

La leche materna es lo mejor para los bebés

- La leche materna cambiará para satisfacer las necesidades de su bebé, lo que la hace el mejor alimento que usted puede darle a su bebé.



- La mayoría de la leche artificial para bebés se elabora con leche de vaca o de soya, y no contiene los ingredientes protectores que se encuentran naturalmente en la leche materna.



La Academia Americana de Pediatría recomienda que las mujeres alimenten con pecho a sus bebés por lo menos durante los primeros 12 meses. Después del año de edad, se puede seguir alimentando con pecho hasta cuando lo deseen la madre y el niño.

¿Tiene alguna pregunta sobre la alimentación con pecho?

Llame a la oficina local de WIC o al 1-800-514-6667.

Con gusto nos reuniremos con usted para contestar cualquier pregunta o inquietud que tenga respecto a la alimentación con pecho. WIC quiere que usted y su bebé estén tan sanos como sea posible.



Esta institución ofrece igualdad en las oportunidades de servicios para todos.



© 2005 Departamento Estatal de Servicios de Salud.
Sección de Servicios de Nutrición. Todos los derechos reservados.

stock no. 13-184A Actualizado el 01/05

La leche materna:

más que
sólo un
alimento



Alimentar con pecho es mucho más que sólo el alimento de su bebé. La leche materna está diseñada para proteger a su bebé contra enfermedades y ayudarlo a crecer normalmente. También es una actividad llena de amor y cariño y es el punto de partida de su papel como buena madre.

Su leche es como medicina para el bebé

- Su leche contiene ingredientes protectores que reducen el riesgo de que su bebé sufra infecciones, diarrea, estreñimiento, alergias, asma, síndrome de muerte súbita infantil (SMSI), diabetes y algunos tipos de cáncer.
- La leche artificial para bebés (fórmula para bebés) no tiene estos ingredientes protectores.
- Su leche cambia para satisfacer las necesidades del bebé conforme va creciendo.

Alimentarse con pecho ayuda a su bebé a crecer normalmente

- El bebé necesita la leche materna para el crecimiento normal del cerebro y para su desarrollo oral y facial.
- Alimentar con pecho a su bebé reducirá el riesgo de que el niño sufra sobrepeso u obesidad en el futuro.



Alimentar con pecho es mejor para su salud

- Alimentar con pecho reducirá su riesgo de sufrir cáncer del pecho y de los ovarios.
- Le puede ayudar a bajar de peso más rápidamente.
- Retrasa la ovulación y la menstruación, reduciendo el riesgo de quedar embarazada otra vez demasiado pronto.
- Alimentar con pecho hace que el cuerpo produzca una hormona que la ayuda a sentirse tranquila y relajada.
- La cercanía física y emocional que ocurre al alimentar con pecho le da la oportunidad de formar lazos de apego entre usted y su bebé.

Alimentar con pecho es lo mejor para su familia

- No tendrá que comprar biberones y tal vez tenga menos cuentas médicas, ya que es más probable que su bebé sea más sano.
- La leche materna siempre está disponible, algo muy importante en una emergencia.



Alimentar con pecho es conveniente

- No hay biberones que esterilizar, ni leche artificial que mezclar ni calentar; la leche materna siempre está lista y a la temperatura correcta.
- Le permite tener una mano libre para leerle un libro a otro niño.
- Con práctica, podrá alimentar con pecho en cualquier lugar.



Alimentar con pecho es lo mejor para el medio ambiente

- La leche materna es un recurso natural. No necesita agua, energía, derroche de envolturas, gastos de envío ni almacenamiento.

La leche materna es lo mejor para todos

Todas las madres quieren lo mejor para sus bebés, y la leche materna es lo mejor para todos los bebés.

- La leche materna se recolecta y almacena en bancos de leche en todo el mundo para dar a los bebés enfermos y prematuros. Los bebés que se alimentan con esta leche tienen una mejor oportunidad de sobrevivir y desarrollarse bien.