

¿Es verdad que el calostro no alimenta?

### MITO O REALIDAD:

o “¿Es verdad que el calostro no alimenta? ”

### Se piensa que...

El calostro no sirve o es malo para el bebé y le dan suero o leche artificial hasta que a la madre le suba la leche.



### Debes saber que....

La realidad es que [el calostro](#) es un líquido amarillo, como una crema. Sirve para proteger y alimentar al bebé. Se crea en los primeros días tras el parto.

Tiene [anticuerpos](#) que protegen al bebé frente a las infecciones. Se dice que es la primera [vacuna](#) del bebé. Posee muchas [vitaminas](#), con efecto antioxidante. Es rico en [proteínas](#) y bajo en [grasas](#) y [azúcar](#) por lo que es fácil de digerir.

Es un laxante natural pues ayuda a expulsar el [meconio](#) (las cacas negras del recién nacido).

Tiene mucho sodio, potasio, cloruro y colesterol que hacen que el corazón y el cerebro del bebé crezcan bien.

Es un alimento único y es todo lo que necesita un bebé al nacer. Por todo ello se le llama “**oro amarillo**”.

**Fecha de publicación:** 15-10-2019

**Autor/es:**

- [Catalina Núñez Jimenez](#). Pediatra. Centro de Salud "Trencadors". Palma de Mallorca
- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

