



7 Agosto, 2019

# Lactancia Materna, Una Jornada Para Fomentar Su Práctica

Natacha Prado Hernández

[f Comparte](#)[Tuitea](#)[Pin](#)[Envía](#)

Con el lema “Empoderémonos ¡Hagamos posible la lactancia materna!” que preside la Semana Mundial de la Lactancia Materna en este 2019, concluye la jornada que cada año impulsa al rescate de esta necesidad para la madre y el niño, sin embargo la mayor aspiración es que no sea solo una fecha sino una práctica indispensable en dicho binomio.

La leche materna es una alimentación apropiada para todos los pequeños, por su aporte nutricional e inmunológico que fortalece la salud y permite un estrecho vínculo emocional entre la madre y el bebé, capaz de lograr con esta interrelación una sensación de placer para ambos.

La OMS recomienda vivamente que la lactancia exclusivamente materna se extienda durante los seis primeros meses de vida y luego se complete con otros alimentos hasta los dos años. Además, debe comenzar en la primera hora de vida a demanda, es decir, con la frecuencia que quiera el niño, tanto de día como de noche, y que se eviten los biberones.

Aunque tradicionalmente se considera que la lactancia materna está en el dominio de la madre, cuando los padres, las parejas, las familias y la sociedad la apoyan, las tasas de lactancia materna aumentan.

Lactar es una actividad de equipo, por lo tanto conocer sobre la misma se hacen mucho mejor cuando tanto la figura paterna y materna se preparan para un acto tan sensible y de alto grado de responsabilidad.

