



Agosto Dorado: Lactancia materna

Leche materna: un alimento de oro

La Organización Mundial de la Salud considera a la leche materna como un "alimento de oro" para la salud de los bebés. A continuación, te contamos algunas razones para considerar su importancia.



Fortalece la inmunidad del bebé y protege contra las alergias.



Protege al bebé contra la obesidad infantil.



Es una buena medida para reducir el dolor de los recién nacidos cuando se someten a procedimientos médicos complejos.



La lactancia materna se asocia con un mejor rendimiento en las pruebas de inteligencia en niños, adolescentes y adultos jóvenes.



No hay leche materna débil. Toda la leche que sale de los senos tiene todos los nutrientes para alimentar bien al bebé.



Si se almacena adecuadamente, la leche se puede congelar hasta por 15 días, sin que pierda nutrientes.



La lactancia materna se recomienda que sea el alimento exclusivo para los primeros seis meses de vida del bebé y hasta 2 años o más, como una forma complementaria de alimentación.

¡Practica y alienta este acto de amor!