

# LACTANCIA MATERNA

## ¿QUE ES?

La lactancia materna es la forma ideal de alimentar a lactantes y niños pequeños, ya que aporta los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables



La leche materna está compuesta por: agua, proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas y minerales, además de contener hormonas y enzimas

## Ventajas

- es mas barato para la madre
- apoya al alojamiento conjunto
- previene el cancer de mama
- aumenta defensas del bebe
- previene enfermedades respiratorias

La norma 050 recomienda la lactancia materna exclusiva por 6 meses y complementaria hasta 2 años

Luis Angel Vasquez Rueda  
bibliografía: NORMA 050-ssa2