

Lactancia Materna

La lactancia materna es la mejor forma de alimentar a los bebés para su crecimiento y desarrollo físico, ya que proporciona nutrientes esenciales, incluyendo grasas, carbohidratos, proteínas, vitaminas, minerales y anticuerpos. La Academia Americana de Pediatría recomienda que los infantes sean amamantados de manera exclusiva los primeros seis meses de vida.

Beneficios de la lactancia:

Para el bebé:

- Los anticuerpos ayudan a prevenir enfermedades.
- Ayuda al desarrollo físico, cognitivo y social.
- Previene problemas de peso.
- Fomenta el apego seguro y crea un vínculo emocional saludable.

Para la mamá:

- Facilita la recuperación postparto.
- Contribuye a la salud y a una sensación de bienestar general.
- Ayuda a reducir el peso adquirido durante el embarazo.
- Disminuye el riesgo de padecer de cáncer de mama y ovarios.

Lactar a un bebé es un acto de amor, pero también puede presentar algunos desafíos. Algunos bebés pueden enfrentar dificultades para lactar debido a defectos congénitos de la boca (labio leporino o paladar hendido), problemas para succionar, problemas digestivos, nacimiento prematuro o condición físicas débiles. Para responder todas tus preguntas sobre la lactancia, comunícate con tu ginecólogo obstetra, pediatra o consejera/consejero de lactancia.

Referencias:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000639.htm>