



Vehículo: El Siglo

Fecha: 11 de marzo de 2014

Título: Amamántalo y optimiza su crecimiento

Link: <http://www.elsiglodedurango.com.mx/noticia/497849.amamantalo-y-optimiza-su-crecimiento.html>

Amamántalo y optimiza su crecimiento

La leche materna es inocua y contiene anticuerpos que ayudan a proteger a los lactantes de enfermedades frecuentes de la infancia como la diarrea y la neumonía, que son las dos causas principales de mortalidad en la niñez en todo el mundo. (ARCHIVO)

La Secretaría de Salud Jalisco (SSJ) informó que es recomendable la lactancia materna como una forma inigualable de facilitar el alimento ideal para el crecimiento y desarrollo correcto de los niños

Precisó que el calostro es la primera leche que producen los senos, es de consistencia espesa y amarillenta y se produce al término del embarazo; como el alimento perfecto para el recién nacido, y su administración debe comenzar en la primera hora de vida.

Detalló que está lleno de grasas, proteínas y anticuerpos que protegen al bebé de infecciones y activan su sistema inmunológico.

Indicó que la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, por sus siglas en inglés) recomiendan como imprescindible la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses del recién nacido.

Agregó que después debe complementarse con otros alimentos como purés de frutas y verduras, hasta un mínimo de dos años.

Señaló que la producción de leche materna comienza después de las 48 a 96 horas siguientes al parto.

Agregó que la leche materna es inocua y contiene anticuerpos que ayudan a proteger a los lactantes de enfermedades frecuentes de la infancia como la diarrea y la neumonía, que son las dos causas principales de mortalidad en la niñez en todo el mundo.

Puntualizó que la leche materna garantiza que el lactante tenga alimento suficiente y disponible.

Apuntó que en la madre reduce el riesgo de cáncer de mama y de ovario en el futuro; ayuda a las mujeres a recuperar más rápidamente su peso anterior al embarazo y reduce el índice de obesidad.

Afirmó que además de los beneficios inmediatos para los niños, la lactancia materna propicia una buena salud durante toda la vida.

Subrayó que los adolescentes y adultos que fueron amamantados de niños tienen menos tendencia a sufrir sobrepeso u obesidad, son también menos propensos a sufrir diabetes tipo 2 y obtienen mejores resultados en las pruebas de inteligencia