Sin perjuicio de ninguna otra disposición de la ley, una madre puede amamantar a su hijo en cualquier lugar público o privado en el que la mujer tenga normalmente el derecho de estar, sin importar si el pezón de la madre está al descubierto durante o a propósito del amamantamiento».



1-800-8-NEV-WIC

(1-800-8-638-942)

NEVADAWIC.ORG

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

©Brush Art Corporation