

Dia mundial da Amamentação



Você sabia?

A amamentação exclusiva, no Brasil, atualmente está em 45,8%. A meta estabelecida pela Organização Mundial da Saúde é de aumentar em 50% essa taxa nos primeiros seis meses de vida, até 2025. O Dia Mundial da Amamentação é celebrado em 1º de agosto.

Benefícios para a mãe

O corpo da mulher sofre mudanças significativas na gravidez e depois do parto. A amamentação é um processo muito benéfico para a saúde da mãe:

- redução da incidência de cânceres de mama, ovário e endométrio;
- proteção contra doenças cardiovasculares;
- proteção contra a osteoporose;
- aceleração na perda de peso.



Benefícios para o bebê

Os benefícios são vitais para os recém-nascidos:



Nutrição: o leite materno é um alimento completo. Isso significa que, até os 6 meses, o bebê não precisa de nenhum outro alimento. Ele é de mais fácil digestão do que qualquer outro leite e funciona como uma vacina, pois é rico em anticorpos.

Prevenção de doenças: o leite materno previne diarreias, infecções respiratórias e alergias. Além disso, diminui o risco de hipertensão, colesterol alto e diabetes, além de reduzir a chance da criança desenvolver obesidade.

Desenvolvimento cognitivo: segundo o Ministério da Saúde informa, crianças amamentadas no peito são mais inteligentes, pois há evidências de que o aleitamento materno contribui para o desenvolvimento cognitivo.

Conexão entre mãe e filho

A amamentação favorece a conexão mais íntima entre a mãe e o bebê. É um momento de intenso afeto e cuidado, pois é da natureza a mãe proteger e alimentar seus filhotes. Além disso, sugar o peito é um excelente exercício para o desenvolvimento da face da criança, ajudando a ter dentes bonitos, a desenvolver a fala e a ter uma boa respiração.



Nutrição em todas as fases da vida

A nutrição é essencial em qualquer fase da vida. É por isso que **Malacal** fala tanto desse tema. **Malacal** é o suplemento que reúne o melhor dos nutrientes e vitaminas para fornecer a força que seu corpo, ossos e músculos precisam para funcionar de forma equilibrada. Acesse o site e saiba mais!

Malacal sempre com você!

Malacal® Cálcio na sua melhor forma.