

Historias de El Ingrediente Secreto: Altibajos

WIC sabe que cada experiencia de alimentación infantil es diferente. WIC está aquí para apoyar a las cuidadoras en los momentos buenos y malos.

La lactancia materna es un proceso de aprendizaje. Es normal no lograr resultados enseguida. Recibir el apoyo para la lactancia materna por parte del programa WIC puede ayudar a las familias a alcanzar sus objetivos de lactancia.

Muchas mujeres tienen dificultades con la lactancia materna y cada bebé es diferente. Lograr un agarre cómodo y eficaz puede ser difícil, por lo que recurrir al apoyo desde el principio y con frecuencia será de gran ayuda. WIC cuenta con [especialistas y asesoras de pares certificadas en lactancia materna](#) en todo el país.

“WIC está aquí para ayudarte a cumplir tus objetivos de lactancia, pero también estamos aquí para superar las adversidades en conjunto y brindarte todo el apoyo que necesites para alimentar a tu bebé. Es un hecho que [la lactancia materna] es la mejor nutrición para cada bebé, pero hay demasiada información confusa”. – Lauren Christie, nutricionista de WIC

Conoce a Eloisa en Milwaukee, Wisconsin.

Eloisa enfrentó diferentes dificultades con cada uno de sus tres hijos.

Con su primer bebé, pudo amamantar durante un período breve, ya que tuvo dificultades para conseguir una buena prendida y lo complementó con leche de fórmula. Con el apoyo, la



educación y los recursos del programa WIC, Eloisa pudo amamantar a su segundo y su tercer bebé durante mucho más tiempo.

***“El programa WIC, ver videos y el gran apoyo de mi marido me ayudaron a amamantar con éxito”.
– Eloisa, participante de WIC***

Conoce a Daili en Phoenix, Arizona.

Durante el período de lactancia, Daili tuvo dificultades con la producción de leche, además de dolor físico, problemas de agarre y altibajos emocionales. Para muchas cuidadoras, una de las mayores dificultades suele ser pedir ayuda.

“En un momento determinado sentí una gran frustración porque ni siquiera podía alimentar a mi bebé y no quería que se muriera de hambre. Fue entonces cuando llamé a la asesora de lactancia de WIC”. – Daili, participante de WIC

La lactancia puede ser dolorosa al principio y es importante acudir a un profesional de la salud si el dolor es excesivo o no se resuelve en la primera semana.

“WIC supo verme por quién era y por lo que estaba pasando y la asesora de lactancia de WIC me dijo: ‘Vas a estar bien. Llevará su tiempo’”. – Daili, participante de WIC



Las experiencias de alimentación infantil no siempre suceden según lo planeado. WIC facilita a las cuidadoras el apoyo y los recursos que necesitan para tomar decisiones informadas para sus bebés. La educación es importante a la hora de decidir qué método de alimentación es el mejor para cada bebé.

A pesar de todos los altibajos, el ingrediente secreto eres tú. Es normal tener dudas sobre la alimentación infantil. El programa WIC puede ayudar a encontrar las respuestas.