

Fuente: Mujeres

Fecha: 11 de febrero de 2010

Título: BENEFICIA A MADRES E HIJOS LA LACTANCIA

Link: <http://www.mujeres.cubaweb.cu/actualidad.asp?art=3518>

BENEFICIA A MADRES E HIJOS LA LACTANCIA

Por [José A. de la Osa](#)

El coordinador del Programa Nacional de Lactancia Materna, el neonatólogo Válder Martínez Corredera, resaltó en La Habana la importancia de que las mujeres amamanten de manera exclusiva a sus hijos durante los primeros seis meses de vida, complementada luego con alimentos hasta los dos años de edad.

Actualmente apenas un 26% de las mujeres lactan de manera exclusiva a sus hijos durante los primeros seis meses de vida.

Es propósito de las autoridades sanitarias incrementar la divulgación en torno a esta temática, porque es criterio compartido por especialistas consultados por Granma de que el conocimiento que posea la mujer sobre los beneficios a madres e hijos de la práctica de la lactancia materna, influye de manera positiva en la puesta en práctica de esta alimentación.

"Ello depende en gran medida de la información que reciban las gestantes, en lo que el personal de los servicios de salud tiene una alta responsabilidad, como también ofrecerles una buena preparación psicológica prenatal", consideró el doctor Martínez.

La agencia de Naciones Unidas que garantiza el cumplimiento de los derechos de la infancia, UNICEF, asegura que la leche materna tiene un balance perfecto de los nutrientes y el agua que el bebé necesita para alcanzar un crecimiento y desarrollo adecuados, previene de múltiples enfermedades como la diarrea o la neumonía, y posibilita, incluso, que un niño amamantado tenga un coeficiente de inteligencia superior.

Igualmente, reduce el riesgo de cáncer de mama y ovario, y ayuda a la mujer a recuperar el peso anterior al embarazo. Investigaciones recientes aseguran que los adultos que de pequeños tuvieron lactancia materna suelen tener una tensión arterial más baja, menos colesterol y menores tasas de sobrepeso, obesidad y diabetes insulino dependiente.

La OMS recomienda el calostro (la leche amarillenta y espesa que se produce al final del embarazo) como el alimento perfecto para el recién nacido, y su administración debe comenzar en la primera hora de vida.

La madre cubana trabajadora, privilegiada por nuestra sociedad socialista, tiene la posibilidad incluso de prolongar la lactancia materna exclusiva durante más de seis meses al concedérsele una licencia de maternidad remunerada de un año.

Por la protección que brinda, la leche de la madre no solo es considerada el mejor alimento, sino que se convierte en la mejor vacuna para asegurar la salud de los recién nacidos.

Fuente: Granma