© UNICEF / HQ05-1222 / Roger LeMoyne

# La lactancia materna. La esencia de la vida

"Una mejor práctica de la lactancia materna por si sola ayudaría a salvar las vidas de más de 3.500 niños y niñas por día, más que cualquier otra intervención preventiva"

*Declaración de Innocenti del 2005 sobre la alimentación de lactantes y niños pequeños*

## Lo que todos deben saber sobre la lactancia materna*

1 La leche materna es por sí sola el mejor alimento y la mejor bebida que puede darse a un bebé menor de seis meses de edad. Este no precisará ningún otro alimento ni bebida, ni siquiera agua, durante este período.

2 Los recién nacidos deben estar cerca de sus madres y conviene iniciar la lactancia materna dentro de una hora después del parto.

3 La producción de leche aumenta con la frecuencia del amamantamiento. Casi todas las madres pueden amamantar a sus bebés.

4 La lactancia materna contribuye a proteger a los bebés y niños pequeños contra algunas enfermedades peligrosas. También ayuda a crear un vínculo especial entre la madre y el hijo.

5 La alimentación con biberón puede causar enfermedades graves o la muerte. Si una mujer no puede amamantar a su hijo, el lactante debe recibir leche materna o un sucedáneo de la leche materna en una taza limpia.

6 A partir de los seis meses de edad, aproximadamente, el niño debe empezar a recibir una variedad de alimentos complementarios, pero la lactancia materna debe continuar hasta bien entrado el segundo año de vida y prolongarse si es posible.

7 Una mujer que trabaje fuera del hogar puede seguir amamantando a su hijo si lo hace con la mayor frecuencia posible cuando está con el lactante.

8 La lactancia ofrece a la madre una protección del 98% frente al embarazo durante los seis meses siguientes al parto, a condición de que la madre no haya empezado a menstruar de nuevo, de que el bebé mame a menudo tanto de día como durante la noche, y de que el bebé no reciba regularmente otros alimentos y bebidas, o un chupete.

9 Existe un riesgo de que las mujeres conviviendo con el VIH puedan pasar el virus a su infante a través de la leche materna. Estas mujeres deben ser aconsejadas por profesionales de salud capacitados sobre los beneficios y riesgos de todas las opciones de alimentación infantil y deben ser apoyadas en su escogencia.

10 Todas las mujeres tienen el derecho a vivir en un ambiente que proteja, promueva y apoye la lactancia materna, incluyendo su derecho a estar protegidas de las presiones comerciales para que alimenten artificialmente a sus bebés. El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna busca ofrecer la protección necesaria al prohibir la promoción de todos los sustitutos de la leche materna, biberones y tetinas.

* Basado en *Para la Vida,* publicación de UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA y el Banco Mundial.

Design: Gerber Creative, Denmark.

**Encuentre más información sobre la lactancia materna en http://www.unicef.org/spanish/nutrition/index_breastfeeding.html**

**UNICEF**
**Innocenti Research Centre**

unicef 1946 - 2006

© UNICEF / HQ05-1222 / Roger LeMoyne

# La lactancia materna. La esencia de la vida

"Una mejor práctica de la lactancia materna por si sola ayudaría a salvar las vidas de más de 3.500 niños y niñas por día, más que cualquier otra intervención preventiva"

*Declaración de Innocenti del 2005 sobre la alimentación de lactantes y niños pequeños*

## Lo que todos deben saber sobre la lactancia materna*

1 La leche materna es por sí sola el mejor alimento y la mejor bebida que puede darse a un bebé menor de seis meses de edad. Este no precisará ningún otro alimento ni bebida, ni siquiera agua, durante este período.

2 Los recién nacidos deben estar cerca de sus madres y conviene iniciar la lactancia materna dentro de una hora después del parto.

3 La producción de leche aumenta con la frecuencia del amamantamiento. Casi todas las madres pueden amamantar a sus bebés.

4 La lactancia materna contribuye a proteger a los bebés y niños pequeños contra algunas enfermedades peligrosas. También ayuda a crear un vínculo especial entre la madre y el hijo.

5 La alimentación con biberón puede causar enfermedades graves o la muerte. Si una mujer no puede amamantar a su hijo, el lactante debe recibir leche materna o un sucedáneo de la leche materna en una taza limpia.

6 A partir de los seis meses de edad, aproximadamente, el niño debe empezar a recibir una variedad de alimentos complementarios, pero la lactancia materna debe continuar hasta bien entrado el segundo año de vida y prolongarse si es posible.

7 Una mujer que trabaje fuera del hogar puede seguir amamantando a su hijo si lo hace con la mayor frecuencia posible cuando está con el lactante.

8 La lactancia ofrece a la madre una protección del 98% frente al embarazo durante los seis meses siguientes al parto, a condición de que la madre no haya empezado a menstruar de nuevo, de que el bebé mame a menudo tanto de día como durante la noche, y de que el bebé no reciba regularmente otros alimentos y bebidas, o un chupete.

9 Existe un riesgo de que las mujeres conviviendo con el VIH puedan pasar el virus a su infante a través de la leche materna. Estas mujeres deben ser aconsejadas por profesionales de salud capacitados sobre los beneficios y riesgos de todas las opciones de alimentación infantil y deben ser apoyadas en su escogencia.

10 Todas las mujeres tienen el derecho a vivir en un ambiente que proteja, promueva y apoye la lactancia materna, incluyendo su derecho a estar protegidas de las presiones comerciales para que alimenten artificialmente a sus bebés. El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna busca ofrecer la protección necesaria al prohibir la promoción de todos los sustitutos de la leche materna, biberones y tetinas.

* Basado en *Para la Vida,* publicación de UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA y el Banco Mundial.

Design: Gerber Creative, Denmark.

**Encuentre más información sobre la lactancia materna en http://www.unicef.org/spanish/nutrition/index_breastfeeding.html**

**UNICEF**
**Innocenti Research Centre**

unicef 1946 - 2006

© UNICEF / HQ05-1222 / Roger LeMoyne

# La lactancia materna. La esencia de la vida

"Una mejor práctica de la lactancia materna por si sola ayudaría a salvar las vidas de más de 3.500 niños y niñas por día, más que cualquier otra intervención preventiva"

*Declaración de Innocenti del 2005 sobre la alimentación de lactantes y niños pequeños*

## Lo que todos deben saber sobre la lactancia materna*

1 La leche materna es por sí sola el mejor alimento y la mejor bebida que puede darse a un bebé menor de seis meses de edad. Este no precisará ningún otro alimento ni bebida, ni siquiera agua, durante este período.

2 Los recién nacidos deben estar cerca de sus madres y conviene iniciar la lactancia materna dentro de una hora después del parto.

3 La producción de leche aumenta con la frecuencia del amamantamiento. Casi todas las madres pueden amamantar a sus bebés.

4 La lactancia materna contribuye a proteger a los bebés y niños pequeños contra algunas enfermedades peligrosas. También ayuda a crear un vínculo especial entre la madre y el hijo.

5 La alimentación con biberón puede causar enfermedades graves o la muerte. Si una mujer no puede amamantar a su hijo, el lactante debe recibir leche materna o un sucedáneo de la leche materna en una taza limpia.

6 A partir de los seis meses de edad, aproximadamente, el niño debe empezar a recibir una variedad de alimentos complementarios, pero la lactancia materna debe continuar hasta bien entrado el segundo año de vida y prolongarse si es posible.

7 Una mujer que trabaje fuera del hogar puede seguir amamantando a su hijo si lo hace con la mayor frecuencia posible cuando está con el lactante.

8 La lactancia ofrece a la madre una protección del 98% frente al embarazo durante los seis meses siguientes al parto, a condición de que la madre no haya empezado a menstruar de nuevo, de que el bebé mame a menudo tanto de día como durante la noche, y de que el bebé no reciba regularmente otros alimentos y bebidas, o un chupete.

9 Existe un riesgo de que las mujeres conviviendo con el VIH puedan pasar el virus a su infante a través de la leche materna. Estas mujeres deben ser aconsejadas por profesionales de salud capacitados sobre los beneficios y riesgos de todas las opciones de alimentación infantil y deben ser apoyadas en su escogencia.

10 Todas las mujeres tienen el derecho a vivir en un ambiente que proteja, promueva y apoye la lactancia materna, incluyendo su derecho a estar protegidas de las presiones comerciales para que alimenten artificialmente a sus bebés. El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna busca ofrecer la protección necesaria al prohibir la promoción de todos los sustitutos de la leche materna, biberones y tetinas.

* Basado en *Para la Vida,* publicación de UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA y el Banco Mundial.

Design: Gerber Creative, Denmark.

**Encuentre más información sobre la lactancia materna en http://www.unicef.org/spanish/nutrition/index_breastfeeding.html**

**UNICEF**
**Innocenti Research Centre**

unicef 1946 - 2006