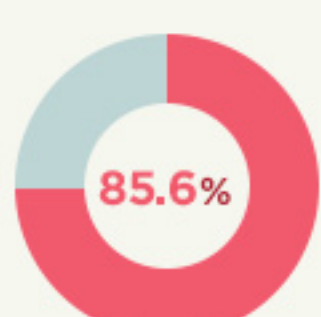


LACTANCIA MATERNA EN MÉXICO

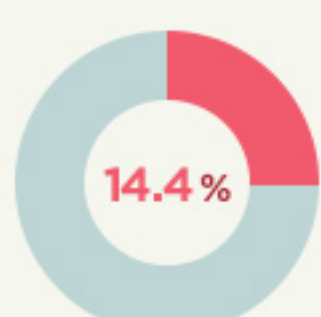


7 de cada 10

Mujeres en México sustituyen la leche materna por leche de fórmula¹



De las mujeres mexicanas abandona la lactancia exclusiva durante los primeros seis meses de vida de su hijo



Es el promedio de lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida en México, el más bajo en Latinoamérica²

Duración aproximada de la lactancia materna en México

10 meses



LACTANCIA MATERNA

La mejor estrategia para prevenir la mortalidad infantil

Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda:



1

Lactancia exclusiva hasta los **6 meses** de edad del bebé

2

Lactancia continuada durante **2 años** o más si la madre y el niño lo desean³

NIÑOS AMAMANTADOS SON MENOS PROPENSOS A SUFRIR...

- Enfermedades respiratorias
- Diabetes
- Problemas de peso
- Caries dental
- Síndrome de muerte súbita del lactante⁴



- Infecciones del oído
- Alergias
- Problemas estomacales como gases, diarrea y estreñimiento
- Enfermedades de la piel como dermatitis (*inflamación de la piel que consiste en erupciones pruriginosas y descamativas*)

MUJERES QUE AMAMANTAN TIENEN...

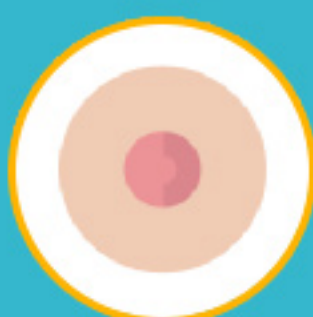
- Mayor pérdida de peso en los primeros meses postparto
- Menor riesgo de desarrollar cáncer de mama u ovario, diabetes, osteoporosis, enfermedades cardiovasculares y obesidad⁵



- Menor trabajo doméstico al no preparar leche de fórmula ni lavar biberones
- Ahorro económico, pues no se requiere comprar fórmula para bebé⁴

LECHE MATERNA

- Posee cantidades adecuadas de carbohidratos, proteínas, grasas, minerales, vitaminas y hormonas necesarias para el desarrollo del bebé



- Proporciona anticuerpos que protegen la salud del bebé

¿CUÁNDO NO AMAMANTAR?

Afecciones que hacen que la lactancia materna no sea segura para el bebé:

- Infección por virus de inmunodeficiencia humana (VIH) o síndrome de inmunodeficiencia adquirida (sida)
- Cuando la madre requiere someterse a quimioterapia o tomar ciertos medicamentos⁵



Referencias

1 Universidad de Guadalajara

2 Revista FORBES México

3 Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012

4 MedlinePlus. Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos

5 KidsHealth from Nemours

