

¿Por qué amamantar?

Es lo mejor para su bebé. No existe nada mejor.

- La leche materna es rica en vitaminas y nutrientes que su bebé necesita. Fortalece el sistema inmunitario de su bebé y le ayuda a desarrollar el cerebro.
- La leche materna es más fácil de digerir que la leche de fórmula, lo que causa menos vómito y diarrea.
- Los bebés amamantados son menos propensos a ser obesos en etapas posteriores de la vida.
- Los bebés amamantados son menos propensos a contraer infecciones y desarrollar asma, algunos tipos de cáncer, diabetes y síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).

Es lo mejor para usted.

- Amamantar ayuda al cuerpo a recuperarse del embarazo y del parto, contrae el útero a su tamaño regular y disminuye el sangrado posterior al parto.
- La lactancia materna disminuye el riesgo de tener diabetes, cáncer de ovario y algunos tipos de cáncer de mama.
- Amamantar le ayuda a crear vínculos afectivos con su bebé.
- Amamantar puede ayudar a prevenir la depresión.
- Amamantar le ahorra tiempo. A diferencia de la leche de fórmula, la leche materna siempre está a la temperatura adecuada y no es necesario lavar ni esterilizar biberones.
- Amamantar le ahorra dinero. La leche materna es todo lo que su bebé necesita durante los primeros seis meses de vida; esto le permite ahorrar cientos de dólares que usted habría usado para comprar leche de fórmula.
- Los bebés amamantados suelen ser más sanos, lo que significa menos ausencias en el trabajo.

Es lo mejor para las comunidades:

- Amamantar reduce los costos asociados con las enfermedades.
- Amamantar aumenta la productividad y, a su vez, reduce la cantidad de licencias por enfermedad.
- Amamantar es bueno para el medio ambiente. A diferencia de la leche de fórmula para bebés, con la leche materna no se utilizan recursos para la producción, el empaque, el transporte ni para la eliminación de desechos.

