

101 Razones para amamantar a su hijo

1. La Academia Americana de Pediatría recomienda que

"La leche humana es la mejor alimentación para todos los niños, incluidos los recién nacidos, prematuros y enfermos. Se recomienda que la lactancia materna continúe durante al menos los primeros 12 meses y, posteriormente, durante el tiempo deseado mutuamente."

2. La lactancia materna promueve la vinculación entre la madre y el bebé

La lactancia materna estimula la liberación de la hormona oxitocina en el cuerpo de la madre. "Ahora es bien sabido que la oxitocina, así como estimular las contracciones uterinas y la eyección de la leche, promueve el desarrollo de la conducta materna y también de la unión entre madre e hijos". Uvnas-Moberg, Eriksson: Lactancia Materna: fisiológico, endocrino y del comportamiento causados por adaptaciones oxitocina y locales actividad neurogénica en el pezón y la glándula mamaria.: Acta Paediatrica, 1996 de mayo, 85 (5) :525-30

3. La lactancia materna satisface las necesidades emocionales del bebé

Todos los bebés necesitan ser cargados. Los estudios han demostrado que los bebés prematuros tienen más probabilidades de morir si no se cargan o acarician. No hay sensación más reconfortante para un niño de cualquier edad que se cargue y se acaricie durante la lactancia. Mientras que la alimentación con biberón muchos padres son conscientes de la importancia de la acaricia a sus hijos al mismo tiempo que ofrece la botella, algunos no lo saben. Incluso para los padres con buenas intenciones, siempre existe la tentación de arreglarle la botella al lado del niño, o, cuando el bebé es un poco más grande, que el niño mantenga su propia botella y se sienten solos. Esto es poco satisfactorio emocionalmente para el bebé, puede ser peligroso físicamente. Sin supervisión, el niño puede ahogarse. Además, el darle la botella al niño durante la noche conduce la caries dental.

4. La leche materna proporciona perfecta nutrición infantil

"La leche humana es única superior para la alimentación infantil y es específica de las especies, todas las opciones de alimentación de sustitución difieren notablemente de ella. La leche materna infantil es la referencia o modelo normativo contra el que todos los métodos alternativos de alimentación deben ser medidos con respecto al crecimiento, la salud, el desarrollo, y todas las demás a corto y largo plazo".

5. Para la madre, la lactancia materna no aumenta el riesgo de cáncer de mama

"Si todas las mujeres que no amamantan o que amamantan por 3 meses y deciden hacerlo por 4 a 12 meses, el cáncer de mama entre mujeres premenopáusicas podría reducirse en un 11 por ciento, a juzgar por las tasas actuales. Si todas las mujeres con hijos lactados durante 24 meses o más, sin embargo, la incidencia podría reducirse en casi un 25 por ciento. Esta reducción podría ser aún mayor entre las mujeres que primero lactaron a una edad temprana. "

Newcomb PA, Almacénista BE, Longnecker MP, et al. Lactancia y un menor riesgo de cáncer de mama premenopáusicas.

N Engl J Med. 1994, 330:81-87

6. Alimentación con fórmula a las niñas bebés le aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de mama en etapas posteriores de la vida

Las mujeres que fueron alimentados con fórmula como los lactantes tienen tasas más altas de cáncer de mama como adultos. Por tanto premenopáusicas y posmenopáusicas con cáncer de mama, las mujeres que fueron amamantados como los niños, aunque sólo sea por un corto período de tiempo, había un 25% menor riesgo de desarrollar cáncer de mama que las mujeres que fueron alimentados con biberón.

Freudenheim, J. et al. 1994 "La exposición a la leche materna en la infancia y el riesgo de cáncer de mama". Epidemiología 5:324-331

7. Alimentación con fórmula se asocia con menor I.Q.

El estudio más reciente de apoyo a esta declaración se hizo en Nueva Zelanda. He aquí un estudio longitudinal de 18 años de más de 1.000 niños encontró que aquellos que fueron amamantados de bebés a la vez una mayor y mejor inteligencia de los logros académicos que los niños que fueron alimentados con fórmula infantil. Horwood y Fergusson, "Lactancia Materna y más tarde los resultados cognitivos y académicos", enero 1998 Pediatría vol. 101, N ° 1

Morrow-Tlucak H, Haude RH, Ernhart CB. Lactancia materna y el desarrollo cognitivo en los 2 primeros años de vida. Soc. Sci. Med. 1988:26; 635-639

A. Lucas, "Sucedáneos de la Leche y posteriores Cociente de Inteligencia en los niños nacidos prematuros". Lancet 1992; 339:261-62

Wang YS, Wu SY. El efecto de la lactancia materna exclusiva en el desarrollo y la incidencia de la infección en lactantes. J Hum Lactancia. 1996; 12:27-30

8. La leche materna está siempre lista y viene en un paquete agradable que la fórmula. No hay necesidad de decir algo más?

9. La leche materna ayuda a pasar de meconio.

Los bebés nacen con un pegajoso alquitrán como sustancia llamada meconio en sus intestinos. El calostro, o primera leche, es de diseño único para ayudar a mover a esta sustancia a través del cuerpo del bebé.

10. La leche materna contiene las inmunidades a las enfermedades y el SIDA en el desarrollo del sistema inmunológico del bebé

Fórmula proporciona ninguno de estos beneficios

Koutras, AK, "fecal secretoras de inmunoglobulina A en la leche materna frente a alimentación con fórmula en la primera infancia". J. Ped Gastro Nutr 1989.

11. La leche materna es más digerible que la fórmula

"Los bebés pueden digerir la leche materna con más facilidad que la leche de otros animales, probablemente porque la leche humana contiene una enzima que ayuda a este proceso. La leche materna es suave en el estómago del bebé que la leche de vaca (la base para la mayoría de las fórmulas) y es más rápidamente asimilados en el sistema del cuerpo. A pesar de que contiene menos proteína que tiene la leche de vaca, la casi totalidad de la proteína en la leche materna es la necesaria para el bebé. Aproximadamente la mitad de la proteína en la leche de vaca que el bebé pasa a través del cuerpo como un producto de desecho. Del mismo modo, el hierro y el zinc se absorbe mejor por el lactante ".

El Libro Completo de la lactancia materna M.S. Eiger. MD, S. Wendkos Olds

Derecho de Autor 1972, 1987 Comstock, Inc., Workman Publishing Co., Inc.

708 Broadway, Nueva York, NY 10003

12. Amamantamiento ayuda a encoger el útero de la madre después del parto

"La amamantación le ayuda a recuperar su figura más rápidamente, ya que el proceso de la lactancia provoca que el útero (que ha aumentado durante el embarazo, a cerca de 20 veces su tamaño normal) se reduzca más rápidamente a su tamaño pre-embarazo".

El Libro Completo de la lactancia materna M.S. Eiger. MD, S. Wendkos Olds

Derecho de Autor 1972, 1987 Comstock, Inc., Workman Publishing Co., Inc.

708 Broadway, Nueva York, NY 10003

El útero de la madre lactante no encogen nunca volver a su tamaño antes de la embarazada. Que siempre será ligeramente ampliada.

Chua S, Arulkumaran S, Lim I et al. "Influencia de la lactancia materna y la estimulación del pezón en la actividad uterina posparto".

Br J Obstet Gynaecol 1994; 101:804-805

13. La amamantación ayuda a prevenir la hemorragia post-parto

Amamantar a su bebé hace el cuerpo de la madre libere la hormona oxitocina, que estimula las contracciones y ayudan a reducir el tamaño del útero, vuelve al tamaño de pre-embarazo como tanto la expulsión de la placenta. Las mujeres que deciden no amamantar se les dá la oxitocina sintética para contrarrestar la hemorragia.

Chua S, Arulkumaran S, Lim I et al. "Influencia de la lactancia materna y la estimulación del pezón en la actividad uterina posparto".

Br J Ovstet Gynaecol 1994; 101:804-805

14. La amamantación ayuda a la madre a perder peso después del nacimiento del bebé

La lactancia materna requiere un promedio de 500 calorías adicionales por día. Dewey KG, Heinig MJ, Nommmwen LA. Pérdida de peso materna patrones de lactancia durante un tiempo prolongado.

Am J Clin Nutr 1993; 58:162-166

Las madres que amamantaron exclusivamente o en parte hubo significativamente una reducción de la circunferencia en la cintura y son menos prepregnancy por encima de su peso en 1 mes después del parto que las madres que alimentan exclusivamente fórmula. "Kramer, F.," Lactancia materna reduce la grasa corporal inferior. "J. Am Dieta Assoc 1993; 93 (4) :429-33

15. Pre-término de leche está especialmente diseñado para los bebés prematuros

"La leche producida por las mujeres que dan a luz prematuramente se diferencia de la producida después de un embarazo a término. En concreto, durante el primer mes después del parto, parto prematuro la leche mantiene una composición similar a la de calostro". Hamosh, Margit, PhD, Georgetown University Medical Center "Lactancia: descubrir los misterios de la leche materna".

16. La Organización Mundial de la Salud y el UNICEF recomiendan que

"... la lactancia materna es una manera inigualable de proporcionar alimento ideal para el crecimiento y desarrollo saludable de los lactantes; ... se forma una única base biológica y emocional para la salud de la madre y el niño; la ... propiedades anti-infecciosas de la leche materna ayuda a proteger a los lactantes contra las enfermedades, y ... hay una importante relación entre la lactancia materna y el espaciamiento de los hijos. "(El subrayado es mío)

(Véase La OMS / UNICEF Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna).

17. La lactancia materna protege contra la enfermedad de Crohn (trastorno intestinal)

Koletzko S, Sherman P, Corey M, et al. "El papel de las prácticas de alimentación infantil en el desarrollo de Crohn, s enfermedad en la infancia."

Br Med J. 1989; 298:1617-1618

Rigas A, Rigas B, Blassman M, et al. "Lactancia materna y tabaco en la etiología de la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa en la infancia." Ann Epidemiol. 1993; 3387-392

18. Alimentación con fórmula para bebés aumenta el riesgo de desarrollo de tipo I (juvenil, insulino-dependiente), la diabetes.

Los resultados de un estudio realizado en Finlandia sugieren que los jóvenes en edad de introducción de los productos lácteos y de alto consumo de leche durante la infancia aumentan el nivel de anticuerpos de la leche de vaca en los sistemas de los niños. Este factor está asociado de forma independiente con un mayor riesgo de diabetes dependiente de insulina. Virtanen et al: "La dieta, la leche de vaca de proteínas anticuerpos y el riesgo de DMID en los niños finlandeses". Diabetes en la infancia Finlandia Grupo de Estudio. Diabetologia, abril de 1994, 37 (4) :381-7

Mayer, EJ, Hamman RF, Gay CE, et al. "Reducción del riesgo de DMID entre los alimentados con leche". Diabetes, 1988; 37:1625-1632

Virtanen SM, Räsänen L, Aro A, et al. "Alimentación del lactante en los niños finlandeses <7 años de edad con diagnóstico reciente de DMID".

Diabetes Care, 1991, 14:415-417

Gerstein HC. "La leche de vaca de exposición y diabetes mellitus tipo 1". Diabetes Care. 1994; 17:13-19

Borch-Johnson, K., et al., "Relación entre la lactancia materna y la incidencia de la diabetes insulino-dependiente mellitus". Lancet 2:1083-86 (1984)

19. La lactancia materna disminuye las necesidades de insulina para las madres lactantes

Reducción de la dosis de insulina fue significativamente mayor en las madres que dieron de amamantar que las que alimentaron con biberón. Davies, HA, "requerimientos de insulina para diabéticos de mujeres que dan pecho." British Medical Journal, 1989

20. Estabiliza el progreso de la lactancia materna la endometriosis

21. La lactancia materna la madre no aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de ovario

Rosenblatt KA, Thomas DB, "WHO Collaborative Study Neoplasia de esteroides y anticonceptivos". Int J Epidemiol. 1993; 22:192-197

Schneider, A.P. "factor de riesgo para cáncer de ovario". New England Journal of Medicine, 1987.

22. La lactancia materna la madre no aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de endometrio

Petterson B, et al. "La menstruación lapso de tiempo limitado a un factor de riesgo para carcinoma de endometrio". Acta Obstst Gyneocol Scand 1986; 65:247-55

23. Alimentación con fórmula para bebés aumenta las posibilidades de desarrollo de las alergias

Lucas A, Brooke OG, Morley R, et al. "Principios de la dieta de los recién nacidos prematuros y el desarrollo de enfermedad atópica alérgica ar: estudio prospectivo aleatorio". Br Med J. 1990:300:837-840

Halken S, Host A, Hansen LG, et al. "Efecto de un programa de prevención de la alergia en la incidencia de síntomas atópica en la infancia". Ann alérgicos. 1992; 47:545-553

Saarinen UM, Kajossari M. "La lactancia materna como profilaxis contra la enfermedad atópica: seguimiento prospectivo de estudio hasta 17 años de edad."

Lancet. 1995, 346:1065-1069

24. La leche materna disminuye el riesgo de asma del bebé en desarrollo

Niños alimentados con leche materna tienen menos riesgo de desarrollar sibilancias recurrentes a una edad más avanzada (la edad de 6 años o más). Archivos de Pediatría y del Adolescente Med., Julio de 1995

25. Alimentación con fórmula para bebés aumenta el riesgo de otitis media (infecciones del oído)

"La otitis media es de hasta 3-4 veces más frecuentes en los lactantes alimentados con fórmula".

Aniansson G, Alm B, Andersson B, et al. "Un estudio de cohorte prospectivo sobre la lactancia materna y la otitis media en lactantes sueco". *Pediatr Infect Dis J.* 1994; 13:183-188

Kovar MG, Serdula MK, Marks JS, et al. "Examen de la evidencia epidemiológica de una asociación entre la alimentación infantil y la salud infantil". *Pediatría.* 1984:74: S615-S638

Saarinen UM. "Lactancia Materna prolongada como profilaxis para la otitis media recurrente." *Acta Paediatr Scand.* 1982; 71:567-571

26. Alimentación con fórmula puede incrementar el riesgo de síndrome de muerte súbita infantil (SIDS)

Ford RPK, Taylor BJ, Mitchell EA, et al. "La lactancia materna y el riesgo de síndrome de muerte súbita infantil. *Int. J. Epidemiol.* 1993; 22:885-890

Mitchell EA, Taylor BJ, Ford RPK, et al. "Cuatro modificables y otros factores de riesgo de muerte de cuna: el Estudio de Nueva Zelanda".

J Paediatr Salud Infantil. 1992; 28: S3-S8

Scragg LK, Mitchell EA, Tonkin SL, et al. Evaluación de la muerte de cuna programa de prevención en el sur de Auckland.

NZ Med J. 1993; 106:8-10

27. Bebé la lactancia materna protege contra infecciones diarreicas

Kovar MG, Serdula MK, Marks JS, et al. "Examen de la evidencia epidemiológica de una asociación entre la alimentación infantil y la salud infantil". *Pediatría.* 1984:74: S615-S638

Dewey KG, Heinig MJ, Nommsen Ríos-LA. Diferencias en las tasas de morbilidad entre los alimentados con leche. "Las diferencias en la morbilidad entre amamantados y lactantes alimentados con fórmula." *Pediatr.* 1995; 126:696-702

Howie PW, Forsyth JS, Ogston SA, et al. "Efecto protector de la lactancia materna contra la infección." *Br Med J.* 1990; 300:11-16

Popkin BM, Adair L, Akin JS, et al. "La lactancia materna y la morbilidad diarreica." *Pediatría*. 1990; 86:874-882

Beaudry M, Dufour R, Marcoux S. "Relación entre la alimentación infantil y las infecciones durante los primeros seis meses de vida." *J Pediatr*. 1995; 126:191-197

28. La amamantación protege al bebé contra la meningitis bacteriana

Cochi SL, Fleming DW, Hightower AW, et al. "Primaria invasiva por *Haemophilus influenzae* tipo b, la enfermedad: una evaluación basada en la población de los factores de riesgo". *J Pediatr*. 1986; 108:997-896

Istre GR, Conner JS, Broome CV, et al. "Los factores de riesgo primario para la enfermedad invasiva por *Haemophilus influenzae*: aumento del riesgo de las guarderías y la asistencia en edad escolar los miembros del hogar." *J Pediatr*. 1985; 106:190-198

29. La lactancia materna protege contra las infecciones respiratorias

Al Frank, Taber LH, Glezen WP, et al. "La lactancia materna y la infección por el virus respiratorio". *Pediatría* 1982; 70:239-245

Wright AI, Holberg DJ, Martínez FD, et al. "Lactancia materna y enfermedad respiratoria aguda baja en el primer año de vida."

Br Med J. 1989; 299:935-949

Chen, Y. "efecto sinérgico del tabaquismo pasivo y la alimentación artificial en la hospitalización por enfermedades respiratorias en la infancia temprana." *Pecho*. 1989; 95:1004-1007

Wright AL, Holberg CH, Taussig LM, et al. "Relación de la alimentación del lactante para las sibilancias recurrentes a la edad de 6 años."

Arch Pediatr Adolesc Med. 1995; 149:758-763

30. Bebés alimentados con fórmula tienen mayor riesgo de desarrollar ciertos linfomas infantiles

Davis MK, Savitz DA, Graubard BI. "Alimentación infantil y el cáncer infantil". *Lancet*. 1988; 2:365-368

Shu X-O, Clemens H, Zheng W, et al. "Lactancia materna infantil y el riesgo de linfoma y leucemia infantil". *Int J Epidemiol*. 1995; 24:27-32

31. La lactancia materna disminuye las posibilidades de la artritis reumatoide juvenil

Los datos preliminares de la U. de Carolina del Norte / Universidad de Duke investigadores indica los niños eran amamantados sólo el 40% de probabilidades de desarrollar JA. "Madre de la Leche: Una onza de prevención?" Hoy en día la artritis mayo y junio de 1994

32. Niño la lactancia materna disminuye las posibilidades de contraer enfermedad de Hodgkins

"Un Estudio Exploratorio de Medicina Ambiental y Factores potencialmente relacionados con el cáncer infantil". Oncología Médica y Pediátrica, 1991; 19 (2) : 115-21

33. Bebé la lactancia materna protege contra defectos de visión

Birch E, et al. "La lactancia materna óptima y de desarrollo visual." Estrabismo J Pediatr Ophthalmol 1993; 30:33-8

En un estudio realizado en Bangladesh, la lactancia materna es un factor protector para la ceguera nocturna entre los niños en edad preescolar en las zonas rurales y urbanas. La leche materna es generalmente la principal, si no la única fuente de vitamina A durante la primera un niño de 24 meses de vida (o por la duración de la lactancia materna). Bloem, M. et al. "El papel de la distribución universal de cápsulas de vitamina A en la lucha contra la carencia de vitamina A en Bangladesh.: Am J Epidemiol 1995; 142 (8): 843-55

34. Posibilidades de la lactancia materna disminuye la osteoporosis en etapas posteriores de la vida

Blaauw, R. et al. "Los factores de riesgo para el desarrollo de la osteoporosis en una población de Sudáfrica." SAMJ 1994; 84:328-32

El Dr. Alan Lucas, MRC Centro de Investigación de Nutrición Infantil de Londres, encontró que unos niños de 8 años de edad que fueron alimentados con fórmula en lugar de los lactantes alimentados con seno materno, había menos desarrollo de la mineralización ósea de los alimentados la leche materna.

Melton LJ, Bryant SC, Wahner HW, et al. "Influencia de la lactancia materna y reproductiva de otros factores sobre la masa ósea más tarde en la vida." Osteoporos Int. 1993; 22:684-691

Cumming RG, RJ Klineberg. "La lactancia materna y otros factores reproductivos y el riesgo de fracturas de cadera en la mujer de edad avanzada".

Int J Epidemiol 1993; 22:684-691

35. La leche materna es un aliviador intestinal

36. Leche de vaca es un irritante intestinal

37. Bebés alimentados con fórmula tienen mayor riesgo de obesidad en etapas posteriores de la vida

38. Niños alimentados con leche materna tienen menos posibilidades de contraer problemas cardiopulmonares

Bebés alimentados con biberón tienen mayor riesgo de alteraciones cardiopulmonares, incluyendo prolongado cierre de las vías respiratorias y respiraciones respiratorias obstruidas debido a las reiteradas tragar. Koenig JE, Davies AM, Thach BT. "Coordinación de la respiración, la succión y la deglución botella durante la alimentación humana en los niños." J Appl Physiol 69: 1629: 1623-1629, 1990.

Los lactantes pueden experimentar la saturación de oxígeno inferior al 90% cuando se son alimentados con biberón. Nueve de 50 lactantes nacidos a término sanos en un estudio con experiencia bradicardia durante biberón. Seis de estos episodios fueron precedidos por la apnea, tres mostraron hipopnea (marcada reducción en la ventilación) y había un central apnea (sin esfuerzos respiratorios).

Mateo O, Clark ML, Ponske MH. Apnea, bradicardia y cianosis durante la alimentación oral en el plazo de los recién nacidos ". J Pediatr 106:857, 1985

39. Niños alimentados con leche materna tienen menos probabilidades de desarrollar colitis ulcerosa

Rigas A, Rigas B, Blassman M, et al. "Lactancia materna y tabaco en la etiología de la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa en la infancia." Ann Epidemiol. 1993; 3387-392

40. La leche materna protege contra hemophilus b. virus

Cochi SL, Fleming DW, Hightower AW, et al. "Primaria invasiva por Haemophilus influenzae tipo b, la enfermedad: una evaluación basada en la población de los factores de riesgo". J Pediatr. 1986; 108:997-896

Takala AK, Eskola J, Palmgren J, et al. "Los factores de riesgo de invasiva por Haemophilus influenzae tipo b, la enfermedad entre los niños en Finlandia.

J Pediatr. 1980; 115:695-701

Istre GR, Conner JS, Broome CV, et al. "Los factores de riesgo primario para la enfermedad invasiva por Haemophilus influenzae: aumento del riesgo de las guarderías y la asistencia en edad escolar los miembros del hogar."

J Pediatr. 1985; 106:190-198

41. El lactante requieren cortos pre y post-quirúrgica de ayuno

La lactancia materna puede continuar hasta tres horas antes de la hora de llegada en el hospital de niños sanos que tengan cirugía electiva.

Schreiner, M.S. "Ayuno preoperatorio y postoperatorio en niños." Clínicas Ped N Amer 41 (1), 111-20 (1994)

42. Resultados de la lactancia materna en menos días de enfermedad para los padres

Dado que los bebés amamantados son estadísticamente más saludable que los otros alimentados con fórmula, los padres de los niños alimentados con leche materna pasan menos tiempo fuera del trabajo cuidando de niños enfermos.

43. La lactancia materna mejora la eficacia de la vacuna

Los lactantes amamantados mostraron mejor suero y secretoras peroral y respuestas a las vacunas parenterales que los alimentados con fórmula.

Han-Zoric, M., "las respuestas de anticuerpos a las vacunas parenterales y orales son perjudicados por convencionales fórmulas de proteína y baja en comparación con la lactancia materna". Acta Paediatr Scand 1990; 79:1137-42

44. Niños alimentados con leche materna tienen menos posibilidades de desarrollo de la enterocolitis necrotizante

Lucas A, Cole TJ. "La leche materna y neonatal enterocolitis necrotizante." Lancet. 1990; 336:519-1523

Convertir RF, Barman N, Comanico RS, et al. "Antes de la nutrición enteral con la leche materna protege contra la perforación intestinal en recién nacidos que desarrollan enterocolitis necrotizante."

Pediatr Res. 1995; 37:305 A. Resumen

45. La lactancia materna es un anticonceptivo natural

Esto es cierto sólo si está exclusivamente amamantando, y aún no han llegado a su periodo de nuevo después del parto. La amamantación nocturna ayuda a una

amenorrea prolongada. (sin periodo) Si realmente no desea quedar embarazada de nuevo, algunas use un control de la natalidad por si acaso, incluyendo si a usted no le ha venido de nuevo su período. Usted no tendrá forma de saber cuando su primera ovulación se produzca, y de aquí a que sepa, ya usted estará esperando de nuevo! Sin embargo, en general, la lactancia materna contribuye al espaciamiento óptimo.

Kennedy KI, Visness CM. "La eficacia de la lactancia amenorrea." Lancet. 1992; 339:227-230

Gray RH, Campbell OM, apeló R, et al. "Riesgo de la ovulación durante la lactancia." Lancet. 1990, 335:25-29

Labbock MH, Colie C. "Puerperio y lactancia". Curr Opin Obstet Gynecol. 1992; 4:818-825

46. La lactancia materna más fácil que usar fórmula

Después de que el período inicial se pone en marcha, la lactancia materna es muy fácil. Todo lo que tienes que hacer es levantar su camiseta. No necesita la compra de fórmula, botellas, y otros suministros. No la mezcla, la calefacción, la refrigeración o limpieza. Si duerme con su bebé, o dormir al bebé al lado de su cama, puede olvidarse de todas las rituales noches asociadas con la preparación de la fórmula. Todo lo que tienes que hacer es acomodarte, dejar que el bebé tome, y volver a dormir!

47. La leche materna es gratis

El añadido de calorías de una madre debe tener en cuenta son insignificantes, y de enfermería, ropa son opcionales. Si necesitas bomba, excelente bombas están disponibles para entre \$ 100 y \$ 225. Se pueden utilizar para más de un niño, por lo que son en realidad una inversión. La forma que se mire, usted gastar mucho más dinero si usted elige la fórmula de alimentación.

48. Fórmula es caro

El costo alimenticio de un bebé en fórmula se estima en alrededor de \$ 1000 en 1990 al año. Ciertamente ha llegado más arriba de ese costo.

Batten Hirschman W. J. Thomas C. Repercusiones de las del programa especial de alimentos en los lactantes. J Pediatr 117 II: SIOI-109, 1990

49. Gastos al gobierno en fórmula (y de los contribuyentes) son millones de dólares

El gobierno de los EE.UU. gasta más de \$ 500 millones al año para ofrecer la fórmula de WIC para su programa de alimentación suplementaria.

Batten Hirschman W. J. Thomas C. Repercusiones de las del programa especial de alimentos en los lactantes. J Pediatr 117 II: SIOI-109, 1990

50. La leche materna es siempre la temperatura correcta

Quemaduras graves en la boca de los bebés se han producido debido al calentamiento de leches artificiales. Incluso cuando se hace correctamente.

51. La leche materna tiene siempre las proporciones de grasa, carbohidratos y proteínas correctas.

Las empresas están constantemente en busca de estas proporciones para la mejor composición de la fórmula. La realidad es que la composición de la leche de la madre cambia de alimentación a alimentación y en función de las necesidades de su hijo.

52. La leche materna actúa como un tranquilizante natural para el bebé

La leche materna contiene sustancias químicas que parecen funcionar como "gotas de knock-out" relajante para los bebés. Incluso si el bebé no se queda dormido, él / ella seguramente se calma y es más agradable. Si decide dar el pecho más allá de la infancia, puede encontrar que los "terribles dos" nunca se materializan!

53. La lactancia materna actúa como un tranquilizante natural para la mamá

Las madres lactantes a menudo broman acerca de quedarse dormidas en el trabajo. Las cualidades que inducen el sueño de la amamantación de un bebé son notables. De hecho, las nuevas madres tienen que tener cuidado al cargar un bebé durante la amamantación de tal forma que no deje caer el niño. La amamantación en la cama es una gran solución. Incluso la extracción de leche en el trabajo puede ser una buena manera de calmarse y centrarse en un día estresante.

54. La leche materna tiene mejor sabor que la fórmula

La leche materna humana es bien dulce y liviana. Fórmula es pastosa y simple. Qué usted comería?

55. Niños alimentados con leche materna son todos super sanos -

(Kaiser Permanente: investigación interna para determinar los beneficios de patrocinar un programa oficial de la lactancia)

56. Niños alimentados con leche materna tienen menos probabilidades de morir antes de su tercer cumpleaños

Van Den Bogaard, C. "Relación entre la lactancia materna en la primera infancia y la morbilidad en la población general."

Ventilador Med, 1991; 23:510-515

57. Los bebés amamantados requieren menos visitas al médico

Dado que los bebés amamantados son estadísticamente más saludable, ellos van al médico con menos frecuencia.

(Kaiser Permanente: investigación interna para determinar los beneficios de patrocinar un programa oficial de la lactancia)

58. Las madres lactantes pasan menos tiempo y dinero en visitas al médico

En 1995, Kaiser Permanente, Organización de Mantenimiento de Salud de Carolina del Norte encontró que los bebés alimentados con fórmula en promedio más de \$ 1.400 al año, más en costos adicionales de atención de salud de los lactantes amamantados.

(Kaiser Permanente: investigación interna para determinar los beneficios de patrocinar un programa oficial de la lactancia)

59. Un menor número de residuos de envases de productos

No envoltorios, latas, botellas desechables etc ..

"Si cada niño en América fueran alimentados con biberón, casi 86.000 toneladas al año se necesitaría para producir 550 millones de latas para empacar la fórmula. Si todas las madres en Gran Bretaña amamantaran, 3000 toneladas de papel (utilizado para las etiquetas de la fórmula) se guardarían en un año. Sin embargo, la fórmula no es el único problema. Botellas y tetillas requieren plástico, vidrio, caucho y silicona; producción de estos materiales pueden ser recursos y conduce a menudo a los productos finales que no son reciclables. El uso de los recursos naturales para todos estos productos causan la contaminación en su fabricación y la distribución y la creación de basura por sus envases, la promoción, y la eliminación. "

"Madre Naturaleza ama la Leche" D. Michels, pub. diversas publicaciones periódicas, disponible en Internet en greenbm.html

60. No botellas que empacar

A no ser que seas de extracción y transporte de la leche materna para uso después. Entonces hay menos para hacer frente a las botellas.

61. Menos vacas mundiales inducidas por los efectos de gases de invernadero

Ridículo que pueda parecer, flatulencia bovina es un gran contribuyente a los problemas de efectos de gases. Además de producir grandes cantidades de metano, las vacas también contribuyen su materia fecal y orina a nuestros ríos y aguas subterráneas.

62. No es necesario refrigerar

Por supuesto, la leche materna se mantiene fresca porque es hecha en la demanda.

Incluso la leche materna que ha sido extraída se mantiene fresca durante mucho tiempo fuera de la nevera.

(Ver directrices para almacenar la leche materna).

63. Leche de vaca está diseñada para las vacas bebés

La leche humana contiene completamente diferentes proporciones de proteínas, grasas, carbohidratos. Leche de vaca está diseñada para ayudar a poner el peso rápidamente, creciendo increíblemente rápido, y como mucho sólo desarrolla el poder cerebral como una vaca necesita. Las hormonas en la leche de vaca están dirigidas a las vacas, no los seres humanos. El hecho de que los seres humanos pueden beber la leche de otra especie es sorprendente si usted se pone a pensar.

64. La leche humana está diseñada para que el bebé humano

Vacas bebés probablemente no haría muy bien en ella. Está diseñada para construir el cerebro humano, y para fomentar el crecimiento físico gradual.

65. Alivio natural del dolor para el bebé

La leche materna contiene sustancias químicas que realmente suprimen el dolor (endorfinas). Aparte de esto, la conformidad que recibe el bebé por el abrazo durante el amamantamiento y el chupar es notable. Muchos se raspan o crean un moretón y se han aliviado casi instantáneamente por unos pocos momentos después de la lactancia. Si decide vacunar a su niño, es una buena idea amamantar inmediatamente después de que él / ella recibe una vacuna. Esto alivia el dolor, así como mejora la eficacia de la vacuna.

66. Alimento perfecto para el niño enfermo

Cuando un bebé que toma leche de fórmula tiene una enfermedad gastrointestinal generalmente lo ponen en una solución electrolítica artificial porque la fórmula es demasiado difícil de digerir para ellos. La leche materna, sin embargo, es fácilmente digerido y calmante para los intestinos, por lo que no hay necesidad de costosas y

artificiales soluciones de electrolitos. Si un bebé tiene una enfermedad respiratoria, la fórmula puede causar aún más moco o flema. En contraste, la leche materna contiene anticuerpos frente a estas enfermedades, además de ser altamente digerible y que no contribuyen a la formación de exceso de flema o moco.

67. Más horas de sueño para la mamá

Especialmente si se duerme con el bebé, pero incluso si no lo hace. No botellas para preparar y o calentar.

68. Más horas de sueño para el bebé

Un bebé que recibe su leche de una vez, es más probable que se ponga a dormir rápidamente a un bebé que tiene que esperar por una botella, mientras llora y tragar aire.

69. Más horas de sueño para papá

Una vez más, aun cuando él ayuda a erupcionar al bebé, pañales, y el arreglo de la maleta, no hay para hacer frente a las botellas. Además, los bebés amamantados tienden a necesitar mucho menos erupciones después de los primeros meses.

70. Menos equipo para mantener y almacenar

Esas botellas, aparatos de medición, equipo de esterilización y otros aparatos ocupan mucho espacio y mucha necesidad de la limpieza.

71. Menos para comprar equipos

A menos que se use la bomba. Incluso si usted tiene que comprar una bomba y el kit de base de botella, los ahorros en el costo de la fórmula y la atención médica, financieramente hace la lactancia materna que valga la pena intentarlo.

72. La leche materna nunca se ha retirado del mercado por mala producción

La fórmula lo ha sido, a veces después de que cause lesiones o muertes.

73. La leche fresca no es contaminada con bacterias

De hecho, tiene propiedades antibacterianas.

74. No hay necesidad de preocuparse de que la marca es mejor

Cada fórmula de la leche artificial es diferente a todos sus competidores, pero ninguno de ellos se acercan a la duplicación de lo real. Puede ser muy estresante para la alimentación con fórmula a las madres que tratan de determinar qué marca es la mejor

del lote. No importa la fórmula que se utiliza "cada vez es más evidente que la fórmula infantil no puede duplicar la leche humana. La leche humana contiene células vivas, hormonas, enzimas activas, las inmunoglobulinas y sus compuestos con estructuras únicas que no pueden reproducirse en los preparados para lactantes".

(Citado de la FDA y la nutrición pediátrica investigadores de Abbott Laboratories, escrito en marzo de 1994 cuestión de Endocrino Reglamento.)

75. No hay necesidad de preocuparse de las aguas contaminadas

Incluso en los EE.UU. el agua puede contener elementos peligrosos como el plomo y el aluminio. Estos contaminantes pueden ser concentrados, si se hierve el agua para esterilizar antes de ser añadido a la fórmula.

76. La lactancia materna ayuda a reducir la crueldad con los animales de granja

Menos uso de la leche de vaca es igual a un menor número de vacas en oportunidades de abuso de animales.

77. Facilita el correcto desarrollo dental y de mandíbula

"Chupar el pecho es bueno para un bebé con dientes y su desarrollo de la mandíbula. Bebés en el pecho tienen que utilizar hasta 60 veces más energía para obtener los alimentos que los que beben en botella ... Así como [la mandíbula de los bebés] los músculos enérgicamente ejercita durante la lactancia, la constante estimulación ayuda a el crecimiento de las mandíbulas, formando una dentadura recta y sana. "

El Libro Completo de la lactancia materna M.S. Eiger. MD, S. Wendkos Olds

Derecho de Autor 1972, 1987 Comstock, Inc., Workman Publishing Co., Inc.

708 Broadway, Nueva York, NY 10003

"Entre los bebés amamantados, la duración de la lactancia menor es la mala oclusión de los incidentes".

Labbok, M.H. "¿Tiene que proteger la lactancia materna contra Maloclusión? Análisis de Salud Infantil de 1981 Suplemento del National Health Interview Survey".

American Journal de Medicina Preventiva, 1987

78. Niños alimentados con leche materna obtienen menos caries

Bebés alimentados con biberón "tienen un mayor riesgo de caries, una destructiva enfermedad dental que se produce cuando un bebé se pone a la cama con una botella

que contiene la fórmula, leche, jugos u otros líquidos de alta en hidratos de carbono. Extensa reparación dental puede ser necesaria en un costo de miles de dólares ".

Loesche WJ / "Nutrición y caries dental en niños". Am J Clin Nutr 41, 423-435, 1985

79. Menos dinero gastado en ortodoncia correctiva

Si los dientes entran en recta, no hay necesidad de corregirlos.

80. Mejor desarrollo del lenguaje

Lengua empuje los problemas a menudo entre los bebés alimentados con biberón, ya que intenta frenar el flujo de la leche procedente de los pezones artificiales. Esto puede conducir a problemas del habla, así como "morderse los labios, la enfermedad de las encías, y en general un aspecto poco atractivo."

El Libro Completo de la lactancia materna M.S. Eiger. MD, S. Wendkos Olds

Derecho de Autor 1972, 1987 Comstock, Inc., Workman Publishing Co., Inc.

708 Broadway, Nueva York, NY 10003

81. Menos posibilidades de conseguir eccema bebé

"Llegamos a la conclusión de que la lactancia materna es la profilaxis contra la enfermedad atópica, el efecto se extiende hasta la adultez temprana. La lactancia materna durante más de 1 mes sin otros suplementos ofrece importantes profilaxis contra la alergia a los alimentos a los 3 años de edad, y también contra la alergia respiratoria a los 17 años de edad . Seis meses de la lactancia materna es necesaria para prevenir el eccema durante los primeros 3 años, y posiblemente también para prevenir la atopia sustancial en la adolescencia ". Las diferencias por el método de alimentación infantil son tan pronunciada que "sugiere una influencia de los principios de la alimentación que la leche puede superar la carga de la herencia.

Saarinen UM, Kajosaari M. "La lactancia materna como profilaxis contra la enfermedad atópica: seguimiento prospectivo de estudio hasta los 17 años de edad." Lancet. 1995; 346:1065-69.

Eczema es menos común y más leve en los bebés que fueron alimentados con pecho (22%) y cuyas madres se encontraban en una dieta restringida (48%). En los lactantes alimentados con hidrolizado de caseína, leche de soja o leche de vaca, el 21%, 63% y 70%, respectivamente, desarrollado eczema atópico.

Chandra RK, "Influencia de la dieta materna durante la lactancia y el uso de una fórmula de alimentación de Desarrollo Eczema atópico en los lactantes de alto riesgo". Br Med J. 1989

82. Niños alimentados con leche materna tienen una gran piel

Esto no se basa en un estudio formal. Echa un vistazo a la piel de un bebé amamantado y dí lo que piensas.

83. Menos reflujo gastrointestinal

Los recién nacidos amamantados demuestran reflujo gastroesofágico significativamente de menor duración que los recién nacidos alimentados con fórmula.

Heacock, HJ "Influencia de la leche de fórmula vs mama en fisiológicos reflujo gastroesofágico en recién nacidos sanos".

Jour. Pediatr Gastroenterol Nutr, 1992 de enero; 14 (1): 41-6

84. Más fácil de limpiar las manchas de escupir

O.K. Esto es sólo sobre la base de una encuesta informal de un lote de madres lactantes. Nos damos cuenta que la ropa que recibimos de los bebés alimentados con biberón tienen desagradables manchas marrones en todo el collares y frentes. Nuestros niños alimentados con leche materna nunca se creó este tipo de manchas de escupir. ¿Cuántos bebés recién nacidos que son amamantados ves usando baberos todo el tiempo?

85. La leche materna no contiene materiales de la ingeniería genética

La mayoría de los consumidores desconocen la cantidad de alimentos genéticamente modificados que están consumiendo, porque el gobierno de los EE.UU. no exige que este alimento sea etiquetado como tales. Genetic ID, una empresa en Fairfield, Iowa, prueba a base de soja cuatro fórmulas para bebés con ingredientes genéticamente modificados. Los cuatro, Clavel Alsoy, Similac Neocare, y Isomil Enfamil ProSobee, dio positivo en la prueba.

(Ver "Biotecnología de la Bounty", M. Burros, NY Times, 05/21/97

86. No contiene hormonas sintéticas del crecimiento

Dado que muchas vacas en los EE.UU. son ahora rutinariamente inyectadas con hormonas de crecimiento sintéticas para aumentar artificialmente su producción de leche, es lógico que estas hormonas también entran en las fórmulas de EE.UU.

87. La falta de lactancia materna asociada a la esclerosis múltiple

Aunque cree que en origen multifactorial, y sin una clara etiología, la falta de la lactancia materna parece estar asociada con un aumento de la incidencia de la esclerosis múltiple.

Dick, G. "La etiología de la esclerosis múltiple". Proc Roy Soc. Med 1989; 69; 611-5

88. Menos posibilidades de hernia inguinal

El canal inguinal reduce el cordón espermático y algunos buques a la zona de la ingle. Una hernia es un defecto en la apertura donde estas cosas pasan por el abdomen de la ingle debido a la apertura del canal se hace demasiado grande. La hernia abdominal permite bajar contenido en el área de la ingle.

La lactancia materna protege contra las hernias inguinales. Por razones que se desconocen los bebés amamantados experimentan significativamente menos de ellas. La leche humana contiene la hormona liberadora de gonadotropina, que pueden afectar la maduración de la función testicular neonatal. Un reciente estudio de casos y controles mostró lactantes amamantados tuvieron un importante reducción de la dosis y la respuesta en la hernia inguinal. Pisacane, A. "La lactancia materna y la hernia inguinal" Revista de Pediatría de 1995:

Vol. 127, No. 1, pp 109-111

89. Mejor desarrollo cognitivo

En 771 de bajo peso al nacer, los bebés cuyas madres optaron por ofrecer la leche materna tiene una ventaja de 8 puntos en el promedio de Bayley de desarrollo mental del índice sobre la elección de las madres que decidieron el no hacerlo.

Morley, R., "Las madres de Choice para proporcionar leche materna y resultados en materia de desarrollo".

Arch Dis Child, 1988

90. Mejor desarrollo social

El desarrollo psicomotor y social de los niños alimentados con leche materna claramente difiere de la de los niños alimentados con biberón y conduce a la edad de 12 meses a importantes ventajas de las capacidades psicomotoras y sociales.

Baumgartner, C., "Psicomotricidad y Desarrollo Social de la Reserva Federal de mama y los bebés alimentados con biberón durante el primer año de vida".

Acta Paediatrica HUNGARICA, 1984

91. Disminución en el riesgo del bebé en desarrollo las infecciones del tracto urinario

(Kaiser Permanente: investigación interna para determinar los beneficios de patrocinar un programa oficial de la lactancia)

92. Amamantamiento optimiza la coordinación de mano a ojo.

Baumgartner, C., "Psicomotricidad y Desarrollo Social de la Reserva Federal de mama y los bebés alimentados con biberón durante el primer año de vida". Acta Paediatrica HUNGARICA 1984; 25 (4): 409-17

93. Protege a las madres contra la anemia (deficiencia de hierro)

Dado que muchas madres la lactancia materna exclusiva no comienzan a menstruar por un año o más el hierro no se agota por el sangrado mensual.

94. Menos dinero gastado en suministro para el menstuo

Muchas madres la lactancia materna no comienzan a menstruar de nuevo hasta el 14 o más meses después de dar a luz. "Multiplique esto por los cuatro millones de nacimientos Americanos en cada año para ver que más de mil millones de productos sanitarios al año podrían quedar fuera de nuestra nación de los vertederos y alcantarillas. Para complicar aún más el escenario, porque la leche materna es absorbido por los bebés de manera más eficiente, los bebés amamantados excretan menos y por lo tanto, requieren un menor número de cambios de pañales de bebés alimentados con fórmula. "

"Madre Naturaleza ama la Leche" D. Michels, pub. diversas publicaciones periódicas, disponible en Internet en greenbm.htm

95. Confianza en sí mismas para la mamá (mejor auto-estima)

No hay nada más increíble como ver a un bebé de seis meses bien gordito y sabiendo que la única alimentación de esta criatura feliz lo que ha recibido ha venido de su propio cuerpo.

96. La leche materna es buena para combatir infecciones oculares

La leche materna contiene cualidades de antibiótico natural, y muchas madres que juran que un chorro en la irritación de los ojos de su bebé ha solucionado el problema en poco tiempo.

97. La leche materna es un buen antibiótico natural de las heridas

98. No hay preocupación de algún otro descubrimiento de ingrediente que falte en la fórmula

"Fórmula" es una fórmula sintética de la leche humana. No hay una verdadera fórmula que puede duplicar la leche humana, ya que, como dice la FDA reconoció en una reciente declaración "... la composición química exacta de la leche materna sigue siendo desconocido".

"Lactantes alimentados con fórmula dependen de productos que pueden ser muy diferentes del uno al otro, pero que continuamente son deficientes en nutrientes esenciales ... Estos nutrientes se añaden, por lo general después que hayan producido daños en los bebés lactantes". M. Walker, RN, Consejo Internacional de Consultores en Lactancia Certificado, The Journal of Human Lactation, septiembre 1993

99. Los cambios de pañales son mucho mejor

El evacuaciones de los bebés amamantados tienen un olor suave e inofensivo. El mismo no puede decirse de los bebés que son alimentados con fórmula. Intente cambiar algunos bebés alimentados con fórmula para ver si está seguro de querer intentar la lactancia materna!

100. Niños alimentados con leche materna tienen un olor fantástico

Una vez más, no se trata de un estudio científico. Es algo casi mágico sobre el olor de su propia leche materna para bebés, tanto si la madre o el padre se involucra.

101. Es lo que han sido los senos diseñados!

This information is furnished to you by Leslie Burby and ProMoM, Inc. as a public service.

Traducido en Español por Enith Hernandez

It is in no way intended as medical advice, or meant to replace the services of a licensed medical professional.