

La *lactancia materna* es el modo natural de alimentar a tu bebé.

Según las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la *lactancia materna* debe ser:

- exclusiva hasta los 6 primeros meses de vida;
- con otros alimentos hasta los dos años de edad y después de los dos años, hasta que la criatura y la madre lo deseen.

La *leche materna* es la base de una alimentación sana, correcta y equilibrada. Además, está disponible en todo momento, es gratuita y se presenta caliente, higiénica y a punto de consumir.



COLEGIO DE FARMACEUTICOS  
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE  
1ª circunscripción

**Para más información y asesoramiento  
puede comunicarse con:**

- Hospital de Niños "Dr. O. Alassia"  
(lunes a viernes de 10 a 12 hs. y los miércoles las 24 hs.)  
Tel. (0342) 4505999
- Comité de Lactancia Materna. Sociedad Argentina de Pediatría, Filial Santa Fe.  
Tel. (0342) 4592405. E-mail:  
comitelactanciasap@hotmail.com
- Comité de Lactancia Materna del Hospital "Dr. J. B. Iturraspe"  
Tel. (0342) 4575757 / 06 / 01  
de lunes a viernes por la mañana

# LACTANCIA MATERNA...

*favorece un buen  
comienzo de la vida*

*Amamantar  
es mucho más que  
alimentar*

# La Lactancia y sus beneficios

## Para el bebé

### Protege de...

- muerte súbita,
- infecciones y alergias,
- trastornos del crecimiento, problemas de obesidad y desnutrición.

### Mejora el...

- desarrollo neurológico e intelectual, psicológico y social.

Además... es analgésico.

## Para la mamá

### Previene de...

- cáncer mamario y de ovario,
- depresión posparto,
- osteoporosis,
- hemorragias posparto,
- otro embarazo muy pronto.

### Favorece una...

- rápida recuperación posparto.

*Es un vínculo único entre madre e hijo.*

Si bien la lactancia es una práctica entre la mamá y el bebé, toda la familia debe colaborar para que sea exitosa.

## Eliminemos falsas creencias:

- No existen leches aguadas, buenas o malas. Cada mamá produce la leche adecuada para su bebé.
- Los pechos pequeños no impiden la lactancia.
- No produce deformidades de los pechos.
- Cuando la mamá se reintegra al trabajo, puede seguir amamantando.
- No son necesarios los horarios o tiempos de amamantamiento.
- Si el bebé llora no es sólo porque se queda con hambre.
- El bebé no usa el pecho como chupete, quiere y necesita estar con su mamá no sólo para alimentarse.
- La lactancia más de 12 meses no es perjudicial ni para el niño ni para la madre.

*La leche materna es un recurso inagotable...  
mientras el bebé succione, siempre se produce y  
además favorece a la ecología... no necesita  
ningún envase que contamine el medio ambiente.*