

Fuente: El Dia de Córdoba

Fecha: 04 de octubre de 2009

Título: La leche materna, una fuente de vida

Link: <http://www.eldiadicordoba.es/article/cordoba/530369/la/leche/materna/una/fuente/vida.html>

La leche materna, una fuente de vida

La Asociación Almamar organiza un encuentro con el fin de dar a conocer los beneficios de la lactancia. Hasta la década de los cincuenta y sesenta, prácticamente todos los bebés se criaban con la leche de su madre o, en algunos casos, con la de las nodrizas. Sin embargo, la mitad de las mujeres sólo daban el pecho hasta los dos meses.

Gema N. Jiménez | Actualizado 04.10.2009 - 01:00



Dos madres dando el pecho a sus hijos en los jardines de la Agricultura, ayer.

El momento en que una madre amamanta a su hijo constituye una intensa satisfacción, ya que, además de nutrición, el recién nacido recibe una serie de estímulos positivos para su desarrollo. El contacto físico con la madre, el sonido de su voz y el olor de su cuerpo son muy importantes para el bebé durante los primeros meses de su vida, en los que se instaura el vínculo afectivo. Por ello, la Asociación Almamar, coincidiendo con la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia, se congregó ayer en los jardines de los Patos para lanzar todo un mensaje de difusión de esta práctica, que es beneficiosa tanto para la madre como para su hijo.

Muchos estudios, así como la Organización Mundial de la Salud (OMS), avalan que la leche materna es el alimento ideal para el recién nacido, puesto que satisface todas sus necesidades de crecimiento, a la vez que recibe un alimento siempre a la temperatura ideal, totalmente higiénico y además es económico, un detalle muy importante en los tiempos actuales. Una de las componentes de la Asociación Almamar, Leonor, asegura que está demostrado que durante los seis primeros meses de vida del bebé la lactancia exclusiva es lo ideal, y que a partir de ese momento hasta los dos años o más lo más adecuado es la combinación entre la leche materna y otro tipo de alimentos. Y es que la leche de la madre aporta al bebé beneficios inmunológicos, le previene de alergias o de obesidad infantil, mientras que en la

madre le ayuda a prevenir el cáncer de cuello de útero, del cáncer de mama, así como de enfermedades relacionadas con los huesos como la osteoporosis.