

Sin prisa por el biberón

Por [Mariela Pérez Valenzuela](#)

Amamantar es una garantía para tener hijos sanos. De ahí que las madres no deban renunciar a esa posibilidad de forma precipitada, pues comprobado está que la leche materna constituye el mejor alimento que existe para los/las lactantes, además de que los protege contra infecciones.

Algunas madres –sobre todo jóvenes- acuden de prisa al biberón ante el menor percance, como dolor en las mamas, intranquilidad del pequeño, falta de conocimiento y otros motivos que se pueden corregir e incluso evitar, si se está consciente que la recompensa por este esfuerzo es incalculable.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda seis meses de lactancia materna exclusiva y después la combinación con otros alimentos para garantizar al bebé las calorías y nutrientes que necesita. A menos que la madre esté enferma y sean mayores los riesgos que los beneficios, coinciden en señalar los especialistas, no es recomendable acudir a otra forma de nutrición durante los primeros meses de vida.

Agosto comenzó, como cada año desde 1992, con la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, esta vez con la premisa “Amamantar y trabajar: ¡Hagamos lo que sea posible!”.

Hace 23 años la Alianza Mundial pro Lactancia Materna (Waba), por sus siglas en inglés, lanzó esta iniciativa y desde entonces son reconocidos los esfuerzos de algunos gobiernos nacionales para promover la lactancia materna, si bien aun queda mucho por hacer para lograr extender esta experiencia.

¿Por qué “Amamantar y trabajar”? La idea es que se amamante a libre demanda, y que se haga en un entorno agradable, tranquilo, con el apoyo del padre, la familia y la sociedad. Ello implica que a la madre ya incorporada a su trabajo se le permita y facilite lactar a su bebé, ya sea autorizándola a salir al menos una hora durante la jornada o en el propio centro laboral, donde deben crearse las condiciones para que se sienta tranquila y segura.

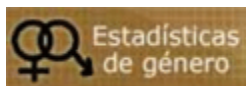
La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que la leche materna favorece el crecimiento y desarrollo general del bebé, previene de numerosas enfermedades en el lactante y mejora sus defensas inmunitarias. Sostiene, además, que las mujeres que lactan tienen menos probabilidades de padecer cáncer de ovario y pecho, en tanto se reduce el riesgo de sufrir osteoporosis.

Además de reforzar la relación afectiva madre-hijo, esta leche también previene el desarrollo de alergias diversas en el bebé como dermatitis y actúa en el crecimiento de su mandíbula, entre otros beneficios.

Investigaciones muestran que cerca de 20% de las defunciones neonatales (menores de un año de edad) se podrían evitar si se empezara a amamantar durante la primera hora de vida.



Otros vínculos



Masculinidades en cuba



No a la violencia contra la Mujer

Observatorio



[Directorio
Prensa](#)

En Cuba...

Cuba cuenta con un Programa de Lactancia Materna que promueve el uso de esta práctica, mediante campañas educativas, charlas y consejería, ofrecidas en hospitales, consultorios médicos de la familia, hogares maternos y escuelas, entre otras iniciativas.

De acuerdo con especialistas del Ministerio de Salud Pública citados en medios de prensa locales, en la Isla uno de cada dos niños menores de seis meses recibe la leche materna, en tanto el 98 % de los recién nacidos salen de los hospitales maternos alimentándose solo con la leche de sus progenitoras.

De igual forma, el país cuenta con bancos de leche materna, distribuidos en varias provincias, incluida la capital, que resultan muy valiosos para la atención de los bebés nacidos prematuramente (32 semanas), los que pesan de 800 a mil 500 gramos, y los recién nacidos en estado grave que necesitan cirugía.

En estos bancos se almacena y procesa la leche humana para facilitarla a pequeños que no pueden alimentarse de la mamá y en los mismos se trabaja con un alto rigor para certificar la calidad de ese producto.

El país se suma a la semana de la Lactancia Materna con múltiples iniciativas, pero el trabajo de convencimiento y de transmisión de conocimientos con las futuras mamás es todos los días, lo cual redundará en los resultados que hoy muestra la Isla, y que dicen mucho de la prioridad que se concede al cuidado y protección de la madre y el niño.

.

.

.

[Escribenos](#) | [Correspondencia](#) | [Galería de Fotos](#) | [Dossier Especial](#)