



LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia comienza después del nacimiento y puede prolongarse tanto como la madre y el bebé quieran, aunque pasados los seis primeros meses haya que introducir otros alimentos para completar la dieta.

Los tipos de lactancia pueden ser:

- Materna o biológica, cuando se basa en la leche humana, normalmente la de su madre.
- Parcial, cuando el bebé recibe simultáneamente la leche de su madre y leche artificial.
- Artificial: preparados lácteos específicos para bebés.

Alimentarse del pecho materno es la forma más natural, ya que le proporciona al bebé la cantidad adecuada de nutrientes y éstos se encuentran de la mejor forma para que puedan ser digeridos más fácilmente. Por tanto, la leche de la madre es el mejor alimento para el bebé.

Durante el embarazo, es conveniente ir pensando qué tipo de lactancia se desea para vuestro hijo o hija. Esta decisión se debe de tomar después de informaros de las ventajas e inconvenientes de cada tipo de lactancia.

No obstante, sea cual sea la elección, lo más importante para el bebé, además de la leche, es que reciba todo vuestro cariño y ternura.

Apoyo:



Socios:

