

1. **Asigură o creştere fizică şi psihică echilibrată.**
2. **Protejează copilul de infecţii microbiene, virotice şi fungice şi reduce severitatea desfăşurării lor.**
3. **Este uşor digerabil, are temperatură optimă, este steril.**
4. **Reduce riscul enterocolitei necrozante şi a retinopatiei la prematuri.**
5. **Reduce riscul diabetului zaharat de tip I şi tip II (mai ales alăptarea exclusivă timp de 6 luni).**
6. **Reduce riscul obezităţii şi al hipercolesterolemiei, previne malnutriţia, reduce riscul anemiei feriprive.**
7. **Reduce riscul dezvoltării limfomului, leucemiei, bolii Hodgkin, ale bolilor intestinale cronice (boala Crohn, colita ulceroasă, celiachie) în copilărie şi a bolilor cardio-vasculare din perioada de adult.**
8. **Reduce riscul morţii subite, al alergiei şi al astmului bronşic dacă alăptarea durează cel puţin 4 luni.**
9. **Favorizează dezvoltarea muşchilor feţei, a dentiţiei şi a vorbirii, asigură o dezvoltare cerebrală, cognitivă şi vizuală optimă.**
10. **Interdependenţa reciprocă prin alăptare, a mamei şi copilului, fundamentează legătura mamă - copil şi reduce tulburările emoţionale şi de adaptare a copilului în adolescenţă.**

**10 beneficiialealimentației la sânpentrucopil**

.





<http://worldbreastfeedingweek.org/>



****

CNEPSS

**MINISTERUL SĂNĂTĂȚII INSTITUTUL NAȚIONAL CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUAREA ȘI DE SĂNĂTATE PUBLICĂ PROMOVAREA STĂRII DE SĂNĂTATE**

**Material realizatîncadrulsubprogramului de evaluareşi promovare a sănătăţiişieducaţiepentrusănătate al Ministerului Sănătății - pentrudistribuțiegratuită**