BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

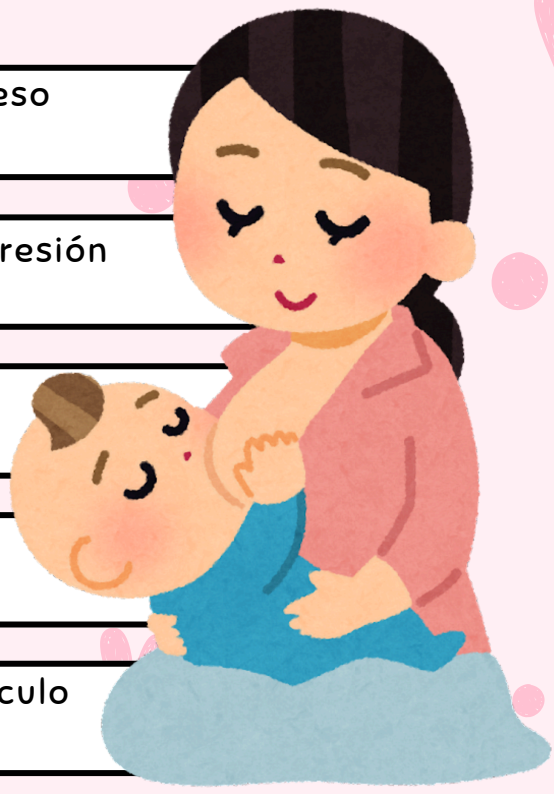
La lactancia materna le ofrece muchos beneficios a su bebé. La leche materna está llena de células, hormonas y anticuerpos que brindan la nutrición esencial para ayudar a que su bebé crezca y se convierta en un niño fuerte y saludable.

PARA EL BEBÉ



1. Disminuye la mortalidad infantil.
2. Protege contra infecciones.
3. Previene la desnutrición.
4. Facilita la digestión.
5. Muy rica en vitaminas proteínas y grasas.

PARA LA MADRE



1. Facilita la regulación del peso previo al embarazo.
2. Disminuye el riesgo de depresión post parto.
3. Disminuye el riesgo de cáncer de ovario y mama.
4. Ahorro económico.
5. Ayuda a establecer un vínculo positivo emocional.

DATO CURIOSO

Según los alimentos que tome la mamá así será el sabor de su leche. Algunos alimentos como alcachofas o espárragos dan cierto sabor amargo a la leche y puede que a nuestro bebé no le guste demasiado. Estos cambios de sabor preparan al bebé para los diferentes sabores cuando empiece a tomar otros alimentos.

HOSPITAL DEPARTAMENTAL SAN RAFAEL DE RISARALDA E.S.E.
RISARALDA CALDAS

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas