

Fuente: La Nación

Fecha: 01 de agosto de 2013

Título: 'Esta leche no es alimento, es seguro de vida para los bebés'

Link: [http://www.nacion.com/vivir/vida-sana/leche-alimento-seguro-vida-bebes\\_0\\_1357264280.html](http://www.nacion.com/vivir/vida-sana/leche-alimento-seguro-vida-bebes_0_1357264280.html)

Hoy comienza Semana de Lactancia Materna

## **'Esta leche no es alimento, es seguro de vida para los bebés'**

Irene Rodríguez S. - Actualizado el 1 de agosto de 2013 a: 12:00 a.m.

Sustancia hidrata al menor, lo hace tomar fuerzas y evita enfermedades

Dos mujeres narran por qué dieron de mamar e incluso han donado su leche

Una de ellas tiene ocho hijos y a todos les dio de mamar. La otra tiene solo dos hijas, pero amamantó a sus sobrinos, y va más de tres veces por semana a donar leche al Banco de Leche Humana en el Hospital de San Ramón de Alajuela.

Sus experiencias son diferentes, pero ambas las hacen por una misma razón: "la leche materna es como si fuera un seguro para los bebés y los mantiene con fuerza", enfatiza Felipa Picado, una de las donadoras más frecuentes del Banco de Leche ramonense.

**Amor de madre.** Salvadora Carvajal siempre quiso una familia grande y lo logró, pues tiene ocho hijos, entre los 11 meses y los doce años. Ella piensa que el darles leche materna a todos fue la mejor decisión.

"Uno ve que son niños más apagados, el vínculo que se crea con uno como mamá es muy fuerte. Además, son chiquitos muy sanos, muy fuertes. Eso es porque la leche le da al bebé las defensas que necesita mientras el cuerpo fortalece el sistema inmunológico", explicó esta vecina de San Juan de San Ramón de Alajuela.

"Yo les digo a quienes dicen que no pueden hacerlo, que lo intenten. A veces cuesta, porque hay poca leche, pero se logra. Los beneficios son muchos; con una onza que tenga la mamá, al bebé ya le ayuda", agregó.

**Amor por otros.** Felipa Picado nunca tuvo el problema de otras mujeres de no tener leche suficiente para su bebé. Ella más bien produce leche en exceso.

Cuando tuvo a su primera hija, hace doce años, les dio de mamar también a dos sobrinos y tres hijos de vecinas.

Hoy, su hija menor tiene año y tres meses, y desde que nació, es donadora asidua en el banco de leche. A tal punto que de las 25 donaciones que se hicieron en el mes de julio, 11 fueron hechas por ella.

“Todos los días tomo el bus de las 6 a. m. para donar. La gente me pregunta si hago esto casi todos los días porque me pagan, pero la verdad es que lo hago por puro amor. Me siento bien de ayudar a chiquitos que necesitan la leche”, dijo.

“Pienso seguir en esto hasta que ya la máquina no me saque leche. Todavía tengo mucha que dar”, concluyó.