

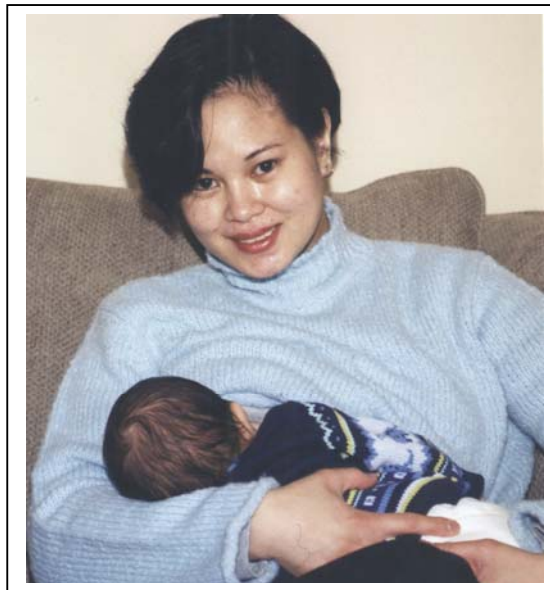
La lactancia es una inversión

Construye un futuro con más salud

Día mundial de la salud, 7 de abril de 2007

El tema de este año del Día mundial de la salud se ocupa de la necesidad de incrementar la seguridad mundial a través del fortalecimiento de la salud global. La Liga de La Leche Internacional (LLLI) y La Alianza Mundial Pro Lactancia Materna (WABA según sus siglas en inglés) se unen a la Organización Mundial de la Salud, y a la comunidad global para resaltar la importancia de este día y de este tema.

Respaldar y proteger la lactancia es invertir en la salud de la madre y el niño. Un niño fuerte y sano constituye uno de los pilares para un futuro seguro en todas las comunidades alrededor del mundo.



La inversión en la lactancia es promisoria de inmensos beneficios

Para la salud de la madre y el niño

- *La base del sistema inmunológico inmaduro del lactante:* el recién nacido es vulnerable y carece de buenas armas para luchar contra las infecciones y las enfermedades. Afortunadamente, desde la primera hora de vida la primer leche materna, el calostro, proporciona anticuerpos y sigue formando la base de un sistema inmunológico sano para el niño.
- *Estímulo para el sistema nervioso del lactante:* la leche materna es alimento para el cerebro; perfectamente diseñada para ayudar a construir un sistema nervioso central fuerte y asegurar que el niño desarrolle su potencial intelectual.

- *Más posibilidades de supervivencia:* en las áreas de bajos recursos, las chances de que el niño sobreviva a las enfermedades infecciosas en los primeros meses de vida son mayores en aquellos alimentados con leche materna. “Solo con una mejor lactancia puede salvarse la vida de más de 3.500 niños cada día, más que con cualquier método preventivo”. (Declaración de Innocenti 2005)
- *Protección contra la desnutrición:* la lactancia protege a los niños de la desnutrición. La falta de amamantamiento y la alimentación inapropiada son las causas principales de desnutrición infantil en todo el mundo.
- *Prevención de la obesidad y el sobrepeso:* la obesidad y el sobrepeso son una epidemia mundial que afecta a 1.100 millones de personas en todo el mundo, y entre ellas al menos 155 millones son niños en edad escolar. La

lactancia se ocupa de lo que el Banco Mundial llama “la ventana de oportunidad” para corregir los daños de por vida producidos por la desnutrición –tanto la desnutrición como la obesidad– que se producen en los dos primeros años de vida. Hoy sabemos que hay una relación estrecha entre el tiempo de la lactancia y el sobrepeso: el riesgo de sobrepeso se reduce en un 4% por cada mes que el bebé es amamantado, por al menos 9 meses (Obesity, 2006)

- *Protección de la madre:* además de nutrir al niño, la lactancia también protege a la madre, ya que reduce el riesgo de padecer cáncer de mama, cáncer de ovario y osteoporosis. Al amamantar a su bebé, el metabolismo de la mujer se beneficia, lo que le permite utilizar de mejor manera los alimentos que consume, y reducir la cantidad que necesita. (Obesity, 2006)

Para la comunidad en general

Control de la natalidad: la lactancia exclusiva, parte integral del método de amenorrea de la lactancia, podría ser un método anticonceptivo natural. Esto incrementaría el espaciamiento entre nacimientos y reduciría el riesgo de los embarazos fuera de plan.

Protección del medio ambiente: la lactancia es natural y no perjudica al medio ambiente. No requiere producción de plástico, ni combustible para el traslado, ni uso de tierras, ni produce ningún tipo de desecho.

Seguridad financiera: la leche de pecho es una materia prima muy valiosa. Es una fuente de alimento auto suficiente que no tiene costo alguno, al mismo tiempo proporciona una nutrición sin igual y reduce los gastos médicos de la familia.

Para la defensa durante los desastres y las crisis

Autoabastecimiento: la madre que amamanta puede hacerlo de manera independiente. Su leche está disponible siempre, no necesita agua limpia ni recipientes, y puede dársela a su bebé en cualquier momento.

Seguridad: el simple acto de amamantar proporciona una fuente necesaria de seguridad y reducción del estrés, tanto para la madre como para el bebé.

Prevención: el mejoramiento de la inmunidad producido por la lactancia puede frenar el esparcimiento de enfermedades y ayudar a una recuperación más rápida en caso de padecerlas.

Organización Mundial de la Salud - Mensajes clave del día mundial de la salud 2007 a través de los ojos de LLLI y WABA

Las amenazas a la salud no tienen fronteras: afortunadamente, los beneficios de la lactancia son universales. LLLI y WABA promueven la salud de las madres y de los niños a través de alianzas internacionales de defensores de la lactancia y ayudando a madres y lactantes en todo el mundo, en más de 120 países.

Invierte en salud, construye un futuro mejor: los niños son el futuro del mundo. En todo el mundo, los niños alimentados con leche materna son más fuertes y sanos. Apoyar la salud de la madre y del niño e invertir en la lactancia es una de las maneras más concretas de construir un futuro con más salud.

La salud conduce a la seguridad; la inseguridad conduce a la falta de salud: para que las madres puedan amamantar de manera apropiada, los gobiernos, los sistemas de salud, la sociedad civil, el sector privado y el público en general deben crear un ambiente propicio y seguro que respalde la cultura de la lactancia materna.

Estar preparado y responder de manera veloz mejoran la seguridad sanitaria: la madre que está amamantando está preparada para cuidar de su bebé en cualquier situación y circunstancia, y su respuesta solo tardará lo que demore en poner el bebé al pecho.

Autora: Melissa Vickers

Referencias:

Declaración de Innocenti 2005 sobre la alimentación de lactantes y niños pequeños:
<http://innocenti15.net/declaration.htm>

Vickers, M. ***Breastfeeding and Obesity***. LLLI, Septiembre 2006. Publicación no. 1874-17.

Una isla de paz

A la lista de características únicas de la lactancia le agregamos una más: su universalidad. Un bebé al pecho representa el lenguaje común de la maternidad. Los bebés tienen necesidades básicas que no cambian, sin importar cuándo o dónde hayan nacido. El hermoso acto natural que es alimentar a un pequeño posee esta cualidad atemporal. Es un lazo con otras madres y un signo incluso, del poder de la mujer. La habilidad del cuerpo de la madre para nutrir a su hijo es una fuente de fortaleza. Y a través del efecto tranquilizador de la lactancia, se crea una isla de paz. Es un pequeño milagro, prerrogativa de las madres, los bebés y las familias alrededor del mundo.

El arte femenino de
Amamantar (versión en inglés),
La Leche League International, 2004, p. 388



La Liga de La Leche Internacional es una organización sin fines de lucro fundada en 1956 por 7 mujeres que querían ayudar a otras mujeres a amamantar a sus bebés. LLLI, la fuente más grande de recursos e información relacionada con la lactancia, brinda aliento mundialmente a través del respaldo madre a madre y de sus grupos de apoyo a la lactancia materna en 69 países.



La Alianza Mundial Pro Lactancia Materna (WABA) es una red mundial de individuos y organizaciones que se ocupan de la protección, difusión y apoyo de la lactancia en todo el mundo basándose en la Declaración de Innocenti, en los Diez eslabones para nutrir el futuro, y en la Estrategia global de la OMS y UNICEF para la alimentación de lactantes y niños.

LLLI y WABA anuncian la cumbre “State of the Art of Mother Support” que será llevada a cabo el 18 y 19 de julio en Chicago, Illinois, Estados Unidos, previo a la conferencia por el 50 aniversario de LLLI. Para más información acerca de la cumbre y la conferencia visite www.waba.org.my o www.llli.org