

La **LACTANCIA**

y los **beneficios** de la **LECHE MATERNA**

Para la madre:

REDUCE

- ▶ la depresión post-parto.
- ▶ el riesgo de anemia.

PREVIENE

- ▶ el cáncer de mama y ovario.
- ▶ el riesgo de osteoporosis.

Para la bebé o el bebé:

CONTIENE

- ▶ todos los **nutrientes** que necesita para crecer y desarrollarse de manera sana fuerte e inteligente.
- ▶ **anticuerpos especiales** que le protegen contra infecciones respiratorias, gripa, asma, infecciones de oído, diarreas, alergias y otras enfermedades.

REDUCE

- ▶ el riesgo de obesidad infantil.

ES DE FÁCIL

- ▶ digestión y evita el estreñimiento.

La **CNDH** a favor de la **LACTANCIA MATERNA**
como **fundamento de la vida.**



CNDH
M É X I C O