

LACTANCIA MATERNA



TECNOLÓGICO NACIONAL DE MÉXICO



MICHOACÁN
Está en ti

*“LA LECHE MATERNA ES EL MEJOR ALIMENTO
PARA NIÑOS Y NIÑAS DURANTE SUS PRIMEROS 6
MESES DE VIDA”*



LA OMS Y UNICEF

MENCIONAN QUE LA LACTANCIA MATERNA LES PROPORCIONA A LOS BEBÉS TODOS LOS NUTRIENTES QUE NECESITAN PARA CRECER Y QUE SU SISTEMA INMUNOLÓGICO SE DESARROLLE PLENAMENTE.

RECOMIENDAN QUE LA LECHA MATERNA SEA EL ALIMENTO EXCLUSIVO DE LOS BEBÉS RECIÉN NACIDOS HASTA LOS 6 MESES DE EDAD, Y QUE HASTA LOS 2 AÑOS SE ALIMENTEN CON UNA COMBINACIÓN DE LA MISMA CON ALIMENTOS ADECUADOS Y NUTRITIVOS PARA SU EDAD

LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA

ES UN TIPO DE ALIMENTACIÓN QUE CONSISTE EN QUE EL BEBÉ SOLO RECIBA LECHE MATERNA Y NINGÚN OTRO ALIMENTO SÓLIDO O LÍQUIDO A EXCEPCIÓN DE SOLUCIONES REHIDRATANTES, VITAMINAS, MINERALES O MEDICAMENTOS.

OMS Y UNICEF RECOMIENDAN QUE ESTA SE MANTENGA DURANTE LOS PRIMEROS SEIS MESES DE VIDA Y SE SUGIERE QUE ESTA INICIE EN LA PRIMERA HORA DE VIDA DESPUÉS DEL PARTO, QUE SEA A LIBRE DEMANDA Y SE EVITE EL USO DE FÓRMULAS INFANTILES.

- **EN MÉXICO, SOLAMENTE 1 DE CADA 3 BEBÉS RECIBE LECHE MATERNA COMO ALIMENTO EXCLUSIVO HASTA LOS 6 MESES. MUCHOS RECIBEN ALIMENTOS O LÍQUIDOS ADICIONALES DESDE SU PRIMER MES DE VIDA COMO FÓRMULAS, LECHE DE VACA U OTRO ANIMAL Y BEBIDAS AZUCARADAS.**



BENEFICIOS PARA LAS Y LOS BEBÉS

AYUDA A PREVENIR INFECCIONES GASTROINTESTINALES Y RESPIRATORIAS, OBESIDAD, DIABETES, LEUCEMIA, ALERGIAS, CÁNCER INFANTIL, HIPERTENSIÓN Y COLESTEROL ALTO.

LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS QUE SON ALIMENTADOS AL SENO MATERNO TIENEN MENOR RIESGO DE MORTALIDAD EN EL PRIMER AÑO DE VIDA QUE QUIENES QUE NO LO SON.

BENEFICIOS PARA LAS MAMÁS

A CORTO PLAZO, AYUDA A SU RECUPERACIÓN FÍSICA, POR EJEMPLO, DISMINUYE EL RIESGO DE HEMORRAGIA DESPUÉS DEL NACIMIENTO Y REDUCE EL RIESGO DE DEPRESIÓN POST- PARTO.

A LARGO PLAZO, CONTRIBUYE A DISMINUIR LAS PROBABILIDADES DE DESARROLLAR CÁNCER DE OVARIO, CÁNCER DE MAMA, DIABETES TIPO II, HIPERTENSIÓN, ATAQUES CARDÍACOS, ANEMIA Y OSTEOPOROSIS.

BENEFICIOS PARA LA SOCIEDAD

CONTRIBUYE AL DESARROLLO DE LOS PAÍSES YA QUE AYUDA A DISMINUIR COSTOS PARA ATENDER ENFERMEDADES COMO DIABETES, CÁNCER, HIPERTENSIÓN, ENTRE OTRAS.

EN MÉXICO, SE ESTIMA QUE EL COSTO ASOCIADO A LA SALUD DE LA NIÑA O EL NIÑO POR UNA MALA PRÁCTICA DE LACTANCIA MATERNA VA DE \$745.6 MILLONES A \$2,416.5 MILLONES ANUALES, Y DE ESTAS CIFRAS EL COSTO DE LA FÓRMULA INFANTIL REPRESENTA DEL 11 AL 38%.

La lactancia materna ayuda en el cuidado del medio ambiente pues no produce desechos ya que evita el uso de materiales contaminantes para publicidad, envasado y transporte.



Gracias por su atención
ATT: Sistema de Gestión de Igualdad de Género



TECNOLÓGICO NACIONAL DE MÉXICO



MICHOACÁN
Está en ti