

# F32 Ya'beyel schu' alal

Lactancia Materna

Te ta sbahbeyal waqueh uh yu'un scuxlejal tut alal, ha' te bin lequil we'elil ya ca'beytic te tut alal ha' te ya'lel schu' nanil. Manchuc nix ha' nax te ya'lel chu'ul ya yich' te tut alal ta ha'i jcaj cuxlejalil ini, spisil ya smac soc ya yac' jayeb bin tulan sc'oblal ya xc'oht ta sbaqu'-etal te tut alaletic yu'un hoch lec ya xcol ch'ihy ah.

Durante los primeros seis meses de vida, el mejor alimento que podemos ofrecer a nuestro bebé es la leche materna. A pesar de que la leche materna es el único alimento que toma el niño en esta etapa, cubre todas las necesidades de energía y nutrientes que necesita el bebé

**Ha' chican jayeb yuhilal ma'uc teme yabilal te alal ma'uc ha' chican jayebix c'ahc'al te yayinel alal, te ya'lel schu' nanil yantic yilel ah**

Dependiendo de la edad del bebé o el tiempo que ha pasado post-parto, la leche tiene diferentes composiciones o etapas

**C'alal te alal yac ta yuch'el te ya'lel chu'ul ya me sc'an ya yuch' spisil te ya'lel chu'ul, yu'un ha' me ya'lel chu'ul ine ta c'un c'un yac me ta jelonel stalel ha' to c'alal ya xlaj, soc teme yac ta lajel bahel te ya'lel chu'ul te yac snuc'bel te tut alal ha' me te bayel yich'oj ya xtal slewul, ha'i ini ya scoltay te tut alal Ta slahmajtese-beyel te swi'nal, haxan teme ya yich' jelibeyel ta ora te chu'ul c'alal ma'ba lajem snuc'bel ah te tuta alal, wocol me ya xbah yil yu'un ya xnoj sch'uht.**

Durante la toma, el bebé debe de vaciar el seno materno por completo, ya que la leche va cambiando poco a poco de composición hasta acabarse y esas últimas succiones del bebé contienen mayormente grasa, la cual va a provocar saciedad en el pequeño, si el seno es cambiado antes de ser vaciado por completo, será más difícil que el bebé se sienta lleno.

**Yo'tic ini, ay banti tahbil ta ilel, nopel banti ya yac' ta na'el jayeb bin ya xcoltaywanej ah te ya'lel chu'ul ta stojol tut alal soc te nanil. Li' ay cha'oxchahp bintic ah:**

Actualmente, hay estudios que corroboran todos los beneficios que aporta la lactancia tanto al bebé como a la madre. Entre ellos destacan:



- **Ha' lequil we'elil, te ma' wocoluc ta tahel**

Es un alimento sano, accesible y fácil de conseguir

- **Ya scoltay te sjoylejal bahlumilal ta scaj ma' xyac' c'a'pal**

Ayuda al medio ambiente ya que no necesita empaque

- **Ha' chican bin ut'il ya sc'an te tut alal ta jujuts'ihn**

Se adapta a las necesidades de cada momento

- **Ya scoltay te tut alal yu'un ma'ba ya stsacot ta chamel**

Sirve para proteger al bebé de enfermedades

- **Ora nax ya yac' a'tejuc ma'uc behenuc te we'elil**

Es de fácil digestión

- **Ya xcoltaywanej yu'un ma'ba ya xcham te alal ta ma'yuc sna'el ah**

Reduce el riesgo de presentar síndrome de muerte súbita

- **Ya yac' stsac sbah yo'tan te nanil soc te yalic.**

Crea un vínculo afectivo entre madre e hijo

- **Ya scoltay te tut alal yu'un lecuc ya x'ayin te tut alal ta sjunal scuxlejal**

Propicia una buena salud durante toda la vida a los niños

- **Chicnajem ta ilel ta ach'ix quem soc ta mach'a ayix scolel sch'ihyel yu'un te mach'a laj yuch' ya'lel schu' snanic c'ax ay sp'ijil sjol yo'tanic**

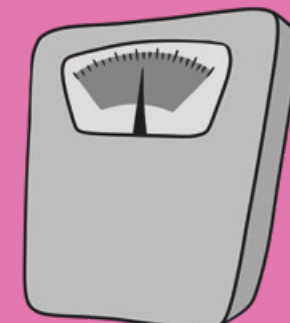
Mejores resultados en pruebas de inteligencia para adolescentes y adultos que fueron amamantados

- **Ya xcoltaywanej yu'un ma'ba bayel ya xcoh schamel te antsetic patil yu'un yayinel alal**

Ayuda a reducir la hemorragia postparto

- **Ya xcoltaywanej yu'un ora nax ya stah yalal te antsetic**

Ayuda a la madre a recuperar más rápido su peso normal



## Bibliografía:

Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco). (22 de Diciembre de 2019). Procuraduría Federal del Consumidor : blog. Obtenido de [www.gob.mx: https://www.gob.mx/profeco/es/articulos/obsolescencia-programada-disenados-para-morir?idiom=es](https://www.gob.mx/profeco/es/articulos/obsolescencia-programada-disenados-para-morir?idiom=es)

Elaborado por Salma Elizondo González / s.deg\_

