

# Decisiones Sobre Alimentación

***Usted sabe que "dar pecho es lo mejor" pero puede estar pensando:***

- ♥ ¿Produciré suficiente leche?
- ♥ ¿Cómo le daré pecho a mi bebé en público?
- ♥ ¿Cómo regresaré al trabajo, a la escuela, o asistiré a citas?



***Aquí hay algunas ideas:***



## ***¿Qué pasará si le doy fórmula a mi bebé?***

- ♥ Usar fórmula va a reducir su producción de leche y se le puede hacer difícil dar pecho.
- ♥ Los bebés que reciben fórmula tienen más infecciones de oído y diarreas.
- ♥ Los bebés que reciben fórmula tienen más probabilidad de tener infecciones serias, diabetes, y ciertos cánceres cuando ellos sean mayores.

***Los bebés que reciben sólo pecho crecen más sanos y desarrollan su inteligencia al máximo potencial.***