

Lactancia materna

Beneficios para el niño

- ✓ 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.**

Beneficios para la madre

Reduce el riesgo de padecer:

- cáncer de mama, útero y ovario,
- linfomas y osteoporosis,
- y además, en caso de hacerlo prolongadamente, disminuye las posibilidades de tener infartos o enfermedades coronarias.

A tener en cuenta!!!

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

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.

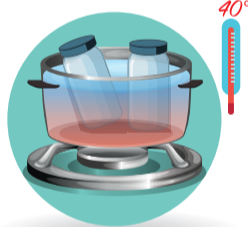
Consejos para madres que trabajan:

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.

Conservarla hasta 6 hs. a temperatura ambiente (no mayor a 26°), hasta 2 días en la heladera (no en la puerta), hasta 2 semanas en el congelador y hasta 3 meses en el freezer.



¡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**