

# Información sobre la lactancia materna

La leche materna es el mejor alimento para los bebés y los niños pequeños:

- Disminuye el riesgo de reacciones alérgicas y asma
- Es el alimento más fácil de digerir para los bebés
- Promueve un crecimiento y un desarrollo sanos
- Puede hacer que los bebés tengan un coeficiente intelectual más alto, según estudios
- Protege contra el cáncer y la diabetes
- Transmite las propiedades inmunológicas de la madre
- Hace que haya menos infecciones respiratorias y del oído
- Es posible que proteja contra el síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS)
- Aporta beneficios de salud que duran toda la vida
- Disminuye el llanto y el cólico
- Disminuye los casos de maltrato y abandono
- Da a la mamá tiempo para abrazar a su bebé y ser cariñosa con él
- Cambia a lo largo del periodo de lactancia para satisfacer las necesidades específicas del bebé en un momento dado
- Disminuye el mal olor de los pañales
- Es el alimento más seguro para bebés en cualquier emergencia

Amamantar es lo mejor para las mamás:

- Hace que el cuerpo produzca prolactina, la hormona materna tranquilizante
- Es posible que retrase la ovulación y la menstruación
- Protege contra el cáncer del seno y el cáncer ovárico
- Ayuda a que el útero recupere el tamaño y la forma previos al embarazo
- Hace que la mamá falte menos al trabajo o a la escuela porque el bebé se enferma con menos frecuencia
- Crea un momento especial para que la mamá y el bebé formen lazos afectivos
- Ahorra tiempo preparando biberones
- Permite que las mamás duerman más por la noche (si duermen con el bebé)

Amamantar es lo mejor para las familias:

- Ahorra dinero con la fórmula para bebés y los costos de atención médica
- Hace que el bebé y la mamá sean más sanos
- Permite que la mamá pase más tiempo con toda la familia
- También puede brindar un lazo afectivo especial para hermanos y padres
- Es más fácil viajar
- Hace que sea más fácil calmar al bebé (llora menos)

Amamantar es lo mejor para la tierra:

- Usa un recurso natural
- Protege el medio ambiente. No hay paquetes ni plástico ni desechos
- Disminuye el hambre en el mundo y la muerte de bebés
- Aporta una fuerza laboral más sana para el futuro
- No necesita almacenamiento
- Ahorra impuestos al disminuir los costos de atención médica

¡Amamantar es lo mejor!

Para ayuda con la lactancia materna, llame a Mom's Place al 1-800-514-6667

