



BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO

PRIMEIRO ALIMENTO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde recomendam o **aleitamento materno até os 2 anos**, iniciado a partir da primeira hora de vida, **exclusivo** (sem inclusão de outros alimentos ou líquidos) **e em livre demanda até os 6 meses**.



Protege o bebê de infecções ([diarreia, otite, pneumonia](#)).

Previne doenças futuras no bebê ([asma, diabetes](#) e [obesidade](#)).

Promove o [vínculo afetivo](#) entre mãe e bebê.

Auxilia na prevenção de [câncer de mama, ovário e útero](#) na mulher.

É o alimento [nutricionalmente mais completo](#), e o único que fornece anticorpos que ajudam na imunidade da criança.

É [mais barato](#) e [prático](#) do que a utilização de leites artificiais (fórmulas).