



## Jaiotza eta edoskitzaroko laguntza gizatiartzeko ekimena

### **EDOSKITZE NATURAL ETA ZORIONTSU** **BATERANZKO HAMAR APUSO**

1. Edoskitze naturalari buruzko idatzizko politika bat izatea.
2. Osasun alorreko langile guztiak politika hori praktikan jarri ahal izan dezaten trebatu.
3. Haurdun dauden emakume guztiak edoskitze naturalaren onurez eta praktikan jartzeko moduez informatu.
4. Ama guztiei haurraren bizitzako lehenengo orduan edoskitzaroa hasten
5. Haurrari bularra nola eman behar zaion eta haurrengandik banatu bahar badute ere edoskitzaroa nola mantendu erakutsi behar zaie
6. Jaio berriei amaren esnea besterik ez eman, jan edo edri gehigarririk gabe, hauek medikuak z badira behintzat.
7. Haurraren bizitzako lehenengo 24 orduetan amen eta haurren arteko bizikidetzak ahalbideratu.
8. Edoskitze naturala bultzatu horrela eskatzen den bakoitzean..
9. Bularrez elikatutako haurrei ez eman ez tetina ez txupeterik.
10. Edoskitze naturalaren aldeko taldeen eraketa bultzatu eta amak eurekin harremanetan jar daitezten saiatu.
  - 10.1 Erditzean eta erditze-ondoan amari atentzio humanizatua eskaintzea.
  - 10.2 Bularra ematen ez duen amari kalitatezko laguntza eskaintzea jaio berriaren elikaduraren inguruan.

## Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia

### **DIEZ PASOS HACIA UNA FELIZ LACTANCIA NATURAL**

1. Disponer de una política por escrito relativa a la lactancia natural.
2. Capacitar a todo el personal de salud de forma que esté en condiciones de poner en práctica esa política.
3. Informar a todas las embarazadas de los beneficios que ofrece la lactancia natural y la forma de ponerla en práctica.
4. Ayudar a todas las madres a iniciar la lactancia durante la primera hora de vida.
5. Mostrar a las madres como se debe dar de mamar al niño y como mantener la lactancia incluso si se han de separarse de sus hijos.
6. No dar a los recién nacidos más que leche materna, sin ningún otro alimento o bebida, a no ser que estén médicamente indicados.
7. Facilitar la cohabitación de las madres y los bebés durante las 24 horas de vida.
8. Fomentar la lactancia natural cada vez que se solicite.
9. No dar a los bebés alimentados al pecho tetinas o chupetes.
10. Fomentar los grupos de apoyo a la lactancia natural y procurar que las madres se pongan en contacto con ellos.
  - 10.1 Ofrecer una atención humanizada a la madre durante el parto y el alumbramiento.
  - 10.2 Ofrecer asistencia de calidad a la madre que no amamanta con la alimentación de su bebé.

**Arautegi osoa edo ordezkoen kodea begiratu nahi baduzu, osasun – langileei eska diezaiokezu.**

Si usted quiere consultar la normativa completa o el Código de sucedáneos, puede solicitarlo al personal sanitario.