

# Lactancia materna: responsabilidad de salud pública



La lactancia natural es parte fundamental en la nutrición, salud e índole social esencial para el sano crecimiento y desarrollo del lactante.

Ese importante mensaje fomenta la **Semana Mundial de la Lactancia Materna**, que alrededor de 120 países celebran del 1 al 7 de agosto.

## ¿Por qué se celebra la Semana Mundial de la Lactancia Materna?

En 1981, funcionarios de sanitarios de varias partes del mundo asistieron a una Asamblea Mundial de la Salud para **establecer mecanismos que contrarrestaran las estrategias publicitarias de las empresas productoras de alimentos sustitutos de la**

**Leche materna** para lactantes y niños pequeños, estrategias lograban disminuir el periodo de lactancia materna, dando como resultado un alto incremento de muerte de infantes.

El resultado fue el Código Internacional de Sucedáneos de la Leche Materna, para frenar los intereses comerciales que sólo buscan la reducción de la lactancia materna.

Por ello, la OMS y la Unicef impulsan y protegen los beneficios de la lactancia materna.

También buscan **impedir y eliminar la discriminación existente en todos los ámbitos hacia las madres lactantes.**

## **Beneficios para los bebés y madres**

**En los bebés, los beneficios de la leche materna son:**

- Desarrollo saludable del cerebro.
- Disminuye el riesgo de padecer las enfermedades más comunes en la infancia.
- Es de fácil digestión, además está siempre disponible y a la temperatura apta para beber.
- Estimula el desarrollo emocional.

**En las mamás, los beneficios de la lactancia natural son:**

- Acorta el tiempo de recuperación después del parto.
- Impulsa la relación psico-afectiva con su bebé.
- Reducción del peso que adquirieron durante el embarazo.
- Disminuye el riesgo de enfermar de cáncer de mama u ovario.

## **¿Qué obstáculos enfrentan las mujeres para realizar una buena**

# Lactancia?

Gran número de mujeres continúan encontrando obstáculos para realizar buena lactancia. Es común que cuando se reincorporan a laborar, dejan de amamantar a sus bebés óptimamente.

México es uno de los países que busca hacer frente a la erradicación de dichas barreras en el ámbito laboral, por lo que exhortan a los centros de trabajo a implementar políticas a favor de la lactancia.

Por lo anterior, es importante **promover la instalación de salas de lactancia en centros de trabajo**: lugares dentro de la empresa acondicionados para que las madres lactantes puedan amamantar o extraerse la leche y almacenarla de forma segura.

Lo anterior permite dar paso al incremento de la productividad como consecuencia de la disminución de ausentismo, aumentando la posibilidad de que las madres regresen al trabajo después del parto al existir un entorno en el que se apoye la lactancia materna.