María Yehumi Ortiz

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

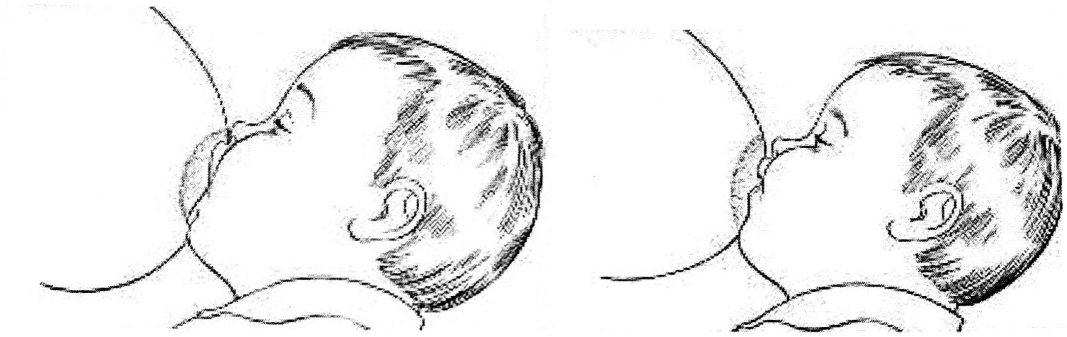
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: __X__
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

beber liquidos y poner al pecho seguido.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

extraer la leche durante el trabajo y conservarla en frio.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

no, el tamaño del pecho no influye en la cantidad.

Daniela Ortiz Rios

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

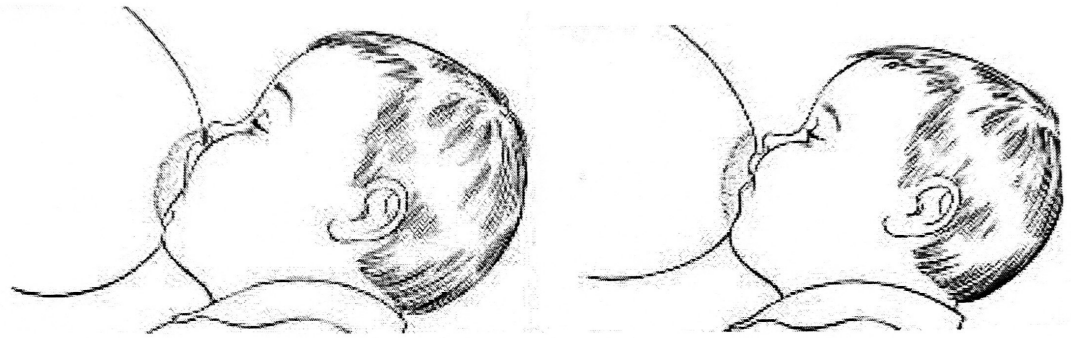
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

amamantar frecuentemente y evitar el estres.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

extraer la leche durante el trabajo y conservarla en frio.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

NO, el tamaño del pecho no influye en la cantidad de leche.

Maria Teresa Rojas

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

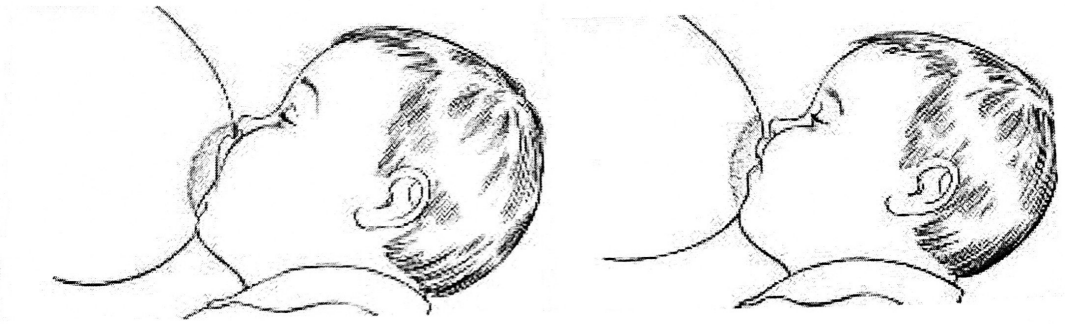
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: __X__
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

DAR EL PECHO CADA VEZ QUE EL BEBÉ LO PIDA.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

USAR UN EXTRACTOR Y REFRIGERADOR LA LECHE.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

NO, TODAS LAS MAMAS PUEDEN PRODUCIR LECHE SUFICIENTE.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Laura Marcela Machado

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

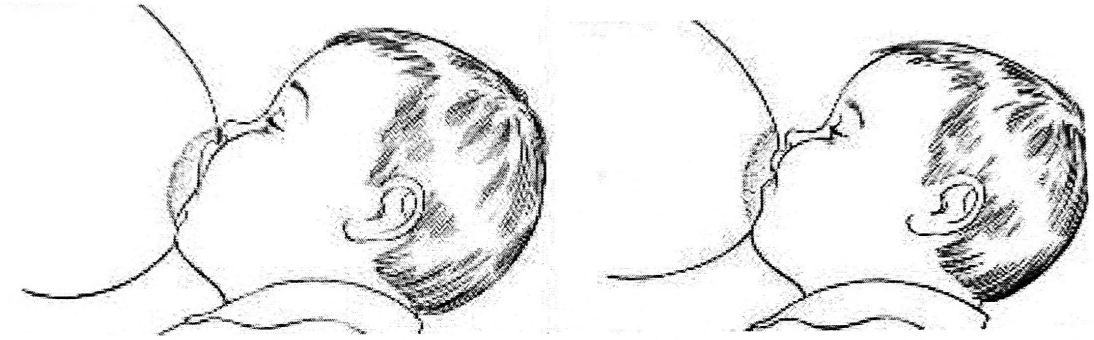
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Alimentandome bien y relajandome.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Organizar horarios para extraer la leche.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, la produccion de la succión del bebe.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Anny tatiana Peyes

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

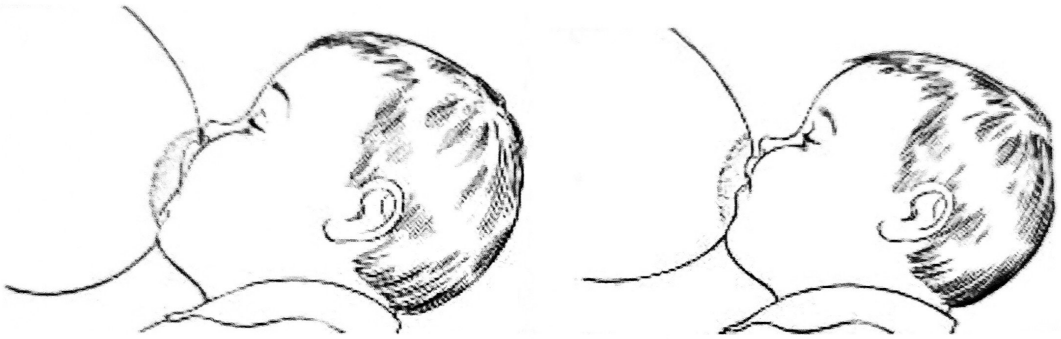
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Masajear los senos y amamantar seguido.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Guardar leche materna para las tomas del bebe.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, el tamaño no determina la producción.

Yulady Betania Salas

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

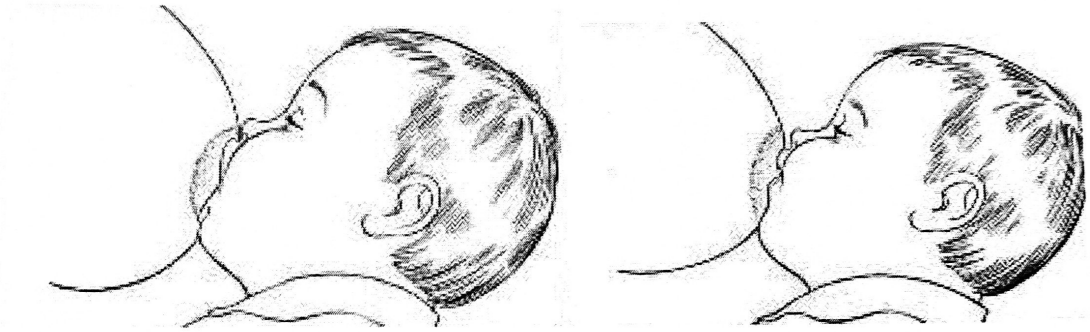
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: __X__
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Manteniendo contacto piel con piel con el bebe.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Extraer leche y dejarla almacenada.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, el tamaño no afecta la cantidad de leche.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Luisa Natalia Bceno

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

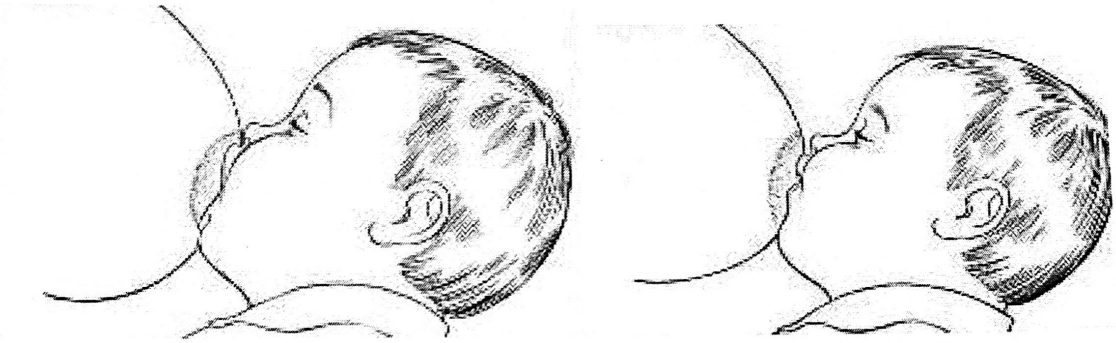
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

TENER BUENA ALIMENTACION Y DESCANSAR BIEN.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

AMAMANTAR ANTES Y DESPUES DEL TRABAJO.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

NO, LA PRODUCCION DEPENDE DEL ESTIMULO.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Monica Alejandra Alvarez

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

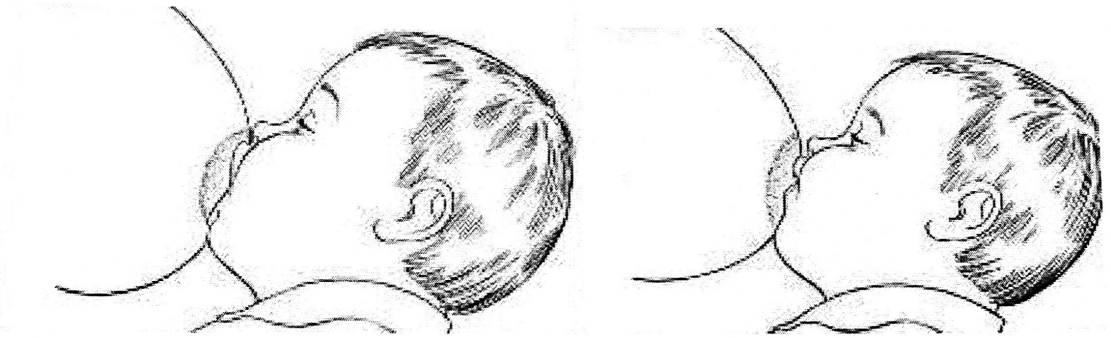
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Amamantando con frecuencia y tomando agua.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Extraer y conservar la leche materna para el bebé.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, el tamaño del pecho no influye en la producción de leche.

Jenny Milena Castaneda

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

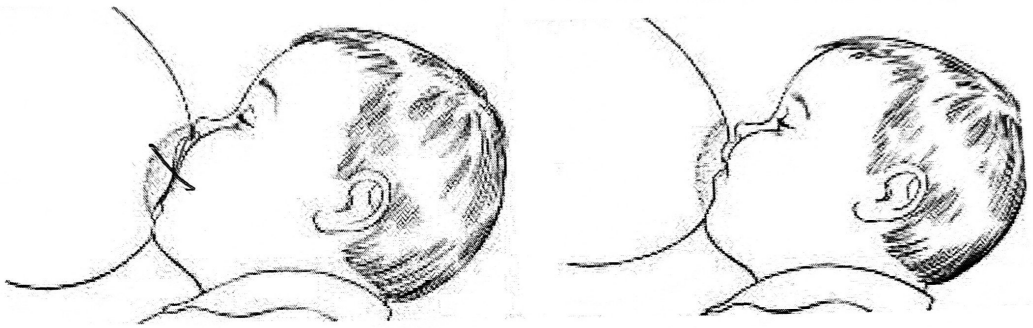
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Se puede estimular con liquido, hidratacion y la succion del bebe estimula la producción.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Debe iniciar un Banco de leche.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, lo que influye es la hidratacion y la estimulación.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Erika Vanessa Rojas

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

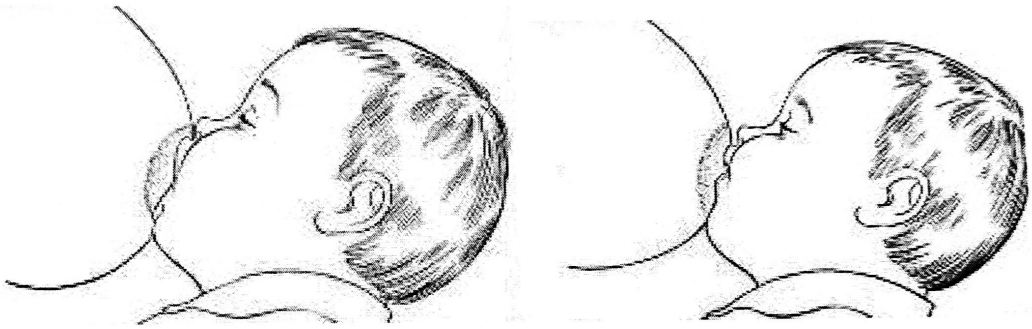
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Comer bien y mantener una rutina de descanso.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Continuar la lactancia con leche extraida.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

no, la producción depende del estimulo no del tamaño.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Jackeline Garcia

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

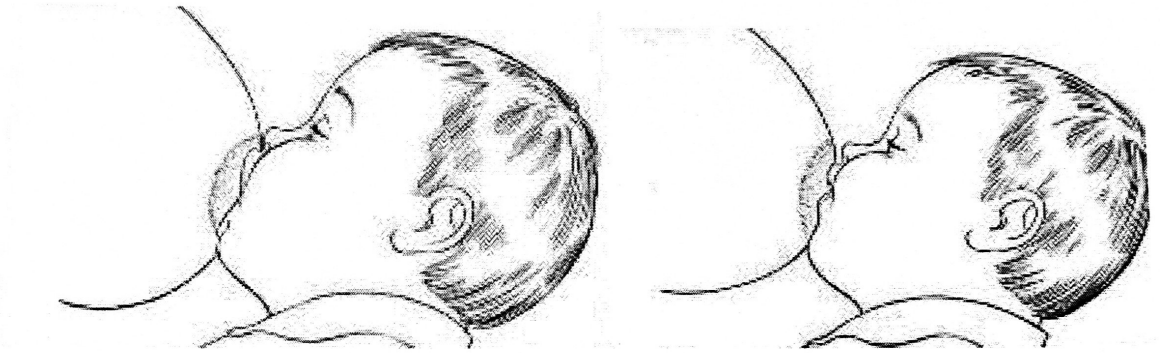
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

pegar al bebe al pecho más seguido.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Sacar la leche y conservarla en la nevera.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, la cantidad depende de la succión del bebe.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Jessica Bermudez

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

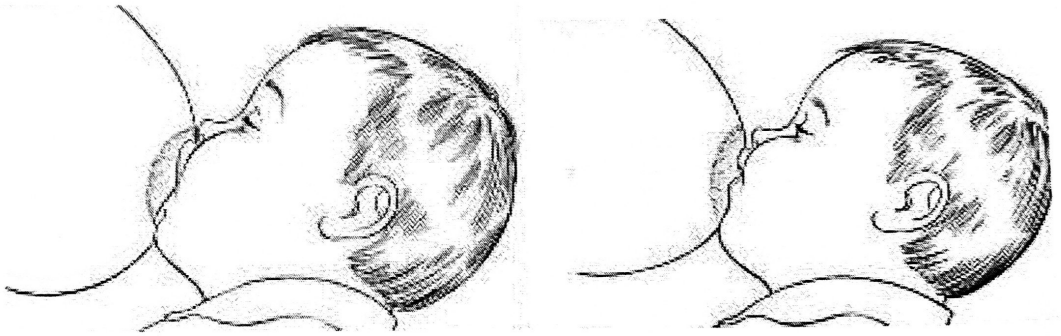
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

dar el pecho seguido y no usar biberones.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

extraer leche y conservarla en la nevera.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

no, el tamaño no afecta la produccion de leche.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Mary Luz Figueroa

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

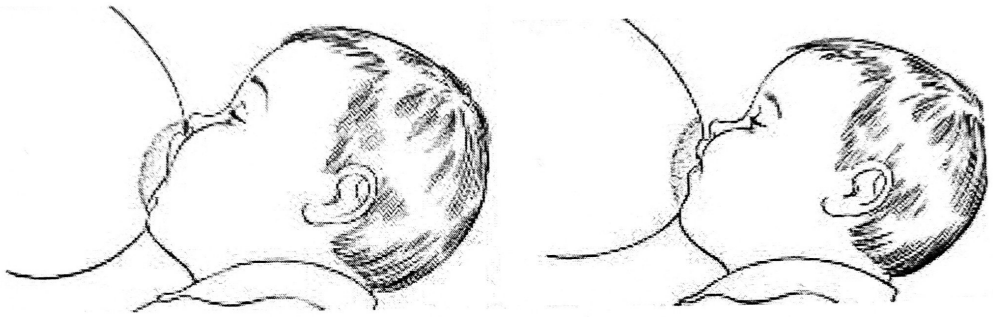
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

Estimulando el pecho con masajes suaves.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Planear los tiempos para amantar o extraer leche.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No la producción depende del estimulo no del tamaño del pecho.

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

Tatiana Restrepo

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

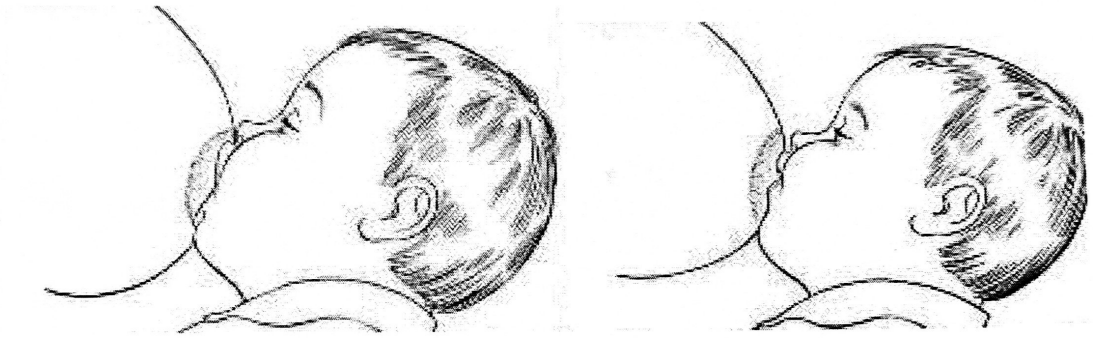
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

mantener una buena hidratacion y descanso.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

Continuar la lactancia con leche extraida.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, todas las madres producen segun la demanda del bebe.

Manuela Henao Soarez

Dimensión de seguridad alimentaria y nutricional

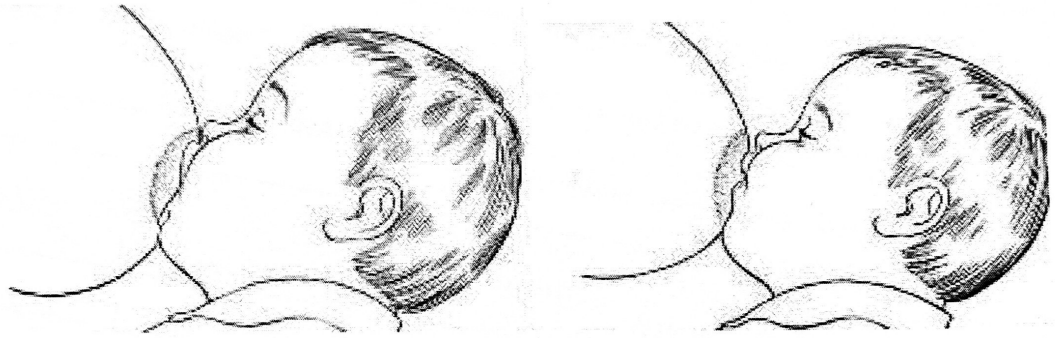
Estrategia pic mujeres amigas de la lactancia materna

Post test

1. **Seleccione con una X**
   Hasta que edad es recomendable dar leche materna al niño/a:

- ✓ 3 meses: _____
- ✓ 12 meses: _____
- ✓ 6 meses: X
- ✓ 24 meses o mas: _____

2. **Señale con una X la posición correcta del bebe para amamantar**



3. **¿Como puedo estimular la producción de leche?**

amamantar cada vez que el bebe lo pida.

4. **¿Si estoy amamantando y debo volver a trabajar, que debo hacer?**

extraer leche y mantenerla en buen estado.

5. **¿Influye el tamaño del pecho en la producción de leche?**

No, cualquier tamaño de pecho produce leche.