



La importancia de la lactancia materna



Los bebés que son amamantados, en comparación con aquellos alimentados con fórmula o leche artificial, tienen menos probabilidades de sufrir infecciones de oído, diarrea, alergias, obesidad o desarrollar diabetes.



La lactancia materna ayuda a recuperarse más rápidamente del parto, haciéndole quemar calorías. También disminuye sus probabilidades de contraer ciertos tipos de cáncer y enfermedades cardíacas.



Es una opción mucho más económica, ya que no tiene que comprar fórmula o leche artificial, ni otros productos empaquetados.

¿Tendré leche tan pronto como nazca mi bebé?

- Sí, primero producirá calostro que es espeso y amarillo, pero que tiene muchos anticuerpos, proteínas y vitaminas para proteger a su bebé, especialmente en los primeros días.
- Cuanto más amamante, más leche producirá su cuerpo. Especialmente cuando su bebé esté creciendo más rápidamente alrededor de los siete a diez primeros días, dos a tres semanas, seis semanas y tres meses de edad.



 eisnerhealth.org

 [@EisnerHealth](https://www.facebook.com/EisnerHealth)

 [@eisner_health](https://www.instagram.com/eisner_health)