



Beneficios de la Lactancia materna

únete por la niñez

unicef 

¿Porqué amamantar?

- La leche materna el mejor alimento y el más nutritivo para los bebés
- Amamantar tiene beneficios para la salud de la madre y del niño, protegiéndoles de enfermedades
- La lactancia crea un lazo único entre la madre y su bebé



Si la tasa de lactancia materna exclusiva



EMPEORA

- índice de morbilidad
- Índice de mortalidad infantil
- Índice de desnutrición infantil

Si la tasa de lactancia materna exclusiva



MEJORA

- índice de morbilidad
- Índice de mortalidad infantil
- Índice de desnutrición infantil



únete por
la niñez



unicef 

Consejos para una lactancia exitosa

- Iniciar la lactancia en la primera media hora después del parto
- Amamantar sin restricciones, cada vez que el bebé lo pida
- En los primeros 6 meses, alimentar el bebé sólo con leche materna, sin introducir aguas, coladas o jugos
- Complementar la leche materna con alimentos locales y adecuados a partir de los 6 meses y mantenerla hasta los 2 años de edad

únete por
la niñez



unicef 

Sabías que...

Amamantar...

1. Reduce el riesgo de depresión post-parto
2. Reduce el riesgo de anemia
3. Ayuda a bajar de peso
4. Previene el cáncer de mama, de ovario y el riesgo de osteoporosis después de la menopausia



La leche materna...

1. Contiene todos los nutrientes que el bebé necesita para crecer y desarrollarse sano, fuerte e inteligente
2. Contiene anticuerpos especiales que protegen al bebé contra infecciones respiratorias, gripe, asma, infecciones de oído, diarreas, alergias y otras enfermedades
3. Reduce el riesgo de malnutrición infantil
4. Es de fácil digestión y evita el estreñimiento



Únete por el bienestar de los niños y niñas de Ecuador

únete por
la niñez

