



**Nombre del alumno: Carlos Sarahin Lopez Lopez**

**Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez Guillen**

**Nombre del trabajo: super nota**

**Materia: nutrición en actividades pediátricas**

**Grado: séptimo cuatrimestre**

**Grupo: nutrición A**



# IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables.

OMS

La leche materna proporciona todos los nutrientes, vitaminas y minerales que un bebé necesita para el crecimiento durante los primeros seis meses de vida; el bebé no necesita ingerir ningún otro líquido o alimento.



La fórmula no es un sustituto aceptable de la leche materna



La lactancia materna también contribuye a la salud de la madre

## Beneficios

### Madre

1. **La lactancia materna acelera la recuperación de la mamá**
2. **Menor riesgo de hipertensión**
3. **Disminuye el riesgo de cáncer de mama y ovario.**
4. **Ayuda a la mineralización de huesos**
5. **Ahorro económico de la familia.**

### Bebe

1. **Contiene todos los nutrientes que él bebe necesita durante los primeros seis meses.**
2. **Protege el sistema inmunitario**
3. **Reduce el riesgo de asma y alergias**
4. **Más fácil de digerir que la lactancia artificial**
5. **Menor tasa de obesidad infantil.**

¡La lactancia materna salva más vidas que cualquier otra intervención preventiva!