

10 beneficis de la lactància materna per al bebè

Saps que si estas en procés de lactància posseeixes la millor vacuna natural que pot protegir el teu nadó contra milers de mals? Tot i que la ciència no ha pogut produir l'antídot miraculós, la natura té alguna cosa que se li acosta bastant: la lactància materna.

Té la composició justa per totes les diferents etapes que passa el nadó durant el seu desenvolupament i s'ha guanyat el títol d'«aliment ideal». Fins i tot tu hi surts guanyant!

Aquests són els majors avantatges que la llet materna aporta al teu nadó:

• **Calostre:** Són les primeres gotetes que rep el teu nadó i l'ajuden en el desenvolupament del seu sistema immunològic. És ric en nutrients i anticossos que el teu nadó necessita just després de néixer. Forma una capa protectora sobre les membranes mucoses en els intestins, nas i gola del teu nadó, precisament les parts més susceptibles a rebre atacs de virus, bacteris i infeccions.

• **Prevé la síndrome de mort sobtada infantil:** Tot i que la causa de la mort sobtada infantil encara no es coneix amb certesa, les estadístiques sobre lactància materna apunten que els nadons que prenen llet materna tenen un risc entre 60% i 73% menor de patir aquesta síndrome.

• **L'aliment ideal:** La llet materna ofereix la combinació ideal de nu-

trients per al nadó, incloent-hi les vitamines, proteïnes i greixos que necessita. A més, la seva composició canvia conforme creix el nadó, de manera que satisfà les necessitats en les seves diferents etapes de desenvolupament.

• **Defensa contra riscos en el seu medi ambient:** La llet materna conté anticossos que ajuden el teu nadó a combatre diferents tipus de virus, bacteris i infeccions. Però, encara més important, com que provenen de la mare, els anticossos que es transmeten són específicament aquells que li permeten combatre els perills a què el teu nadó està exposat en el seu medi ambient.

• **Nadons més saludables:** Els nadons que s'alimenten amb llet materna exclusivament durant els primers sis mesos de vida tenen menys infeccions a l'oïda, malalties respiratòries (incloent-hi asma) i molèsties digestives i intestinals.

• **Major coeficient intel·lectual:** La lactància materna també podria estar vinculada amb un major nivell de coeficient intel·lectual i millor desenvolupament d'algunes destreses.

• **Prevenió d'al·lèrgies:** Els nadons alimentats amb llet materna també pateixen menys al·lèrgies a aliments, factors ambientals i en la pell. Segons La Lliga de la Llet, la lactància materna prevé les al·lèrgies per dues raons principals: 1: el nadó està exposat a menys al·lèrgens en els primers mesos de vida, que és l'etapa més susceptible; i 2: la coberta protectora que

ofereix el calostre evita que potencials al·lèrgens penetrin el sistema del nadó. La lactància materna és de vital importància si la família del nadó té historial d'al·lèrgies.

• **Llet materna és més fàcil de digerir:** Això prevé incomoditats en el nadó relacionades amb el seu incipient sistema digestiu, incloent-hi diarrea, restrenyiment i còlic.

• **Preveu obesitat:** Com la llet materna conté la nutrició exacta que el teu nadó requereix i la quantitat consumida és auto regulada, el teu petit té millors probabilitats d'augmentar el pes just i menjar únicament la quantitat necessària.

• **Beneficis a llarg termini:** A llarg termini, la llet materna t'ajuda a protegir al teu nadó contra alguns tipus de càncer infantil, diabetis, pressió arterial elevada, alts nivells de colesterol i malalties en els intestins (Chron i colitis ulcerosa).

Les botigues especialitzades en puericultura et poden assessorar i disposen de tot el que necessites en aquesta etapa de lactància com: tetines, extractors de llet, bosses per congelar, biberons, mugroneres...



RIALLESKIDS SL

Botiga de Puericultura per el teu nadó

C/de Barcelona, 3 Baixos
17455 - Caldes de Malavella

Tel. 972471175

info@rialleskids.com

www.rialleskids.com

