
Aug 16, 2017 | Escrito por Zenaida Mercado | 0

Foto: Archivo

Para cualquier madre primeriza, el tema de la **lactancia materna** esta lleno de mitos y leyendas que terminan confundiendo y estresándolas, al punto de impactar negativamente sobre la alimentación del bebé.

Las Verdades

- El calostro, la leche que produce la madre los primeros tres días después del nacimiento del bebé, es leche podrida. Su coloración amarillenta se debe a la gran cantidad de beta carotenos, de allí que sea considerado como una vacuna.
- Si estoy molesta, asustada o tensa, no debes amamantar, ya que los estados de ánimo pueden aletargar el flujo de la leche, pero se trata de una respuesta natural y temporal del organismo ante las tensiones.
- Siempre que el niño se agarra bien al pezón, traga, moja entre cinco a seis pañales al día y el pediatra verifica que su peso es acorde con su etapa, todo está en orden.
- La leche materna es un alimento completo independientemente de la alimentación o la condición de la madre. La "primera leche" (más ligera) sacia al bebé y, al cabo de unos minutos, comienza a salir la leche que contiene más grasas y nutrientes.
- Si estas embarazada puedes amamantar sin problema. Sin embargo, debido a los cambios hormonales, es posible que la leche cambie de sabor pero no su calidad.
- si estoy amamantando, no puedo tener relaciones sexuales porque la leche se daña
- Las relaciones sexuales no afectan de ninguna manera la calidad de la leche materna.
- Si adquieres alguna enfermedad sin mucha gravedad, como una gripe, puedes amamantar sin problema. Pero antes de tomar cualquier medicina debes consultar con el especialista.
- La leche materna puede ser refrigerada hasta por 12 horas.

Contenido Relacionado: [Marcha por la lactancia materna partirá del parque Generalísimo Francisco de Miranda este domingo \(+Audio\)](#) [1]

Categoría:

- [Variedades](#) [2]

Addthis:

Antetitulo: Según expertos

Del dia: No

Créditos: Capsula Informativa

Titulares: No

Destacada: No

Source URL: <http://www.radiomundial.com.ve/article/%C2%A1ent%C3%A9rate-las-verdades-sobre-la-lactancia-materna>

Links:

[1] <http://www.radiomundial.com.ve/node/1461>

[2] <http://www.radiomundial.com.ve/categoria/Variedades>