



Nombre del trabajo:

Súper nota

Ventajas y propiedades de la lactancia materna

Materia:

Crecimiento y desarrollo

Tercer semestre

Nombre del docente:

Dr. Saúl Peraza

Nombre del alumno:

Abril Amairany Ramírez Medina

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

07 de noviembre de 2022

# LACTANCIA

## La leche materna protege contra las enfermedades

Está llena de inmunoglobulinas que protegen a los bebés contra la neumonía, la diarrea, las infecciones del oído, alergias, asma y las infecciones respiratorias, entre otras enfermedades.

La lactancia materna en la primera hora de vida reduce en casi 20% el riesgo de morir en el primer mes. La leche materna ofrece protección inmediata, así como estimulación del sistema inmunológico.

## Reduce los costos asociados con el cuidado de la salud

Solo en los Estados Unidos, si el 90% de las madres amamantara en forma exclusiva durante 6 meses, se ahorrarían 13 mil millones de dólares al año en costos de atención de salud pediátricos y se evitarían más de 900 muertes.

## Ayuda a prevenir el sobrepeso en los niños

La lactancia materna prolongada puede reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad infantil en un 12%, lo que ayuda a combatir enfermedades crónicas graves asociados con estas condiciones.

## Hace que los bebés sean más inteligentes

Los adolescentes y adultos que fueron amamantados de niños obtienen de 2 a 5 puntos más en los indicadores de desarrollo cognoscitivo. La lactancia materna también se asocia a mayores logros educativos. Además, el amamantamiento por 6 meses, en comparación con 4 meses, mejora el desarrollo motriz de los bebés.

## Protege a las madres contra el cáncer de ovario y de mama

Las mujeres que no amamantan presentan un riesgo 4% más alto de padecer cáncer de mama y 27% mayor de cáncer de ovario. También corren mayor riesgo de padecer hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

## Beneficios para el bebé y la madre

- Reduce de 1.5 a 5 veces el riesgo de muerte súbita
- Es de fácil digestión, lo que disminuye los cólicos del bebé
- Tiene los líquidos y electrolitos suficientes para su hidratación
- Tiene la mejor biodisponibilidad de hierro, calcio, magnesio y zinc
- Protege contra caries dental y reduce el riesgo de realizar ortodoncia en la infancia y la adolescencia
- Crea un vínculo afectivo con la madre gracias al cual los niños y niñas amamantados crecen más felices, más seguros y más estables emocionalmente

- Previene osteoporosis
- Disminuye el riesgo de desnutrición
- La lactancia materna es buena para el medioambiente
- La lactancia es buena para la economía



## Bibliografía

[https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=9328:breast-feeding-benefits&Itemid=42403&lang=es#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9328:breast-feeding-benefits&Itemid=42403&lang=es#gsc.tab=0)

<https://www.salud.gob.ec/beneficios-de-la-lactancia-materna/>