



REGIONE DEL VENETO



REGIONE DEL VENETO

BLUD
Banca del latte umano donato

RETE SSSR



VIVO
BENE
VENETO

Piano
Regionale
Prevenzione
del Veneto

ALIMENTAZIONE E BENESSERE DURANTE L'ALLATTAMENTO

 **MANGIARE BENE E IN MODO VARIO TI
AIUTA A PRODURRE UN LATTE NUTRIENTE E A MANTENERTI
IN SALUTE.**

 **BEVI MOLTA ACQUA. FAI ATTENZIONE A CIBI E BEVANDE CHE
CONTENGONO CAFFEINA E SOSTANZE SIMILI (CAFFÈ, TÈ, COLA,
CIOCCOLATO, ENERGY DRINK ECC.).**

 **RICORDA!**

 **TUTTE LE BEVANDE ALCOLICHE FANNO MALE
IN GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO.**

 **FUMO E DROGHE SONO DANNOSI PER TE E PER IL BAMBINO.**

 **CONSULTA SEMPRE IL MEDICO SE DEVI
ASSUMERE FARMACI.**

 **IL BENE PIÙ PREZIOSO SEI TU.**

**Vuoi saperne di più?
Scannerizza il QR code. **

