

# Conoce los beneficios de la lactancia materna

**ELABORÓ: CENTRO DE SALUD INTEGRAL**



Aunque parezca increíble la lactancia materna contribuye al desarrollo de los países. ¿De qué forma? Al practicarla se previenen enfermedades en los niños, por lo cual, disminuyen los costos médicos. La leche materna proporciona todos los nutrientes y la hidratación necesaria.

También previene infecciones gastrointestinales y respiratorias, obesidad, diabetes, leucemia, alergias, cáncer infantil, hipertensión y colesterol alto.

De igual forma, contribuye a prevenir la infección por el Covid-19.

En México se estima que el costo asociado a la salud de los niños por una mala práctica de lactancia materna va de los **\$745.6 millones a los \$2,416.5 millones anuales**, y de estas cifras **el costo de la fórmula infantil representa del 11 % al 38%**.

Otro de sus beneficios es que contribuye al cuidado del medio ambiente porque no produce desechos y evita el uso de materiales contaminantes para publicidad, envasado y transporte.

Recuerda que en la UDEM se puede practicar la lactancia de manera exitosa, ya que contamos con espacios seguros para llevarla a cabo.

**Si tienes alguna duda, acércate al Centro de Salud Integral-Medicina Laboral.**

**Contáctanos mediante [medicina.laboral@udem.edu.mx](mailto:medicina.laboral@udem.edu.mx)**

## REFERENCIAS

Lactancia materna. julio 2023 (n.d.). UNICEF. <https://www.unicef.org/mexico/lactancia-materna>