



LACTANCIA MATERNA LO MAS IMPORTANTE PARA DAR EL PECHO A TU BEBE ES QUERER DARLO.

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA NATURAL EN LA MADRE

- Ayuda a la expulsión de la placenta en el alumbramiento .
- Facilita la contracción del útero después del parto y disminuye el riesgo de hemorragias e infecciones postparto.
- Previene las depresiones postparto.
- Reduce la incidencia de cáncer de mama y ovario.
- Ayuda a recuperar la línea.
- Permite un ahorro económico considerable.
- Siempre disponible cuando se necesita en la dosis y temperatura adecuada.
- **Importante:** la unión madre-hijo se revaloriza y estimula. Las consecuencias se ven reflejadas en el desarrollo de tu bebé, en su crecimiento, en su sueño y en ti misma.

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA NATURAL PARA TU BEBE

- El calostro es una sustancia densa y de color amarillento, que tu bebé tomará durante los dos ó tres primeros días tras el parto. Se irá transformando en leche progresivamente.
El calostro es el alimento ideal en sus primeros días, pues además de alimentarle le protegerá de posibles infecciones.
- Contiene los nutrientes mejor equilibrados y de mejor digestión.
- Se adapta a las necesidades de cada bebé.
- Tranquiliza tras el parto.
- Aporta protección inmunológica frente a diversas infecciones.
- Se producen menos infecciones respiratorias.
- Siempre se administra en condiciones óptimas de temperatura.
- Está exenta de contaminación bacteriana evitando trastornos gastrointestinales.
- Permite una mejor absorción de vitaminas y hierro.
- Es la mejor indicada para bebés prematuros.
- Cuida la piel del bebé.
- Evita la obesidad futura.
- Permite un buen desarrollo de la estructura bucal y dental.
- La leche materna puede conservarse en el congelador o en la nevera tras ser extraída, y luego ser utilizada por otra persona (papá). (En casos de madres trabajadoras o madres de bebés que han tenido que ser hospitalizadas).