



# SĂPTĂMÎNA MONDIALĂ A ALIMENTAȚIEI LA SÂN

1-7 August 2024

Alăptarea copiilor: darul naturii pentru a crește sănătos!

OMS recomandă alăptarea exclusivă a copilului până la 6 luni și continuarea alăptării cu introducerea treptată a alimentației complementare până la 2 ani și după.

## Beneficii pentru sugar



Laptele matern este o hrană ideală pentru sugari



Dezvoltă sistemul imunitar al bebelușului



Previne malnutriția precum și obezitatea



Protejează copilul de infecții severe

## Beneficii pentru mamă



Scade riscul de cancer de sân, cancer ovarian și diabet de tip 2



Favorizează pierderea în greutate după naștere



Se economisește timp și bani



Crează o legătură între mamă și copil



Ministerul  
Sănătății



Institutul  
Național de  
Sănătate Publică