

Lactancia Digna en el CJF

La importancia de la leche materna

La leche materna es única

Tiene propiedades inmunológicas, hormonales y nutricionales excepcionales.

Ni fórmulas lácteas, frutas en puré ni bebidas endulzadas la sustituyen.

Fortalece la relación afectiva entre madre y bebé.

Amamantar es una decisión

La lactancia materna es una decisión libre y autónoma de las madres.

La OMS recomienda que la leche materna sea el alimento exclusivo durante los primeros 6 meses de vida y que se continúe con ella "hasta o más allá" de los 2 años con alimentación complementaria.

La duración del periodo de lactancia se establece únicamente entre la madre y la o el bebé.



Beneficios de la leche materna

Para la salud de las y los bebés

Previene morbilidad y mortalidad infantil.

Previene infecciones, leucemia, diabetes y obesidad.

Para la salud de las madres

Protege contra el cáncer de mama y ovario, hipertensión, diabetes y osteoporosis.

Contribuye a la recuperación del peso previo al embarazo.

Disminuye el riesgo de depresión post-parto.

Para la economía familiar

Implica ahorros asociados a fórmulas lácteas, consultas médicas y medicamentos.

Con el fomento de la cultura de la lactancia materna, impulsada por Consejo de la Judicatura Federal, contribuimos a tener un país más sano e igualitario, además de coadyuvar a la conciliación personal y familiar y al bienestar de quienes formamos parte de esta institución.

