

## Breastfeeding Tip



## hold your baby skin-to-skin

*after delivery  
and at home*

### Holding your baby skin-to-skin helps:

- breastfeeding go better
- build a strong bond
- stabilize heartbeat and breathing
- decrease crying and stress

**Your baby will feel warm and calm  
being close to your heartbeat.**



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

## Consejo de lactancia



## sostén a tu bebé piel con piel

*después del parto y  
después de volver a casa*

### El contacto piel con piel con tu bebé es beneficioso para:

- amamantar mejor
- crear un vínculo fuerte
- estabilizar el ritmo cardíaco y la respiración
- disminuir el llanto y estrés

**El bebé se sentirá cálido y tranquilo  
al estar cerca de tus latidos.**



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