



Importancia de la Lactancia Materna



Importancia para Bebé

- Más fácil de digerir y es la comida perfecta
- Cambia para cubrir las crecientes necesidades de bebé
- Ayuda a prevenir el síndrome de muerte súbita infantil (SIDS)
- Hace al bebé más inteligente (alta Coeficiente Intelectual)
- Mejora la cicatrización
- Disminuye el riesgo de obesidad
- Disminuye el riesgo de algunos cánceres infantiles
- Disminuye el riesgo de la diabetes (tipo 1 y 2)
- Disminuye el riesgo de enfermedades digestivas (celíaca, Crohn, etc.)

Importancia para Mamá

- Ayuda con la pérdida de peso después del nacimiento de bebé
- Protege contra el cáncer de senos y ovarios
- Protege contra la osteoporosis
- Disminuye el riesgo de enfermedad cardíaca y diabetes
- Disminuye el riesgo de la artritis reumatoide
- Disminuye el riesgo de depresión posparto
- Da a mamá tiempo de relajarse y tranquilamente vincular con el bebé
- Ahorra tiempo y dinero al eliminar el uso de fórmula y biberones.



Los bebés deben de amamantar de 1 a 2 años. Empiece a ofrecer comida sólida alrededor de seis meses. *Recomendado por la Academia Americana de Pediatría y la Organización de Salud Mundial.*



**OKLAHOMA
BREASTFEEDING
RESOURCE CENTER**

Riesgos de la Alimentación con Fórmula

Cuando las madres no amamantan ellas usan fórmulas infantiles. La Organización de Salud Mundial recomienda que los padres sepan sobre los riesgos de salud al usar fórmula. Para ayudarlo a tomar una decisión más informada sobre la alimentación de su bebé, éste folleto tiene evidencia de investigación que muestra los riesgos de la alimentación con fórmula.

Mayor riesgo de muerte a causa de enfermedades.

Los bebés que toman fórmula tienen un mayor riesgo de muerte a causa de enfermedades como diarrea e infecciones pulmonares.

Mayor riesgo de muerte súbita infantil

Los bebés que son alimentados con fórmula tienen el doble de posibilidad de morir a causa de la muerte súbita infantil (SIDS)

Mayor riesgo de obesidad

Los niños que son alimentados con fórmula tiene casi el 40 porcentaje de probabilidad de estar obesos que los niños que amamantan -- aun después de tomar en cuenta otras cosas que puedan explicar por qué alguna persona pueda estar sobre peso.

Mayor riesgo de diabetes

Alimentación con fórmula aumenta el riesgo de desarrollar diabetes a lo largo de su vida.

Mayor riesgo de cánceres infantiles

Los niños que no han sido amamantados tienen más probabilidad de desarrollar leucemia y otros cánceres que los niños que fueron alimentados leche materna solamente.

Mayor riesgo de enfermedad cardíaca

La lactancia materna puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedad cardíaca al mantener los niveles del colesterol bajos a lo largo de la vida. También ha mostrado que los de niños de 13 a 16 años que fueron alimentados con fórmula tienen presiones arteriales más altas que los niños que recibieron leche materna.

Riesgo de disminución de inteligencia

Los niños que amamantan obtienen mejores resultados en las pruebas de inteligencia que los niños que fueron alimentados con fórmula.

Mayor riesgo de enfermedades crónicas

Alimentación con fórmula se relaciona con el aumento de riesgo de diabetes del Tipo 1 y enfermedades intestinales.

Mayor riesgo de infecciones del oído

Los bebés que son alimentados con fórmula tienen el 50 porcentaje de probabilidad de desarrollar infecciones que los bebés que reciben solamente leche materna.

Mayor riesgo de alergias

Alimentación con fórmula se relaciona con más probabilidades de eczema, alergias a la comida, alergias heredadas y alergias que afectan la respiración como fiebre del heno.

Mayor riesgo de asma

Los bebés que son alimentados con fórmula tienen la probabilidad de 40 a 50 porcentaje de desarrollar asma o sibilancia.

Mayor riesgo de infecciones pulmonares

Los niños que son alimentados con fórmula tienen 17 veces más probabilidad de desarrollar neumonía que los niños que recibieron solamente leche materna de infantes.

Mayor riesgo de diarrea

Los bebés que son alimentados con fórmula tienen el doble de probabilidad de tener diarrea que los bebés que amamantan.

Mayor riesgo de infección de fórmula contaminada

Los bebés se enferman bastante y algunos se han muerto por los gérmenes dañinos dentro de la fórmula. Algunas fórmulas no pueden ser esterilizadas.

Mayor riesgo de efectos de venenos en el medio ambiente

La lactancia materna reduce los peligrosos efectos en la salud de los niños a casusa de venenos en el medio ambiente.



Adapted from INFACT Canada's Fourteen Risks of Formula Feeding : A Brief Annotated Bibliography by the Breastfeeding Action Group in Corner Brook, Newfoundland.



**OKLAHOMA
BREASTFEEDING
RESOURCE CENTER**