



Veículo: El Universal

Data: 13/08/2015

Link: <http://www.eluniversal.com.co/salud/mujeres-embarazadas-siguen-celebrando-el-mes-de-la-lactancia-materna-202664>

Título: Mujeres embarazadas siguen celebrando el mes de la Lactancia Materna

En Cartagena, más de 150 mujeres embarazadas acudieron a la cita en el Hotel Dorado Plaza en el barrio Bocagrande para escuchar de primera mano los mejores consejos para la etapa que se les avecina: ‘la leche materna es el mejor regalo que le podemos dar a nuestros hijos’, coincidieron todas al terminar el evento.

“Estas mujeres gestantes fueron priorizadas a través de sus Entidades Promotoras de Salud (EPS) e invitadas a este encuentro en el que recibieron interesantes mensajes relacionados con los mitos y beneficios de la lactancia materna, la importancia de la salud oral en la gestante y sobre el banco de leche materna con el que cuenta Cartagena hace un año”, informó María Luisa Villalba Bustillo, líder del Programa de Alimentación y Nutrición del DADIS.

Jessica Herrera López, una de las mujeres gestantes invitadas a este evento, afirmó: “me sentí muy bien en este evento porque soy madre primeriza y realmente estas socializaciones son muy buenas porque hay muchas madres que han tenido hijos y no les dan leche materna a los hijos por muchos mitos de los que hablaron hoy acá, este evento me gustó mucho porque se me despejaron muchas dudas que tenía sobre todo por ser madre primeriza”.

Mitos

La líder del Programa de Alimentación y Nutrición del DADIS se refirió a uno de los mitos más frecuentes: “escuchamos decir a las madres que no le dan seno al bebé porque no

sale leche, nos explicaron que al principio el bebé mama poco y llora, entonces las madres creen que es que no sale leche, lo que sucede en realidad es que la capacidad gástrica del niño es muy pequeña y por consiguiente no va a tomar tanta cantidad como lo haría un niño que tienen 15 o 20 días de nacido. Este niño va a pedir leche cada hora lo que no haría con la leche normal porque esta última lo indigesta”.

Otro de los mitos más comunes es que lactar engorda porque a la mujer le da más hambre, o que duele. Ambos son falsos, la mujer va a seguir comiendo igual y que sienta dolor puede indicar que requiere masajear el seno o que solo le está dando leche al bebé con el pezón y tanto movimiento del niño con la boca lo agrieta, lo que debe hacer es mejorar la técnica de amamantar e introducirle en la boca tanto el pezón como la areola.

Además de escuchar las charlas, las mamitas recibieron obsequios y participaron de rifas donde con sus respuestas demostraron haber interiorizado los consejos que se les dio durante las conferencias.