















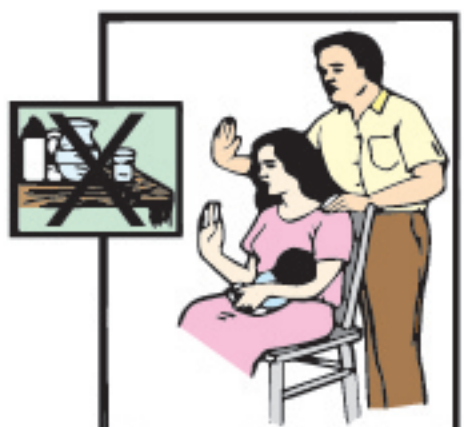


HOJA DE COMPROMISO

NIÑOS Y NIÑAS DE 0-6 MESES

 1  2  3  4	Compromisos	Consejería/Edad					
		1	2	3	4	5	6
 5  6  7  8	Darle de mamar por lo menos 10 a 12 veces entre el día y la noche	Compromiso					
 9  10  11  12							
		Cumplió el compromiso					
 	Entre más veces mama el niño o niña más leche tendrá. De día y de noche	Compromiso					
		Cumplió el compromiso					
 	Alterne los pechos y dele de mamar por lo menos 15 minutos, hasta vaciarlos	Compromiso					
		Cumplió el compromiso					
	No le de agua, chupón ni otros líquidos al niño o niña porque se puede enfermar de diarrea	Compromiso					
		Cumplió el compromiso					

Lavarse las manos con agua y jabón antes de darle el pecho al niño o niña, después de ir al baño o cambiarle los pañales.

Nota: _____