

BENEFICIOS DE LA

LACTANCIA MATERNA



PARA SU BEBÉ

- ✓ Disminuye el riesgo de desnutrición.
- ✓ Ayuda a desarrollar un lenguaje claro tempranamente.
- ✓ Logran un mejor desarrollo cerebral en los Recién Nacidos.
- ✓ Es de fácil digestión, lo que disminuye los cólicos del bebé.
- ✓ Contiene los nutrientes necesarios para su óptimo crecimiento.
- ✓ Disminuye el riesgo de contraer enfermedades en la infancia, posee anticuerpos que protegen de enfermedades prevalentes de la infancia como: Diarrea, alergias, asma y las infecciones respiratorias.
- ✓ Favorece el desarrollo emocional e intelectual y previene problemas de salud mental a futuro.
- ✓ Tiene efectos de largo plazo en la salud ya que disminuye la probabilidad de desarrollar en la edad adulta enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 1 y tipo 2, leucemia e hipercolesterolemia
- ✓ Crea un vínculo afectivo con la madre gracias al cual los niños y niñas amamantados crecen más felices, más seguros y más estables emocionalmente.

PARA LA MADRE

- ✓ Crea un vínculo afectivo madre-bebe, el cual favorece el desarrollo de la autoestima, personalidad saludable y niveles altos de inteligencia en edades siguientes.
- ✓ Ayude a la rápida recuperación después del parto.
- ✓ Previene la depresión post-parto.
- ✓ A largo plazo previene tanto osteoporosis como cáncer de mama y de ovario.
- ✓ Disminuye el riesgo de sangrado en el post parto por lo tanto disminuye el riesgo de desarrollar anemia.
- ✓ En el cuerpo de la madre produce hormonas especiales que le ayudan a sentirse relajada y cariñosa hacia su bebé.

