

Menyusui adalah cara yang paling sehat untuk memberi makan bayi ibu.

Jika ibu sempat berhenti memberi ASI, ibu bisa mulai kembali.

Memberikan susu formula kepada bayi akan mengurangi produksi ASI ibu.



IBU TIDAK PERLU MAKAN MAKANAN KHUSUS APAPUN SAAT MENYUSUI, NAMUN SELALULAH KONSUMSI MAKANAN SEHAT.

NOM...
NOM...
NOM...



BERAPA LAMA BAYI SAYA MEMBUTUHKAN SUSU FORMULA?

Ketika bayi ibu berusia satu tahun, **makanan sudah menjadi sumber utama untuk energi, vitamin dan mineral** yang mereka butuhkan. Susu formula dapat menjadi sumber asupan gizi tambahan untuk bayi ibu. Jika ibu ingin tahu lebih banyak tentang susu formula, bisa ditanyakan di puskesmas.



KAPAN SAYA BISA MULAI MEMBERIKAN MAKANAN LAIN UNTUK BAYI SAYA?

Usia yang disarankan untuk mulai menawarkan makanan kepada bayi ibu adalah saat **usia bayi enam bulan**. Semua makanan yang dibutuhkan bayi ibu selama enam bulan pertama harus melalui ASI eksklusif.

