

Lactancia materna

La Sociedad Argentina de Pediatría, recomienda lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de vida, y complementada con otros alimentos hasta los 2 años o más.

Porque...

- ✓ Estimula el sistema inmunológico del bebé.
- ✓ Permite al niño aceptar mayor variedad de alimentos y sabores.
- ✓ Favorece el crecimiento adecuado de la boca y la mandíbula.
- ✓ Impacta positivamente sobre la estimulación, la conducta, el habla, la sensación de bienestar y la seguridad.
- ✓ Mejora la forma en que el niño se relaciona con otras personas.
- ✓ Previene enfermedades: obesidad, colesterol alto, presión arterial elevada, diabetes, asma y leucemias.
- ✓ Reduce 18 veces la posibilidad de tener diarrea, 3 veces neumonía, 8 veces otitis media, 1,3 meningitis.
- ✓ **Refuerza el vínculo amoroso, brindando seguridad y confianza.**

Consejos para madres que trabajan:

Con el apoyo de la familia, amigos y la comunidad se puede trabajar y continuar con la lactancia.



Extraerse leche con saca-leche o en forma manual y guardarla en recipientes limpios aptos para alimentos.

Rotular el envase con nombre y fecha (usar siempre la más antigua).



Entibiarla a baño maría o bajo el chorro de agua caliente.

Conservarla hasta 8 hs. a temperatura ambiente (no mayor a 27°), hasta 3 días en la heladera (no en la puerta), hasta 2 semanas en el congelador y hasta 6 meses en el freezer.



A tener en cuenta!!!

Existen leyes de protección a la alimentación natural. Pedí asesoramiento en tu ámbito laboral.

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



Por un niño sano en un mundo mejor

SAP

SOCIEDAD ARGENTINA DE PEDIATRÍA

www.sap.org.ar

www.sap.org.ar/area-profesional/afiches.html

Av. Coronel Díaz 1971/75 (C1425DQF) - CABA - Argentina

Tel. (54-11) 4821-8612 - institucional@sap.org.ar

SUBCOMISIÓN LACTANCIA MATERNA