



# LACTANCIA EN VERANO

*Recomendaciones para amamantar*

- ✓ Mantenerse siempre hidratada
- ✓ Usar ropa liviana y elegir lugares ventilados

## Bebés menores a 6 meses con lactancia exclusiva

- Sólo necesitan leche materna para hidratarse
- No ofrecer agua, jugos o infusiones
- En días calurosos amamantar con mayor frecuencia
- Evitar la exposición directa al sol



COLEGIO  
DE OBSTÉTRICAS  
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES  
Consejo Superior.

## Bebés mayores a 6 meses

- Ofrecer el pecho y agua segura durante todo el día
- Brindar jugos naturales (sin azúcar ni edulcorantes) según indicación pediátrica
- Los helados de leche materna son una opción refrescante
- Evitar la exposición directa al sol
- Vestirlos con ropa liviana de algodón y colores claros
- No permanecer en vehículos cerrados y estacionados

