



## LACTANCIA: VENTAJAS DE LA LECHE MATERNA

La lactancia materna es la mejor forma de alimentación para el bebé durante sus primeros meses de vida, por los importantes beneficios que tiene tanto para él o ella como para la madre:

- Está en perfectas condiciones higiénicas.
- Se digiere fácilmente.
- Protege al bebé de infecciones y evita la aparición de alergias.
- Favorece la recuperación del útero.
- Facilita la buena relación madre-bebé.
- Y, además, no necesita preparación previa, ya que tiene la temperatura adecuada y está siempre a disposición del bebé.

La leche materna tiene defensas naturales (anticuerpos) que pasan al bebé, protegiéndolo así de ciertas enfermedades (por ejemplo de diarreas bacterianas y víricas) y de alergias a determinados alimentos.

Se ha comprobado que los bebés que se alimentan del pecho materno serán adultos más saludables no sólo físicamente (ya que previene la obesidad, enfermedades inmunitarias, asma, alergias, enfermedad inflamatoria intestinal, etc.), sino también emocional y socialmente.

El vínculo que se establece al realizar el amamantamiento constituye una experiencia de gran satisfacción y de unión entre la madre y su bebé. Si no le das el pecho a tu hijo puedes establecer este vínculo y relación emocional alimentándolo en brazos y teniéndolo contigo aún después de haber terminado la toma

Apoyo:



Socios:

