

LACTANCIA MATERNA: UN ACTO DE AMOR Y DE SALUD

Estudios en materia de salud revelan que la lactancia materna tiene múltiples beneficios tanto para el bebé como para la madre.

Alimentar al recién nacido al menos por seis meses con seno materno les garantiza un buen desarrollo y de acuerdo a estadísticas de la Organización Mundial de la Salud (OMS), a largo plazo, quienes fueron amamantados tienen menos probabilidades de sufrir sobrepeso y obesidad, además son menos propensos a padecer diabetes tipo 2.

En relación a la madre, es interesante y de vital importancia saber qué; la lactancia



materna ayuda a que el útero regrese más rápido a su tamaño original, contribuye a perder el peso que se ganó durante el embarazo y por si fuera poco, es un factor protector ante la osteoporosis, el cáncer de seno y de ovario

Datos de la Organización Mundial de la Salud han comprobado que el aumento de la lactancia materna a niveles casi universales, podría salvar más de 800 mil vidas al año, la mayoría de ellas de menores de 6 meses; en contra parte se estima que el aumento de la lactancia materna podría evitar 20 mil muertes maternas

al año por cáncer de mama. También hay estadísticas al respecto en nuestro país; donde de acuerdo a la UNICEF, **solamente 3 de cada 10 bebés se alimentan únicamente con leche materna durante sus primeros 6 meses de vida.** Mientras que, en Oaxaca, datos de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (**ENADID**) realizada por el INEGI, advierten que la duración promedio de la lactancia materna a nivel nacional es 8.8 meses; por estados, Oaxaca reporta la mayor duración con 12.6, seguido de Guerrero y Chiapas (11.9 y 11.6, respectivamente).



Sin duda alguna la lactancia es amor y de ahí la invitación de quienes saben, para no pasarla por alto.