



COMO LLEVAR A CABO UN DESTETE RESPETUOSO



El destete respetuoso es el proceso de finalizar la lactancia materna de una forma gradual, empática y siguiendo el ritmo y necesidades del niño y la madre, termina de manera natural, sin que ni la madre ni el bebé sufran traumas o estrés.

Durante el destete puedes seguir la premisa de “No ofrecer” el pecho a tu hija o hijo, pero si ellos lo piden **“No negárselo”**.



Papá juega un papel fundamental al involucrarse en la vida del bebé, su participación ayuda a que el bebé se sienta seguro y apoyado mientras se adapta a la ausencia del pecho, especialmente durante las noches.

El destete respetuoso no tiene porque ser drástico. Puedes destetar durante el día y amamantar durante la noche, según lo que funcione mejor.

Ayuda a que tu bebe, niño o niña encuentre nuevas formas de regularse, alimentarse, conciliar el sueño y de satisfacer su necesidad de contacto.