

¡Siento que soy una buena mamá!

Ashton, la historia de una mamá de Arkansas

“Cuando me embaracé, decidí que intentaría dar lactancia. No estaba muy segura, pero decidí que lo intentaría. Recuerdo haber oído a mi mamá hablando acerca de la lactancia hace años. ¡Una de mis amigas dijo que ella nunca lo haría porque es extraño! Pero otra amiga le dio lactancia a su bebé durante un largo tiempo. Ella me dijo que sabía que era más saludable.

Mi mamá me dijo que estaba bien que yo diera lactancia, pero quería asegurarse de que yo supiera que yo era la única que iba a poder alimentar a la bebé. De hecho, me sentí bien al saber que yo era la única a la que mi bebé quería. Incluso cuando acababa de nacer, sólo me quería a mí. ¡Sólo yo podía alimentarla!

En el departamento de salud me invitaron a que diera lactancia desde la primera vez que fui a WIC. Las enfermeras del hospital me ayudaron a dar lactancia después de que nació mi bebé. Aprendí a sostenerla usando diferentes posiciones para la lactancia. Me dieron fórmula para que me la llevara a casa, pero no la necesité. Pude producir mi leche sin problemas.

Mi familia quería que me extrajera leche o cambiara a la fórmula para poder ayudarme, pero eso no era lo mismo para mí. Dar lactancia me hizo sentir mucho más cerca de ella que cualquier otra cosa. Me encantaba conectarme con ella de esa forma. Sí me cansaba, pero valía la pena continuar con la lactancia.

Poco después de haber nacido, mi bebé se enfermó y tuvo que estar en el hospital durante siete días. Me dijeron que me extrajera la leche para dársela. En cuanto estuvo bien, de inmediato volvió a la lactancia. Es la única vez que ha estado enferma y ya tiene 21 meses de edad.

Yo estaba en tercer año de preparatoria y el maestro de Home Bound (para alumnos que tienen que permanecer en casa) me ayudó con mis lecciones. Era difícil permanecer despierta toda la noche para cuidar a mi bebé, así que me ayudó poder estar en casa con mi maestro.

A mí no me daba vergüenza lactar en público, tan solo cubría a mi bebé con una cobijita. No es necesario tener ropa especial si tienes una cobijita para cubrirte.

Yo les digo a mis amigas que lactar es una buena decisión. No hay que preocuparse por el tipo de fórmula que se va a usar. La leche materna es natural, el cuerpo la produce y es saludable.



Ashton y Anna-Marie a los 21 meses de edad

Me encanta que mi bebé sea tan inteligente. Ella puede hacer muchas cosas que otros bebés de su edad no saben hacer. Ya está aprendiendo los números; mi novio le ayuda con eso. Ya puede reconocer los números uno, dos y tres.

Cuando mi bebé se alimentaba, me veía y me sonreía, y eso me hacía feliz. ¡Yo lo hice sola, y volvería a hacerlo todo de nuevo! La próxima vez, incluso podría dar lactancia durante más tiempo”.



1-800-445-6175 | www.healthyarkansas.com/breastfeeding