

LOS 10 MOTIVOS MÁS IMPORTANTES PARA DARLE PECHO A SU BEBÉ

1. ¿Los pechos? Existe una razón muy importante por la cual tenemos pechos. ¡Los pechos existen para amamantar a su bebé!



2. El Costo. Aunque se incluya el costo de la compra de un sacaleche y una cita ocasional con un especialista en lactancia, dar pecho cuesta 10 veces menos que comprar leche de fórmula anualmente. Cuando su bebé cumpla dos años usted se habrá ahorrado un total de casi \$4000.

3. La leche humana existe para niños humanos. La leche materna está diseñada específicamente para su bebé. ¿Sabía usted que el contenido y la consistencia de su leche se ajusta según las necesidades de su bebé?

4. Mejor para su bebé. Darle pecho a su bebé disminuye las probabilidades de alergias, asma, infecciones de oído, infecciones de las vías urinarias, la diabetes, las caries, y síndrome de muerte infantil súbita (por sus siglas en inglés, SIDS). La leche materna protege a los bebés contra la diarrea, meningitis bacterial, infecciones respiratorias y desarrollo de ciertos cánceres infantiles. Además, se ha comprobado que aumenta el coeficiente intelectual (CI) de su bebé.



Lo ideal es darle pecho a su bebé. Su leche es el alimento perfecto para su bebé. ¡Considere amamantar a su bebé!

Para mayor información, llame a la Línea para la Salud de la Familia 1-800-451-BABY (2229) o la Línea de Información Prenatal en Español 1-800-504-7081

5. Mejor para la madre. En los años previos a la menopausia, dar pecho por 6 – 24 meses disminuye el riesgo de desarrollo de cáncer del endometrio, cáncer de mama, cáncer del ovario y osteoporosis.

6. Es Conveniente. La leche materna siempre está preparada y disponible. Se produce al exigirla las 24 horas del día, 7 días a la semana, y está convenientemente disponible en dos sitios.

7. La leche materna es lo mejor de la naturaleza. El gasto que hacen las compañías anualmente para fabricar formula infantil que se iguale a la leche materna es de millones de dólares. La leche materna se compone de más de 200 ingredientes, de los cuales los científicos no han podido identificar ni la mitad. Esto significa que no pueden recrear la leche natural en un formula infantil.

8. ¡Póngase en forma! Los estudios comprueban que las mujeres que amamantan a sus bebés en los primeros 6 meses de dar a luz, pierden más peso sin hacer dieta que a las mujeres que no amamantan a sus bebés.

9. Ayude al planeta. Darle pecho a su bebé es lo mejor para el medio ambiente. No hay que lavar vasos ni esterilizar biberones. No hay nada que almacenar y nada que desechar.

10. Forme lazos con su bebé. Todos los bebés necesitan del calor de su mamá. Pasar tiempo con su bebé amamantándolo le permite formar lazos que durarán por siempre.

La evidencia científica continua aumentando, favoreciendo la superioridad de la leche materna a cualquier otra forma de alimentación para el bebé.

Es de suma importancia saber donde encontrar información y apoyo para fomentar los lazos con su bebé al amamantarlo.

La Leche League International (LLL)

www.lalecheleague.org

Broward / Miami-Dade LLL Phone Line

954-574-6600

WIC Breastfeeding Helpline (WIC Clients Only)

786-336-1336



Healthy Start Coalition of Miami-Dade
701 S.W. 27th Avenue, Suite 1401, Miami, FL 33135
Tel (305) 541-0210 ■ Fax (305) 541-0213
www.hscmd.org