

Importancia de la **LACTANCIA MATERNA**

La lactancia materna es un lazo profundo que nutre cuerpo y alma. Va más allá de lo físico, fortaleciendo vínculos emocionales y mentales. Es un acto de amor y cuidado que beneficia tanto al bebé como a la madre, y que tiene un impacto positivo duradero en la salud y el bienestar de ambos.



1.- Desarrollo del bebé

Durante la lactancia, la leche materna nutre el crecimiento óptimo del bebé, fortalece su sistema inmunológico y promueve el vínculo emocional con la madre. La succión activa estimula el desarrollo oral y facial, beneficiando futuras habilidades.

2.- Beneficios para la madre

La lactancia materna reduce riesgos de cáncer, promueve recuperación posparto, pérdida de peso y bienestar emocional. Fortalece el vínculo con el bebé y reduce enfermedades cardiovasculares.



3.- Importancia para el sueño

La lactancia materna facilita el sueño al promover la liberación de hormonas relajantes. El contacto piel con piel regula el ritmo cardíaco del bebé, favoreciendo un sueño tranquilo y reparador para ambos.

4.- Beneficios emocionales

La lactancia materna fortalece el vínculo emocional, generando seguridad, amor y conexión. El contacto piel con piel libera hormonas de bienestar, fomentando una relación de confianza y felicidad mutua.



5.- Importancia para el cerebro

La lactancia materna es crucial para el desarrollo cerebral del bebé, proporcionando nutrientes y ácidos grasos esenciales que promueven el crecimiento neuronal y mejoran la cognición a largo plazo.

LA LACTANCIA ES AMOR

