

Fuente: Radio Programas del Perú

Fecha: 06 de junio de 2011

Título: Leche materna: El mejor alimento para los niños

Link: [http://www.rpp.com.pe/2011-06-06-leche-materna-el-mejor-alimento-para-los-ninos-noticia\\_372926.html](http://www.rpp.com.pe/2011-06-06-leche-materna-el-mejor-alimento-para-los-ninos-noticia_372926.html)

## Leche materna: El mejor alimento para los niños

Lunes, 06 de Junio 2011 | 5:45 pm



**EFE /**

La leche materna no sólo garantiza el crecimiento, desarrollo e inteligencia del niño sino que fortalece el vínculo afectivo entre la madre y su niño.

Si todos los niños y niñas fueran alimentados exclusivamente con lactancia desde el nacimiento, sería posible salvar cada año aproximadamente 1.5 millones de vidas

Rosa Lara

“Las madres tienen en su seno ese alimento y esa fuerza para que los pequeños seres humanos se conviertan en hombres fuertes y saludables que supera a cualquier fórmula. La leche materna es la mejor fuente de nutrición para los bebés, ya que contiene nutrientes necesarios (proteínas, grasas, azúcares, minerales y vitaminas) para su desarrollo”, destacó la Decana del Colegio Nacional de Obstetras del Perú (COP), Rosa Elena Lara Valderrama.

**Beneficios de la leche materna:**

- La primera leche que elabora la madre después del parto denominada calostro tiene alta concentración de inmunoglobulinas, ésta protege y cubre el sistema digestivo del recién nacido, y lo ayuda a expulsar el meconio (materia que elimina el intestino), lo cual lo ayuda a prevenir la acumulación de bilirrubina.
- La leche materna evita que el bebé contraiga infecciones, enfermedades a la piel, enfermedades respiratorias, alergias, desnutrición y, en su vida juvenil o adulta, obesidad, diabetes, deficiencia de nutrientes, arteriosclerosis, infarto de miocardio y enfermedad de Crohn.
- Las madres que dan de lactar a sus hijos también tienen menor riesgo de sufrir de depresión, hipertensión, cáncer de mama, cáncer de ovario y osteoporosis.

“Si todos los niños y niñas fueran alimentados exclusivamente con lactancia desde el nacimiento, sería posible salvar cada año aproximadamente 1.5 millones de vidas”, precisó Lara Valderrama.

Y esas vidas no sólo se salvarían, sino que mejoraría sus condiciones actuales, debido a que la leche materna es el alimento perfecto para el niño durante los primeros seis meses de vida en forma exclusiva y hasta los dos años en forma complementaria, explicó la especialista.