



Es  
maravilloso  
esperar

**2 años**

antes de tener  
otro bebé.



Esperar que su hijo más  
pequeño cumpla dos  
años antes de tener otro  
bebé es más saludable  
para la madre, el bebé y  
toda la familia.



# Es maravilloso esperar 2 años

Esperar **2 años** entre cada bebé se conoce como “espaciamiento seguro” debido a que más espacio entre cada bebé significa que usted y su próximo bebé tienen menor probabilidad de presentar problemas de salud.

## Es maravilloso esperar **2 años** para la madre

- La madre tiene tiempo para sanar y reemplazar los nutrientes que perdió durante el embarazo.
- La madre tendrá más tiempo y energía para dedicarlo a su familia.

## Es maravilloso esperar **2 años** para el bebé

- Es más probable que el bebé nazca con un tamaño y peso saludable.
- Es más probable que el bebé nazca a término.
- Es más probable que el bebé sea más sano y abandone el hospital con la madre.

## Es maravilloso esperar **2 años** para toda la familia

- Tienen más tiempo para dedicarlo a los otros niños.
- Tienen más tiempo para ahorrar dinero y prepararse para otro hijo.

Los servicios de planificación familiar pueden ayudarla a escoger el momento adecuado para tener otro bebé y tener hijos con un espaciamiento seguro. Para obtener más información sobre la planificación familiar y el espaciamiento seguro, hable con un profesional de atención de salud o visite [www.celebrateone.info](http://www.celebrateone.info) today.

