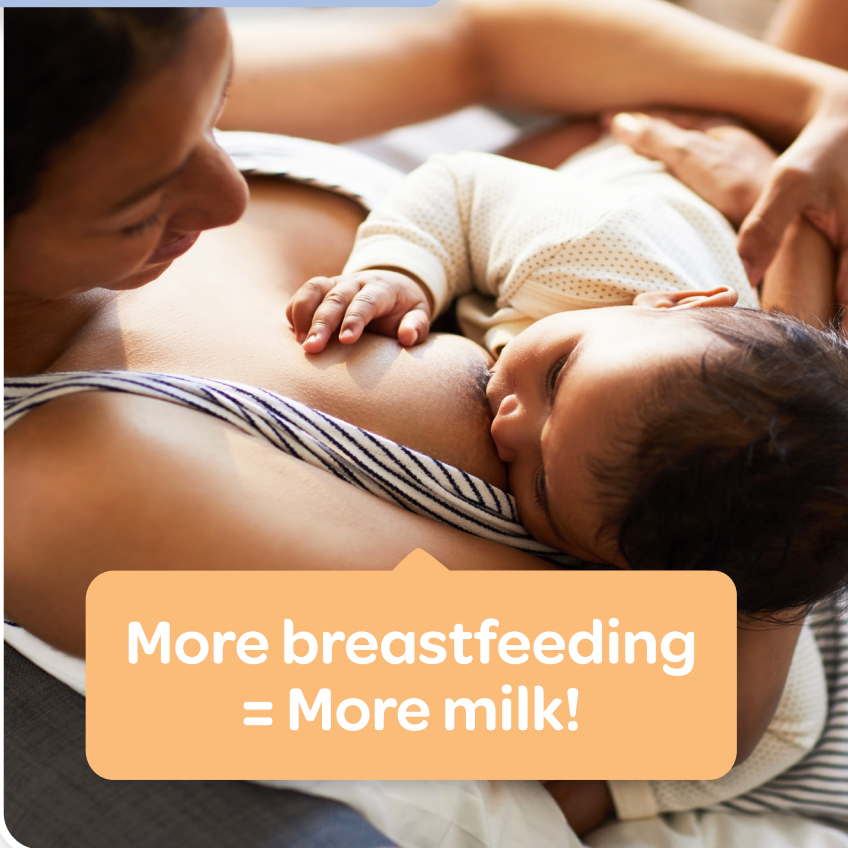


Breastfeeding Tip



More breastfeeding
= More milk!

Every time you breastfeed, your body gets a message to make more milk.

The more breast milk your baby drinks, the more you will make!

— **Breastfeed often.** —
Your milk supply will grow with your baby.



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.

Consejo de lactancia



Más das el pecho
= ¡Más leche!

Cada vez que das el pecho, tu cuerpo recibe un mensaje para producir más leche.

Cuanta más leche materna tome tu bebé, más producirás.

— **Da el pecho** —
con frecuencia.
Tu producción de leche aumentará a medida que tu bebé crezca.



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.