

# SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA

DEL 1 AL 7 DE AGOSTO

*Proteger la lactancia materna:  
Una responsabilidad compartida*



## BENEFICIOS EN EL BEBÉ

- Protege contra enfermedades
- Composición según necesidades
- Funciones cognitivas
- Vínculo madre-hijo

## BENEFICIOS EN LA MADRE

- Menor riesgo de cáncer de mama
- Menor depresión postparto
- Favorece la pérdida de peso
- Mejora el metabolismo del calcio

## OTROS BENEFICIOS

- Respeto medioambiental
- Reducción de gastos

*Es importante que...*



Sea exclusiva:  
**6 meses**  
(recomendación OMS)



A demanda,  
sin horarios



**Comodidad:**  
postura y agarre



**Ambiente  
tranquilo**

## *Conservación adecuada*

Tra. ambiente	hasta 24h. (óptimo 3-4 h.)
Refrigerado	hasta 72h.
Congelado	hasta 4 meses (12 meses a -19°C)

Alternativas:  
sacaleches y  
bancos de leche

