

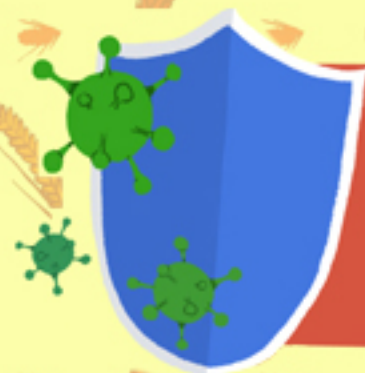
# 5 REALITĂȚI INTERESANTE DESPRE ALĂPTARE



1 Ești pregătită să alăptezi chiar din momentul nașterii. Colostrul, primul lapte, este galben și gros. Chiar dacă este scăzută cantitatea de colostru, aceasta este suficientă pentru nevoile copilului tău.

2 În timpul alăptării atât corpul tău, cât și al copilului tău, produc oxitocină, un hormon care scade nivelul de stres și anxietatea și te ajută să crezi legătura emoțională cu copilul tău.

3 Alăptarea favorizează formarea florei intestinale sănătoase, ajutând astfel la dezvoltarea unui sistem imunitar sănătos al copilului tău.



4 Laptele tău conține anticorpi care îți ajută copilul să lupte împotriva infecțiilor.



5 Copiii sunt alăptați mai des în primele zile după naștere. Cu cât alăptezi copilul mai des în aceste zile, cu atât corpul tău va produce mai mult lapte.

