



LACTANCIA MATERNA

La leche materna aporta los nutrientes necesarios para un crecimiento y desarrollo adecuado, además tiene la suficiente cantidad de sustancias inmunológicas que fortalecerán las defensas del bebé. Debe darse exclusivamente hasta los 6 meses y luego, continuar con la lactancia hasta los dos años de edad.

Beneficios de la #LecheMaterna para el bebé



Defensas



Fácil absorción
intestinal



Nutrientes de
calidad



La leche nocturna
ayuda a su descanso
y crecimiento

Beneficios de la Lactancia para la mamá



Menor riesgo de
presentar cáncer
de mama.



Protección
contra osteoporosis.



Iniciando la lactancia en
los primeros minutos de nacido
el bebé su útero o matriz se
contrae fuertemente y
disminuye la posibilidad de
que tenga hemorragia.



Etapas de la #LecheMaterna

Calostro

del 3° al 5° día

Transición

del 5° al 10°

Madura

del 10° al final de la lactancia



La leche materna se
digiere en 90 minutos



Alimenta a tu bebé
durante el día y la noche
cada 3 horas.



Primeros 6 meses
aliméntalo exclusivamente
con leche materna

FUENTE: MINSA