

# Boletín de Apoyo a la Lactancia Materna (Español V15N1)

## Trabajando JUNTOS para crear SOCIOS

*“Existen muchas barreras para las madres que quieren amamantar. No deberían tener que hacerlo solas. Si usted es un clínico, un familiar, un amigo o un empleador, puede ser muy importante para brindar ayuda a las madres que quieren amamantar “. Regina Benjamin, cirujano General de EE. UU. (2011)*



*Photo Credit: iStockphoto.com/ Sasiistock*

El tema del boletín electrónico de apoyo a la madre lactante, vol. 15, n° 1, es “Trabajando JUNTOS y creando SOCIOS. Las madres de todo el mundo enfrentan muchos factores que interfieren en el éxito de su jornada de lactancia: falta de apoyo de familiares, información errónea de su equipo sanitario, censura por amamantar en público o por hacerlo en horario de trabajo, por nombrar unos pocos. ¿Qué sucede cuando las madres tienen el apoyo familiar?, ¿cuando reciben el apoyo de parteras que entienden la importancia de la lactancia en la primera conexión entre la madre y el bebé?, ¿cuando las empresas que apoyan la lactancia materna en público, incluso en los ambientes más duros? y ¿qué pasa cuando los niños viven en un mundo estrechamente tejido con la lactancia materna? En este número compartimos algunas de estas historias de éxito de madres de todo el mundo y el apoyo que se construye a su alrededor para garantizar un período de lactancia gratificante. Esperamos que esto alimente su pasión, energía y compromiso de trabajo para normalizar la lactancia materna.

### **Damos la bienvenida a sus aportes**

La Alianza Mundial para la Acción de Lactancia Materna (WABA) publica dos veces al año el Boletín electrónico de apoyo a la madre lactante para crear conciencia y apoyar a que todas las madres inicien y sostengan la lactancia materna. Incluye historias, información relevante para la promoción y el apoyo de la lactancia materna y se destacan los esfuerzos realizados en todo el mundo por organizaciones, trabajadores de la salud, empresas, comunidades, para apoyar a la madre lactante. El boletín ayuda a todos los que trabajamos con la lactancia materna a sentirnos apoyados y apreciados en lo que hacemos y a mejorar la ayuda que prestamos a madres, padres, familias y comunidades en el período de lactancia materna.

Serán bienvenidas todas las sugerencias o presentaciones, como cualquier acción tomada, trabajo específico realizado, investigaciones y proyectos llevados a cabo desde diferentes perspectivas y de diferentes partes del mundo, que pudieran haber proporcionado apoyo a las mujeres en su papel de madres lactantes. Las presentaciones deben tener entre 250 y 500 palabras e incluir un título y una breve biografía del autor (2 a 3 oraciones). Por favor, sea específico e incluya detalles relevantes, como nombre de lugares, personas y fechas exactas. También son bienvenidas las fotos que ilustran un tema específico. Envíe sus aportes a [gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com).

Nos reservamos el derecho de editar cada envío por la ortografía, la gramática y la claridad del contenido.

Por favor, comparta este boletín con sus amigos y colegas. Para suscribirse, envíe un correo electrónico a [gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com) y especifique la preferencia de idioma (inglés, español, francés o portugués).

Las opiniones e informaciones expresadas en los artículos de este número no reflejan necesariamente las opiniones y políticas de WABA, el Grupo de Trabajo de Apoyo a la Madre ni de los Editores del Boletín. Para más información o discusión temática, por favor contacte a los autores directamente.

## **EN ESTA ENTREGA**

### **Carta del editor**

- [Adiós y Hola, Rebecca Magalhães y Pushpa Panadam](#)

### **Trabajando JUNTOS para crear ENFOQUES colaborativos: Matronas**

- [Encontrar un camino, Bettina Breunig \(Alemania\)](#)
- [¡Contacto o contacto visual, Saja Erens \(Países Bajos\)](#)

### **Las voces de las madres: la esencia de la lactancia materna**

- [Lactancia desde el inicio, Emma Fitch Harrison \(EE. UU.\)](#)
- [No confiaba en mi cuerpo, Alexandra Romo \(Ecuador\)](#)
- [Cómo quienes me apoyan me ayudaron a mantenerme comprometida con la lactancia materna, Amanda Lauder \(Sudáfrica\)](#)
- [Lactancia, madre latina busca apoyo, Luisa Colón \(EE. UU.\)](#)

### **Buenas prácticas: apoyo a la madre en todo el mundo**

- [Conformar grupos de apoyo para las madres en la República Kirguisa, Maryanne Stone-Jimenez](#)
- [¡Nuevo programa de visitas a casa lanzado en Hinche!, Matronas para Haití](#)
- [Seav Mey: bebé milagroso de Camboya, Selen Göbelez Dumas](#)
- [Lactancia materna: cómo un grupo luchó contra la propagación de la leche de fórmula en los campamentos de refugiados \[en Grecia\], Nurture Project International](#)

### **Un tema familiar: la principal red de apoyo de la madre**

- [¡Sí! Las abuelas pueden amamantar, Ines Avellana-Fernandez \(Filipinas\)](#)
- [Apoyo a la lactancia materna: el papel de un abuelo, Christopher Smith \(México\)](#)
- [Convertirse en padre en Camboya, Alex Hales \(Camboya\)](#)

### **Agentes del cambio (Changemakers): soñadores, hacedores e innovadores que normalizan la lactancia materna**

- [Aquí es bienvenida la lactancia materna: tomar la iniciativa en la creación de espacios públicos seguros para madres lactantes](#)

### **Rincón para niños**

- [Apoyo a madres, Kalpana \(EE. UU.\)](#)
- [La lactancia materna es una parte del recreo, Lucía \(Camboya\)](#)
- [Los humanos son también mamíferos, Katherine \(EE. UU.\)](#)

### **Honrar a los defensores de la lactancia materna**

- [Traductores ¡Los defensores de la lactancia!, Rebecca Magalhães y Pushpa Panadam](#)

### **Mantenerse actualizado**

- [Investigación, acontecimientos y recursos](#)

---

## Adios y hola

Pushpa Panadam y Rebecca Magalhães

### Adios...



*Rebecca disfruta del jardín de su hermana*

---

Catorce años -para algunos lectores, esto puede parecer mucho tiempo y para otros, sólo un pestañeo. Sin embargo, independiente



*Pushpa recibe el año nuevo, 2017, con su hija, esposo e hijo*

---

mente de cómo se lo vea, es por cuánto tiempo ha existido este boletín electrónico. Se trataba de una idea de la Secretaría de la Alianza Mundial para la Acción de Lactancia Materna (WABA), propuesta al Grupo de Trabajo de Apoyo a la Madre de WABA como actividad para el Grupo de Trabajo. Después del debate de todos los involucrados, se aceptó la idea y luego se puso en marcha. Ahora, catorce años después, los co-redactores del boletín, Pushpa y Rebecca, llegaron a la conclusión de que es el momento de entregar la redacción y es tiempo de decir ¡ADIOS! ¡Estos 14 años fueron muy gratificantes! Juntos, aunque vivan a miles de kilómetros, gracias a la tecnología, creamos, revisamos y finalizamos cada número... ¡37 en total! Es increíble la cantidad de veces que nos dimos cuenta que estábamos pensando lo mismo. Cada tema fue una obra de amor, apoyada por la comunidad mundial de lactantes, pero especialmente ¡por la Secretaría de WABA! ¡Gracias! Nuestro papel será el de suscriptores y lectores, ¡al igual que todos ustedes!

Hola...



*Natalia Smith*

---



*Melissa Vickers*

---

Invitamos a nuestros suscriptores a dar la bienvenida a la nueva editora del boletín-Natalia Smith. Natalia, nacida en México y madre de dos niños amamantados, vive en Camboya con su esposo. Además de haber sido amamantada, creció aprendiendo y experimentando el apoyo madre a madre de su madre, líder de la Liga de la Leche durante mucho tiempo. Con una Maestría en Salud Pública, Natalia recientemente completó un curso con International Childbirth para convertirse en una consejera certificada sobre lactancia materna. Tiene una mentalidad global, habla con fluidez el inglés y el español, siempre está deseosa de aprender y espera interactuar con madres lactantes, padres, familias, proveedores de salud y todos aquellos que apoyan la lactancia materna en todo el mundo. ¡Bienvenida, Natalia!

Ayudando a Natalia en este trabajo está Melissa Vickers, una Líder LLL que vive en EE. UU., que la apoyará en la identificación de los autores de artículos, en el control de la información, en revisar y cerrar cada tema. Durante los últimos 13 años, Melissa ha trabajado con WABA para redactar la Declaración conjunta del Día Mundial de la Salud LLLI / WABA. ¡Gracias por unirte a este esfuerzo, Melissa!

Nosotras (Pushpa y Rebecca) estamos muy felices y totalmente en paz, ya que dejamos lo que fue para nosotros, un tiempo maravilloso, sabiendo que nuestro querido boletín de noticias está en ¡muy buenas manos!

---

# En busca de un camino

Bettina Breunig



*Colección de fotos de lactancia materna de Paulina Smith*

La forma en que nacimos importa no sólo para el bebé como individuo, sino para todos como sociedad. Vivimos en un mundo en el que hacemos hincapié en las decisiones individuales, por lo que seguir nuestro propio calendario es casi una expresión de nuestra independencia y libertad. Por lo tanto, a menudo es muy difícil dejarnos llevar por la experiencia del parto y la lactancia. Tenemos que confiar en ese proceso divino y creativo que nos conduce y hay que abrazar su flujo.

Como parteras, todo lo que hacemos es ayudar a las madres y familias a recuperar la confianza. Y si las madres están perdiendo la esperanza o se pierden, ayudamos a encontrar el camino de regreso, de vuelta a la senda más individual y adecuada.

La lactancia materna y la forma en que damos a luz están fuertemente relacionadas. Ambos son aliados que trabajan juntos. Durante el trabajo de parto, se libera un cóctel de hormonas que prepara a la madre y al niño para lo que viene luego; después de separarse por el nacimiento, la simbiosis de la madre y el niño continúa, el bebé vuelve a formar parte del cuerpo de la madre. ¿Sabía usted que los bebés sienten el pecho de su madre como parte de su propio cuerpo? Cuanto menos intervención tenga un nacimiento, mejor se producirá el cóctel de hormonas y menos deberé apoyar como partera a las mujeres y al bebé con la lactancia materna. Los bebés saben qué hacer y actúan cuando se les da la oportunidad. Un bebé se arrastrará hasta el pecho y se enganchará sin ninguna ayuda. Pero a veces necesito hacer algo más que estar allí.

Una de mis experiencias más memorables cuando se trata de la lactancia materna fue la experiencia de un bebé prematuro nacido a las 32 semanas de edad gestacional, que pesaba poco más de 950 grs. Fue alimentado a través de una sonda durante 4 semanas, mientras luchaba muy duro por su vida a causa de infecciones y otras condiciones médicas.

La madre se sacaba leche y la cantidad que el bebé recibía a través del tubo fue aumentando con el tiempo. Se le permitió a la mamá sacarlo de la cama para tenerlo en brazos (método de madre canguro) y ella y el papá aprovechaban esa oportunidad siempre que podían. Cuando había aumentado casi 400 gramos, todavía muy pequeño, era lo suficientemente fuerte para prenderse al pecho y hacer sus primeros movimientos de succión, pero siempre se dormía profundamente a los pocos segundos. Aún era demasiado esfuerzo para él.

Animé a la madre a tener mucho contacto piel a piel y a ponerse al bebé cerca del pecho tan a menudo como fuera posible. Lentamente, pero de manera constante, se prendió al pecho y succionó un par de veces. Siguió así durante 8 semanas, cuando se le dio de alta y pudo irse a casa. Hasta entonces, estaba acostumbrado a recibir alimento principalmente con biberón.

Ayudaba a la madre y al niño todos los días, iba a su casa (el apoyo de la comadrona y las visitas domiciliarias están cubiertas al 100 % por el seguro de salud alemán). Después de solo 10 días, su alimentación era por completo por amamantamiento y subió de peso. Después de todo este tiempo en el hospital y las diferentes maneras de alimentación, este niño de todas formas mostró una clara preferencia por ser amamantado. Solo necesitaba tiempo, apoyo y paciencia hasta que estuviera lo suficientemente fuerte.

Para mí, la lactancia materna es realmente la forma más natural y saludable de alimentar a un niño. Y no solo beneficia la salud general de la madre y su hijo, sino que también genera un vínculo increíblemente profundo que reconforta y da seguridad al bebé.

A pesar de que a veces la lactancia materna exclusiva no es posible o tenemos que encontrar buenas soluciones intermedias, como una comadrona, me veo como una facilitadora para hacer de la lactancia materna una gran historia de éxito personal.

*Bettina es una comadrona certificada desde 2007. Trabaja desde hace varios años en un hospital universitario de nivel 1, pero en los últimos años ha trabajado principalmente como comadrona independiente en la atención pre y posnatal. Actualmente realiza visitas domiciliarias e imparte clases pre y posnatales con un enfoque principal en la región pélvica. Bettina también tiene una maestría en gestión de la salud y es instructora certificada de Kundalini Yoga. Vive con su marido en Hamburgo, Alemania y le gusta pasar tiempo al aire libre con su perro bernés de montaña.*

*Puede verla en su charla para TedxTUHHSalon: [¿Por qué importa cómo nacemos?](#) (enero 2015)*

---

## ¿Contacto electrónico o contacto visual?

Saja Erens



*Crédito de la foto: iStockphoto.com/ Halfpoint*

Las madres y las comadronas trabajan mucho juntas para guiar a los bebés desde el vientre hasta el mundo. Al cortar el cordón umbilical, la comadrona desconecta a la madre y al bebé, pero los vuelve a conectar al ponerlos cerca, corazón contra corazón, mirándose a los ojos, piel con piel. La comadrona establece este primer contacto y estimula a la madre a tocar, mirar a su bebé y a hablarle. Esto sincroniza el ritmo biológico y cardíaco de la madre y el bebé, así como su temperatura corporal y los sincroniza neurológica y químicamente, favoreciendo su regulación límbica y bienestar general.

La palabra “contacto” deriva del latín “con” (junto con) y “tangere” (tocar) y quiere decir “dar y recibir información mediante el tacto (físico)”. La forma máxima de contacto es la lactancia materna. Durante la lactancia, el bebé transmite información importante al cuerpo de su madre y viceversa. Basta con mirar la interacción fisiológica, cómo la succión del bebé libera un cóctel de hormonas que determina la producción de leche de la madre, sus habilidades para generar un vínculo y su capacidad para leer, interpretar y atender a las necesidades de su bebé.

Al iniciar la lactancia materna y establecer un contacto seguro entre la madre y el recién nacido, hay muchos factores (no podemos abordar todos ellos aquí) que pueden perturbar o complicar este proceso de manera sutil. Uno que he empezado a observar es la omnipresencia de dispositivos móviles en salas de parto y salas de maternidad, cuyo uso puede interferir con el proceso vital de lactancia y generación del vínculo entre madre e hijo. Si bien me encanta la tecnología y jamás criticaría a las madres que se benefician de su potencial positivo, también me siento responsable de informar sus posibles desventajas.

No es raro ver que el hecho de dar a luz esté acompañado de actualizaciones continuas sobre el progreso en las redes sociales, desde la primera contracción hasta las primeras imágenes de bebé. El mundo podría incluso ser informado antes de que los padres comiencen a observar de cerca y llegar a conocer a su propio bebé. Todos aquellos que hayan estado enamorados recordarán la sensación de estar en una burbuja, donde lo único que importa es estar en contacto con esa persona. Las primeras semanas después del parto idealmente deberían parecerse a estar embarazada.

La hormona del amor, la oxitocina, desempeña un papel importante en el enamoramiento, así como en el parto y la lactancia. La investigación muestra que el uso de redes sociales también libera oxitocina. Tal vez ahí es donde está la trampa. Nuestra dependencia de la oxitocina está cambiando a una fuente virtual. El contacto electrónico supera al visual como fuente de nuestro estímulo amoroso y el contacto tiende a pasar de ser una conexión mutua a una conexión autodirigida. Silenciosamente, está diluyendo la esencia del contacto, es decir, la entrega y recepción de información mediante el tacto, en la que la reciprocidad es clave.

Es difícil alcanzar el nivel de disponibilidad y reciprocidad requerido para la lactancia cuando nos distraen las redes sociales. El contacto electrónico disminuye el contacto visual entre la madre y el bebé. Sin embargo, el contacto visual es esencial para el sentido de autoestima del bebé. El contacto visual durante el amamantamiento es beneficioso para el niño, ya que promueve su desarrollo cerebral. Es además un signo de compromiso materno positivo con el intercambio íntimo de señales y respuestas con su bebé. También es probable que un mayor contacto visual con el bebé reduzca la necesidad de la madre de tener un contacto electrónico. La confirmación de la maternidad viene preferiblemente de la respuesta del bebé, no del número de “me gusta” de las redes sociales.

Podría ser difícil hacer la transición de una cultura que enfatiza el mirarse a sí mismo a través de los ojos del mundo, a mirarse en el espejo de los ojos de un bebé y conectar con él y estar en su misma sintonía. A nosotras, como comadronas, nos encantaría ayudarle a que todos los ojos estén puestos en el niño o la niña.

*Saja Erens es una comadrona holandesa apasionada por los temas que cruzan las fronteras. Trabaja como ecografista prenatal y es una “bloguer” en el portal [www.midwifewithoutborders.org](http://www.midwifewithoutborders.org). Tiene experiencia en investigación académica y derecho ambiental (LL.M, M.Phil).*

---



# Lactancia desde el inicio

Emma Fitch Harrison



*Emma con su hija, Ava, en su primer cumpleaños*

Como profesional de la industria del “fitness”, la nutrición siempre ha sido extremadamente importante para mí. Cuando quedé embarazada de mi primera hija, decidí muy pronto que quería amamantarla, si podía, debido al valor nutricional que esto proporcionaría a mi hija. Todavía tenía que darme cuenta de cuántos otros beneficios tendría también, tanto para mi hija como para mí.

Mi hija nació prematuramente, a las 36 semanas. Afortunadamente estaba sana pero temía que, debido a que había nacido antes de lo esperado, tendría más probabilidades de desarrollar enfermedades o infecciones que si hubiera nacido al final del noveno mes de embarazo. Fue en sus primeros meses que empecé a darme cuenta de cómo la lactancia materna tenía un impacto positivo en mi hija. Me di cuenta de que cada vez que tenía, aunque sea un poquito de resfriado o de otra enfermedad, mi leche se espesaba y cambiaba a un color más oscuro. Mi médico me explicó que esta leche estaba llena de más anticuerpos para evitar la enfermedad. Me sorprendió que mi leche pudiese cambiar tanto, no solo en función de la ingesta calórica que mi hija necesitaba, sino también para cubrir otras necesidades de salud.

Aparte de estos beneficios, creo que la lactancia materna ha creado un vínculo increíble entre mi hija y yo. Se ha convertido en algo más que una fuente de nutrición; la reconforta y le da seguridad. Creo que el tiempo que pasé con ella en brazos mientras la amamantaba la ayudó a sentirse segura, amada y fortaleció nuestra unión como madre e hija.

Me siento afortunada de que la lactancia materna haya sido fácil para mí. Sé que no siempre es así para algunas mujeres. Para mí, hubo muchos factores que contribuyeron a mi experiencia positiva con la lactancia materna. Además de los beneficios nutricionales, la lactancia materna era práctica. No tenía que preocuparme por llevar biberones y leche de fórmula conmigo cuando salía de casa. Además, la lactancia materna era reconfortante para mi hija cuando tenía algún malestar y nos unió desde el principio. No siento que haya tenido problemas con la lactancia materna y por eso estoy agradecida.

Ahora estoy embarazada de mi segundo hijo y claro que voy a amamantar de nuevo. ¡Espero con ansias esa experiencia de conexión entre los dos!

*Emma Fitch Harrison es nativa de Richmond, Virginia. Ella y su esposo, Davis, han sido amigos desde la infancia. Se enamoraron y contrajeron matrimonio en el otoño de 2016. Emma es madre de Ava (2) y espera su primer hijo*

*con Davis este verano! Emma se ha graduado de la Regent University recientemente, donde estudió Comunicaciones Estratégicas. Es especialista en contenidos digitales y entrenadora personal, pero su trabajo favorito es ser madre. A Emma le apasiona todo lo relacionado con la salud y la actividad física, y tiene su propio blog de fitness. En su tiempo libre, le gusta levantar pesas en el gimnasio o salir a explorar con su marido y su hija.*

---

## No confiaba en mi cuerpo

Alexandra Romo



*Alexandra en Quito, Ecuador con sus dos hijas (Amelia y Helen)*

---

En cuanto a la lactancia materna, la ignorancia es mucho más común de lo que uno se imagina y se extiende a todos los niveles: social, cultural e intelectual. Siempre me he considerado una persona informada, pero en cuanto a la lactancia materna, he tenido más dudas de lo que esperaba.

Hace casi seis años, cuando estaba embarazada de siete meses, llegué a Camboya y no encontré apoyo para la lactancia, al menos en ese momento. Cuando nació mi primera hija, decidí amamantarla, porque sabía que era importante que al menos recibiera mis anticuerpos, pero esa era la única ventaja que conocía.

Mi hija lloró tanto al principio que inmediatamente creí que era por hambre y yo creía que no tenía suficiente leche. Lo único que sabía sobre la lactancia materna era lo que me madre me había contado, de que ella terminó dándoles fórmula a sus tres hijas porque ella también había pensado que “su cuerpo nunca podría producir suficiente leche”. Pensé que podía ser un problema hereditario y que yo era igual a ella. Entonces decidí combinar leche materna y fórmula. Mi hija sufrió de estreñimiento durante los primeros seis meses, y luego siguió teniendo el mismo problema cuando comenzó a ingerir alimentos sólidos.

Siempre sentía que le estaba fallando. Estaba disconforme con mi cuerpo porque no producía suficiente leche y sufría cada vez que tenía que darle fórmula porque creía que seguía con hambre.

A pesar de mis dificultades, seguí amamantándola hasta los 18 meses, principalmente porque me gustaba el vínculo que compartíamos. Nunca me imaginé cuánto podía fortalecer nuestro lazo la lactancia. Fue lo único que me ayudó a superar la depresión que sufrí por estar tan lejos de mi familia y amigos, en un país del que no sabía nada. Lamentablemente, también debido a la influencia de las personas que me rodeaban y que pensaban que mi hija era demasiado grande para seguir amamantando, dejé de hacerlo, y este proceso también fue sumamente desgarrador.

Tres años después, nació mi segunda hija y volví a revivir todas las dudas que había tenido. Incluso ya me había preparado y compré biberones y una lata de fórmula, pero afortunadamente, esta vez estaba rodeada de otras mujeres que solo le daban leche materna a sus hijos. Seguía sin confiar en mi cuerpo, pero lo tomé como un desafío, ya que yo también quería ser parte del grupo de mujeres que estaban orgullosas de amamantar a sus hijos en forma exclusiva. Después de una semana de intentarlo, empecé a convencerme de que mi cuerpo simplemente no producía suficiente leche. Algunas madres trataron de ayudarme diciéndome que la lactancia materna no era para todas las madres. Otros me decían que tal vez mi leche no era de buena calidad o que podía tener un desequilibrio hormonal.

En ese momento, decidí ir a un grupo de apoyo a la lactancia materna. Me sorprendió la forma natural en que las mujeres del grupo amamantaban a sus hijos, hasta el punto de que me sentía un poco fuera de lugar. En ese grupo, había una señora que hizo un comentario en mi mismo idioma que me dio confianza y cambió radicalmente la forma en que veía a mi cuerpo: “Piensa en un perra que alimenta a todos sus cachorros, no necesita nada más”. Esta comparación me hizo ver la lactancia materna por lo que es... un proceso natural que funciona por sí solo. Sentí una gran liberación cuando comencé a entender que las madres pueden producir lo que sus hijos necesitan, y lo importante es que la madre esté tranquila, tenga confianza en sí misma y se permita buscar apoyo.

Mi segunda hija fue amamantada exclusivamente. Nunca sufrió de estreñimiento, no se enfermó tan a menudo como la primera, aumentó de peso maravillosamente cada mes, y yo perdí peso de manera natural; pero sobre todo yo me sentía orgullosa de mí misma, volví a confiar en mi cuerpo y había logrado mi meta.

Por eso, ahora trato de transmitir este sentimiento a las madres que comienzan el proceso de la lactancia materna. Si yo lo logré, otras madres también pueden lograrlo. Les cuento el mismo ejemplo de la perra y sus cachorros.

Hace más de un mes, mi hermana dio a luz a su primera hija y la está amamantándola exclusivamente, incentivada principalmente por mi ejemplo. Esto me hace tan feliz y agradecida por todas las mujeres a mi alrededor que me ayudaron a confiar en mi cuerpo.

*Alexandra Romo es oriunda de Tulcán, una ciudad que se encuentra en el norte de Ecuador. Actualmente vive en Camboya con su esposo y dos hijas. Desde temprana edad, Alexandra ha tenido pasión por trabajar con niños y sueña con ser psicóloga infantil o maestra de preescolar. Le gusta leer novelas policiales y también escribir cuentos para niños.*

---

## Mi sistema de apoyo me ayudó a perseverar con la lactancia materna

Amanda Lauder



*Amanda con su mamá, su hermana y el pequeño Ethan*

---

He tenido, y sigo teniendo, el privilegio de amamantar a mi hijo que ahora tiene 14 meses de edad.

Afortunadamente he tenido un sistema de apoyo increíble para superar las dificultades que a menudo surgen con la lactancia materna. Sin estas dos mujeres especiales habría renunciado hace mucho tiempo. Jane, mi líder de la Liga de La Leche, a quien mi mamá me presentó, y mi mamá que es mi mayor apoyo. El apoyo que me brinda mi madre es incalculable. Es muy difícil trabajar a tiempo completo y continuar amamantando, especialmente tener que extraer leche en el trabajo. Siempre tengo muchas cosas que hacer en el trabajo, pero cuando busco a mi bebé por la tarde, mi mamá siempre me dice que persevere.

También puedo decir que uno de mis mayores incentivos es la tradición de amamantar que hay en mi familia. Mi mamá, su mamá y generaciones anteriores amamantaron a demanda durante muchos años. Mi madre nos dio el pecho a los tres hasta que no quisimos más. Mi hermano mayor y yo dejamos de tomar el pecho a los dos años. Mi hermana continuó hasta los tres años, más por la seguridad que le brindaba para dormir. Mi difunta abuela apoyaba fervientemente la lactancia materna, especialmente por los beneficios para la salud. Ahora entiendo el porqué. Mi bebé, que tiene 14 meses de edad, solo ha tenido que ir al médico una vez porque tenía síntomas de gripe, en comparación con los bebés alimentados con biberón que tienen que ir al médico constantemente (todas las mamás que han tenido bebés al mismo tiempo que yo han alimentado a sus bebés con biberón; yo soy la única que amamanta).

Tres veces al día, durante 15 minutos, dejo mi escritorio para extraer leche ahora que mi hijo es más grande, por lo que una red de apoyo en el trabajo también es fundamental. Lamentablemente, no recibo mucho apoyo en el trabajo. Lo hago en el baño y uso mi “receso para el almuerzo” para hacerlo. Aun así, nunca nadie me ha hecho comentarios negativos al respecto y la mayoría de mis colegas admiran mi determinación ya que todas

son mamás que elegido dar el biberón. Sin embargo, me hubiera encantado que me dieran licencia para asistir a las reuniones de la Liga La Leche, ya que me parece que los encuentros de mamás que amamantan sirven para brindar apoyo y aliento. Tuve la suerte de poder ayudar a que mi colega amamante a su segundo bebé (ya que no pudo hacerlo con su primer hijo), que era prematuro, pero ahora toma el pecho sin ayuda y sigue creciendo sin problemas.

En Sudáfrica, mi experiencia personal ha sido bastante negativa. En Durban, la ciudad donde vivo, solo hay un centro comercial que tiene una “sala familiar” y está en un lugar muy incómodo (lo cual no es agradable cuando el bebé grita porque quiere tomar la teta). Los ciudadanos de Durban no apoyan la lactancia materna en público en absoluto, lo que es muy triste.

Siento que una mamá que amamanta, especialmente una mamá reciente, necesita todo el apoyo y la ayuda que pueda tener. Soy una mamá que trabaja a tiempo completo y mi marido trabaja lejos de casa. Por lo tanto, hay momentos en los que ha sido extremadamente difícil el estar sola con un bebé pequeño. Me siento muy bendecida porque mi mamá y mi hermana cuidan de mi pequeño Ethan mientras estoy en el trabajo. Y la lactancia materna ha sido una bendición también, no sólo por los beneficios para la salud del bebé, sino también por el aspecto de la vinculación, que es verdaderamente asombroso.

*Amanda trabaja para una empresa llamada Maizey PTY LTD que trata principalmente con el público. Ella vive en Durban, Sudáfrica, en un suburbio llamado Morningside – una zona residencial. Disfruta pasar tiempo en familia al aire libre, en los mercados de pulgas y pasar tiempo especial con su niño pequeño. También le gusta leer un libro o ver una película cuando su pequeño se lo permite.*

---

## Una madre latina que está amamantando busca apoyo

Luisa Colón

Hasta hace unos meses, vivía con mi familia en Park Slope, Brooklyn. Para que no creas que los puertorriqueños de ese famoso barrio de burgués son tan raros como los pasteles sin gluten, hace siete años mi pareja, Joe, y yo nos mudamos a un edificio de renta estabilizada en el South Slope, al lado de una matriarca puertorriqueña y sus hijos y nietos. La noche que nos mudamos, nos trajeron una bandeja gigante de ziti al horno que tenía nuestras iniciales escritas con salsa de tomate. Parecía el comienzo de una relación armoniosa.

Entonces tuve mis dos hijos. Amamanté a mi primer hijo, CC, hasta los 20 meses de edad – unos 19 meses de más, según mis vecinos. Para su horror, yo también lo amamantaba en público, a menudo mientras él estaba atado a mi pecho en el cargador de bebé Ergo.

[SIGA LEYENDO](#)

*Luisa Colón es una nativa de Nueva York y escritora cuyo trabajo ha aparecido en numerosas publicaciones impresas, incluyendo Nueva York, Family Circle y Hispanic Living, así como en línea en el New York Times, BuzzFeed, IndieWire y muchos otros.*

---

## Establecimiento de grupos de apoyo para madres en la República Kirguisa<sup>1</sup>

Maryanne Stone-Jimenez

La Iniciativa Hospital Amigo de los Niños (IHAN) en la República Kirguisa compromete a los hospitales para que aseguren un ambiente propicio para que las mujeres inicien la lactancia materna de manera oportuna, y promueve la lactancia materna exclusiva durante seis meses. Los hospitales se someten a un proceso de planificación, capacitación y cambios en las políticas orientados a lograr 11 criterios clave (los 11 <sup>criterios</sup> «Conforme con el Código Internacional de comercialización de sucedáneos de la leche materna»). Cuando un hospital cumple con los 11 criterios, se certifica como “Amigable con los bebés”.

El proyecto SPRING ([www.spring-nutrition.org](http://www.spring-nutrition.org)) comenzó a apoyar la Iniciativa Nacional de Hospitales Amigos de los Bebés (BFHI) en 2015 y actualmente está participando con 27 centros de salud para obtener la acreditación. SPRING ha proporcionado capacitaciones al personal de las instalaciones, apoyado el desarrollo de planes de mejora y se ha comprometido con las instalaciones de forma rutinaria para alentar sus procesos de mejora. Hasta el momento, cuatro instalaciones respaldadas por SPRING han obtenido su acreditación, con más acreditaciones previstas para 2017.

Se ha prestado una atención insuficiente al criterio de la IHAN que incluye grupos de apoyo para madres. El Décimo paso (o criterio) de la IHAN es: “Fomentar el establecimiento de grupos de apoyo a la lactancia materna y enviar ahí a las madres al momento del alta del hospital o de la clínica”. Los grupos de apoyo a la madre proporcionan consejería entre pares dentro de un grupo. Un enfoque de aprendizaje no formal y empírico permite a las mujeres examinar sus valores y actitudes, descubrir suposiciones y patrones de comportamiento, hacer preguntas y aprender nuevas formas de pensar acerca de la alimentación y el cuidado de los niños pequeños. El objetivo de los grupos de apoyo es fortalecer a las mujeres para que tomen mejores decisiones y construyan la confianza en sí mismas a través del diálogo que les anima a identificar y resolver sus propios problemas.

El proyecto SPRING patrocinó dos entrenamientos de 3 días en Grupos de apoyo a la madre. La consultora de SPRING, Maryanne Stone-Jiménez, viajó a la República Kirguisa en febrero y marzo de este año para ayudar a facilitar la capacitación con el personal de SPRING en el país. La capacitación preparó a los proveedores de atención de salud para capacitar a otros en la facilitación de grupos de apoyo a la madre a nivel de hospitales, los grupos de médicos de familia (Family Doctor’s Group) y los puntos ambulatorios de obstetricia Feldsher (FAP, por sus signas en inglés) para obtener el estatus de IHAN.

El contenido de la capacitación se centró en el aumento de conocimientos y habilidades en la metodología del grupo de apoyo a la madre. Al compartir información, experiencias y apoyo mutuo, los grupos de apoyo a las madres ayudan a mujeres embarazadas, madres lactantes, mujeres / cuidadores con niños menores de dos

años, padres, otros adolescentes interesados y mujeres a cambiar las prácticas de lactancia materna y de alimentación complementaria.

Después de participar y observar al primer grupo de apoyo a la madre, los participantes describieron las siguientes características de un grupo de apoyo materno: diálogo, confidencial, cara a cara, compartir información (dar y recibir), empatía, fácil, libre, sin presión, y debe tener algunos materiales para las madres.



*Grupo de apoyo a la madre en el Hospital Oblast United, Jalalabad*

La metodología para la capacitación fue participativa, basada en principios de aprendizaje de adultos que reconocen que los adultos aprenden mejor reflexionando sobre su propia experiencia personal. El enfoque utilizó el método del ciclo de aprendizaje empírico, capacitando a los participantes para el desempeño práctico de las habilidades, centrándose en el dominio y el rendimiento de un conjunto de habilidades y conocimientos a la vez. Se utilizaron varios métodos de entrenamiento, incluyendo la práctica de facilitar grupos de apoyo a la madre, demostraciones, discusiones grupales, estudios de casos y práctica en un ambiente hospitalario.

Al final de cada día de capacitación, los asesores realizaron una revisión por pares para tratar las fortalezas y las fallas del día y planear para el día siguiente.

Para la práctica de asesoramiento fuera del lugar de formación, los participantes fueron divididos en pares de asesores y cada par de ellos condujo un grupo de apoyo con al menos 4 embarazadas, lactantes y / o madres con niños menores de dos años de edad. El objetivo de la práctica de asesoramiento era aumentar la confianza de los participantes en su capacidad para asesorar un grupo de apoyo a la madre. Siguiendo la práctica de campo supervisada, se realizó una sesión de retroalimentación en el lugar de formación.

Después de la sesión de práctica, los participantes individuales completaron la frase: "Estoy listo para asesorar un grupo de apoyo a la madre porque ...". Sus respuestas incluyen: soy entrenado, conozco el papel de un asesor, tengo confianza, tengo conocimientos de lactancia materna, tengo habilidades para escuchar y aprender, tengo nueva información, sé organizar y soy madre.



*Médicos y otros prestadores de servicios de salud que participaron en la capacitación*

Aunque los participantes en el entrenamiento aumentaron su puntaje general en la post-evaluación, los resultados muestran que todavía es necesario mejorar. Parece que los proveedores de atención médica tienen

dificultades para cambiar su paradigma de dar consejos al enfoque de escuchar-diálogo-acción de los grupos de apoyo a la madre. El modelo anterior de decirle a una madre qué hacer, dar una charla educativa, enseñar a las madres, proporcionar toda la información y responder a todas las preguntas sigue siendo frecuente.

En el último día de capacitación, los participantes se dividieron en grupos para trabajar en planes de acción de capacitación. Cada grupo preparó un plan de acción de acuerdo con una plantilla que requiere una breve descripción de “actividades” para implementar grupos de apoyo a las madres, objetivo, “quiénes” serán asesores, número capacitado y / o orientado, “cuándo” y “dónde” lugar donde se desarrollarán las actividades, “recursos y materiales” necesarios, “responsables” y “resultados esperados”.

### **Más información sobre la metodología de los grupos de apoyo a la madre**

- Enfoques desarrollados por [la Liga Internacional de la Leche](#)
- [Formación de capacitadores para grupos de apoyo madre a madre\(LINKAGES\)](#)
- [Preparación del curso de formación: Metodología del grupo de apoyo de madre a madre, y Fundamentos de alimentación complementaria y lactancia materna\(Proyecto CARE / Ventana de Oportunidad\)](#)
- [UNICEF Conjunto de asesoramiento de alimentación comunitaria para el lactante y el niño pequeño](#) desarrollado en colaboración con URC / CHS
- [Manual del capacitador para grupos de apoyo de madre a madre\(PATH\)](#)

*Maryanne Stone-Jiménez es especialista en salud pública, con más de 30 años de experiencia en educación de adultos y asesoramiento activo en la capacitación en alimentación de lactantes y niños pequeños, nutrición de mujeres y grupos de apoyo madre a madre. Ella es Consultora Internacional de Lactancia Certificada (IBCLC), Educadora de Lactancia Certificada Lamaze (LCCE) y Líder de la Liga La Leche. En la actualidad, Maryanne es consultora independiente de IYCF y formación. Ha capacitado profesionales de la salud y trabajadores de salud comunitarios en casi 30 países.*

<sup>1</sup>Extracto del informe de viaje *SPRING: Stone-Jimenez de marzo de 2017*

---



# ¡Nuevo programa de visitas al hogar lanzado en Hinche!

Parteras para Haití



Después de haber presenciado el éxito de nuestro programa de visitas a domicilio en el centro rural de nacimiento Carrie Wortham, quisimos hacer algo similar en Hinche. Alrededor de 200 madres dan a luz en el hospital local aquí cada mes y aunque nuestro [Programa de Cuidado Postnatal](#) ha llenado reducido una brecha crítica en el cuidado, sabíamos que muchas madres nuevas regresan a casa y se encuentran con problemas. También sabíamos que muchas madres que llegaron a nuestras Clínicas Prenatales móviles en las aldeas de Hinche periféricas dan a luz con matwòns, o parteras tradicionales, en casa. A menos que las madres que recién hayan dado a luz vayan a una clínica móvil, no recibirían atención postnatal. Sabíamos que existe una fuerte necesidad de asistentes de partos calificados para examinar a las nuevas mamás y los bebés, sin embargo, iniciar un nuevo programa siempre es un desafío. Afortunadamente, nosotros -y nuestros voluntarios- estamos siempre listos para un buen desafío.

[SIGA LEYENDO](#)

*Crédito de la foto: Summer Aronson / Parteras para Haiti.*

---

# Seav Mey: Bebé milagroso de Camboya

Selen Göbelez Dumas



*Seav Mey cuando tenía sólo unos días de edad*

Cuando conocí a Khouch en el Hospital Calmette en Phnom Penh, Camboya, ella tenía dolores de parto a las 26.5 semanas de gestación. En mi formación como comadrona, he aprendido a apoyar a las mujeres para que tengan partos más fáciles, pero detener un parto estaba fuera de los límites de mi experiencia y conocimiento. Hice todo lo posible para confortarla con mis ojos, palabras, toques y masajes. “No estás dando a luz e incluso si lo haces, no te preocupes porque hay una UCIN en este hospital”. La respuesta fue tan impactante como la experiencia misma: “No tengo suficiente dinero”. No sabía entonces que Khouch era huérfana. Pronto, su esposo llevaría a Khouch, una madre tan pequeña y joven, en sus brazos a la sala de parto, donde otras dos mujeres daban a luz al mismo tiempo. En cierto momento se me pidió que saliera de la sala de parto antes de que pudiera explicar mi papel allí. Y cuando me dejaron entrar, el marido de Khouch, con ojos rojos, me dijo en su inglés limitado: “bebé no vive”. Cuando volví mis ojos hacia el bebé más pequeño que he visto en mi vida, todo lo que pude ver fue un gran corazón latiendo, golpeando con fuerza, con ambición, con vida ...

Sin embargo, el bebé fue abandonado en una esquina, abandonado a morir ...

Traté de hablar en vano con las parteras y las enfermeras, que estaban ocupadas con otras mujeres en trabajo de parto o con sus teléfonos inteligentes. No podía entender lo que estaba pasando hasta que me llevaron a la UCIN donde pude hablar con un médico varón que hablaba algo de francés. “En Camboya no tenemos los medios para salvar a un bebé nacido con 900 gramos de peso a las 26 semanas de gestación”, dijo y agregó “son jóvenes y no tienen problemas genéticos, pueden tener otro”. Yo no tenía experiencia con bebés prematuros. No tenía ni idea de lo que estaba haciendo realmente, pero una fuerza dentro de mí me empujó a hacer algo. Le di el ejemplo de mi cuñado, que nació con 900 gramos de peso hace 44 años en Turquía.

“Incluso si vive, podría tener graves discapacidades mentales o físicas”, insistió. “Démosle una oportunidad”, insistí. Finalmente, Seav Mey fue aceptada en la UCIN, donde el médico creía que iba a morir en un par de horas y seguía hablando conmigo acerca de los procedimientos funerarios. Cansada y con cientos de preguntas en mi cabeza, fui a casa, abracé a mi hija de 5 años, y no podía dormir pensando en lo que sucedería si ella quedaba discapacitada, ¿cómo pagarían las cuotas del hospital? ¿hice lo correcto o no?.

Entonces compartí esta experiencia en las redes sociales con amigos en Turquía. Al día siguiente mis amigos comenzaron a enviar dinero. El maestro australiano con el que Khouch trabajó comenzó otra recaudación de fondos en Australia. Mis amigos de la profesión de comadrona me informaron acerca del método madre canguro. Un pediatra de UCIN en el mejor hospital de Estambul, me proporcionó el apoyo médico necesario. Los consejeros de lactancia del Grupo de Apoyo a la Lactancia local proporcionaron un apoyo increíble para ayudar a Khouch a bombear su leche. Ahora han pasado nueve meses desde aquella noche en la que seguí mis instintos y mi voz interior, respondiendo a la llamada del enorme corazón de Seav Mey. Con el apoyo financiero,

emocional y técnico que recibimos de todo el mundo, y con la creencia y el amor de sus padres, ahora Seav Mey es una bebé sana, le sonrío al mundo y nos hace sonreír con alegría de solidaridad y amor.

Aprendí mucho sobre la importancia del contacto piel a piel y los milagros que la leche materna puede hacer, especialmente para los bebés prematuros. Sin embargo, lo más importante fue mi renovada creencia y esperanza en la solidaridad, sin importar raza, color, religión y fronteras.



*Khouch y Seav Mey usando el método de la madre canguro, con su comadrona, Selen*

Khouch también ha expresado cómo la experiencia la transformó. Si se le hubiera preguntado antes de tener a Seav Mey, si iba a amamantar, probablemente se habría encogido de hombros y habría respondido “si puedo, lo haré”. Ahora, cuando ella mira hacia atrás, sus ojos se llenan de lágrimas recordando su agotamiento, recordando sostener a Seav Mey con contacto piel a piel durante días, semanas, meses, pero también tiene un brillo en sus ojos y una renovada fuerza y fe en sí misma. “Cuando miro hacia atrás creo que es un milagro. ¿Cómo tuve la fuerza para hacerlo? No sé cómo lo hice durante tantas semanas y meses, pero de alguna manera me las arreglé. Recuerdo haber visto a Seav Mey llorar cuando estaba sola en la UCIN. Pero entonces, cuando ella estaba sobre mí, cuando la estaba sosteniendo, cuando ella podía sentirme, oírme, y tomar de mi leche, ella nunca lloraba. Fue entonces cuando supe que tenía que continuar ... Yo era la que le daba fuerzas. Mi cuerpo y mi leche le estaban dando el amor y la nutrición que necesitaba para seguir adelante. Ahora intento animar a todos a amamantar, a hacer lo que yo hice.”

Seav Mey cumplió un año el 13 de junio. Es un bebé feliz, próspero, amamantado.

Si está interesado en leer más sobre el método de la madre canguro le invitamos a leer este artículo: [Cuidado Canguro- por qué mantener al bebé cerca es mejor para todos](#)



*Seav Mey es una bebé amamantada feliz*

---

*Selen Göbelez, es originaria de Turquía. Después de dar a luz a su hija hace cinco años, se convirtió en una apasionada de las experiencias de nacimientos y las culturas del nacimiento y comenzó a trabajar en una disertación de doctorado sobre "Narrativas del nacimiento de las mujeres en Turquía". Mientras tanto, también se convirtió en una comadrona de parto y posparto. Debido al trabajo de su marido, ha vivido en varios países, incluyendo Camboya, donde tuvo la oportunidad de observar y participar en varias prácticas de parto. Ella amamantó a su hija durante 20 meses, y cree firmemente en la importancia del apoyo para las mujeres después del parto, tanto como antes y durante el mismo.*

---

## Lactancia materna: Cómo un grupo luchó contra la propagación de la leche de fórmula en los campamentos de refugiados

Nurture Project International (Proyecto de Nutrición Internacional)

La directora de Nurture Project International explica cómo las madres refugiadas en Grecia están convirtiendo sus campamentos en espacios libres de leche de fórmulas. Cuando mis compañeros de Nurture Project International y yo llegamos por primera vez al campamento Eko cerca de Idomeni en Grecia, parecía Glastonbury- sólo un puñado de tiendas de campaña. Las madres no tenían privacidad, no había apoyo para la alimentación del bebé, y los voluntarios independientes iban de tienda en tienda de campaña entregando botellas de leche de fórmula. Mientras pensaban que estaban ayudando, era peligroso. Las mujeres en situación de escasa seguridad tomarán todo lo que se les ofrezca, por lo que incluso las mujeres que amamantan tomarán la leche artificial. Muchas mujeres piensan que la leche de fórmula es más saludable que su propia leche y comenzarán a usarla para alimentar a sus bebés. Los voluntarios llevan leche de fórmula pero en realidad las madres no la necesitan.

[SIGA LEYENDO](#)



Si desea saber más sobre cómo puede apoyar a las madres que amamantan y que viven en una crisis, por favor visite [www.NutureProjectInternational.org](http://www.NutureProjectInternational.org)

---

# ¡Sí! ¡Las abuelas pueden amamantar!

Inés Avellana-Fernández



*Inés, de 63 años de edad, está amamantando a Ethan, un bebé de dos meses y a la prima de este, de dos años, Elise.*

Hoy a los 64 años, estoy amamantando a un bebé de 2 meses de edad, Ethan, matriculado en la guardería Arugaan (en Manila, Filipinas) para niños de 2 meses hasta 3 años de edad. Arugaan en lengua filipina significa *nutrir completamente con un compromiso de por vida*.

La guardería está abierta de 7:00 a 19:00 hs, de lunes a viernes para apoyar a las familias trabajadoras. Es un servicio de 12 horas continuo que nutre a bebés y niños pequeños. El programa cubre tres áreas clave del desarrollo del niño: comer, aprender y jugar.

Los bebés menores de 6 meses de edad son amamantados por el personal de Arugaan- generalmente una madre adolescente que está dando pecho a su propio hijo. Su papel principal es cuidar a un bebé matriculado al mismo tiempo que a su hijo biológico.



*Mónica, nodriza de Arugaan, y un bebé huérfano lactando por primera vez*

¿Por qué estoy amamantando al bebé Ethan en la guardería Arugaan? Es porque la nodriza un día no se presentó a trabajar, ya que tuvo que regresar a su casa en la provincia para atender a su madre enferma. Como modo de supervivencia, permití al bebé Ethan lactar de mi, mientras le daba la leche de su madre por goteo de cuchara. Coloqué la leche materna en una cucharita y suavemente la dejé gotear en mi pecho para que rodase lentamente sobre mi areola hacia el pezón, mientras el bebé Ethan se amamantaba de mi. Ese día, sentí mis pechos hincharse con una sensación de hormigueo, mientras mi cuerpo milagrosamente comenzó a producir leche. Las calorías de mi energía en la leche materna están siempre listas.

Arugaan, mi organización de grupos de apoyo a la madre, enseña la gestión de la lactancia y empodera a las mujeres a través de la lactancia materna. En 2012, la OMS en Filipinas otorgó fondos al proyecto para que desarrollásemos un manual de capacitación en Asesoría entre Pares para el Departamento/Ministerio de Salud. Hemos probado este manual de capacitación en 20 ciudades de todo el país con 6.000 asesores de pares. En el transcurso de un año de llevar a cabo sesiones intensivas de capacitación de dos días y tutorías prácticas en la comunidad de un día en cada ciudad, descubrimos (y no solo en sentido figurado) a 19 abuelas que amamantaban a sus nietos. Esto lo descubrimos cuando llevamos a cabo nuestro Masaje Especial para la Lactancia como parte de la formación en asesoría entre pares.



*Sonia es una abuela lactante que apoya a su hija trabajadora para que la lactancia de su nieto sea todo un éxito.*

Después del intenso masaje especial para la lactancia, que se hace primero con una compañera y luego con una misma, varias abuelas goteaban leche materna, ante el asombro de sus coaprendices. Este aspecto de la formación tiene un correlato como teoría trasladada a la realidad: amamantar es un milagro, no una cuestión de magia, y no tiene límite de edad cuando muestra el poder de la lactancia para criar a un niño.

El niño más mayor que pudimos recuperar para la lactancia por primera vez fue Jigjig, de 2 años y medio, cuya madre acababa de dar a luz de nuevo. En siete días el pequeño se había incorporado a la lactancia completa, que practicaba junto con su hermana pequeña, Honey. Su periodo de amamantamiento duró hasta que Jigjig cumplió los cuatro años.

A nosotros, por lo tanto, nos resulta natural practicar lo que predicamos. Las 27 formamos ahora el Club de Abuelas/Hot Lola.

Nuestra última abuela concienciada tenía 56 años. Asistió a mi seminario «Comer bien» sobre la primera comida sólida o alimentación complementaria para los bebés. La madre y la abuela estaban preocupadas sobre

cómo continuar con la lactancia del bebé cuando la madre estuviera en el extranjero en reuniones de trabajo. Compartí mi historia:

En 2015, amamanté a una niña de un año de edad. Era la hija de mi ayudante de servicio doméstico. Mi nuera tenía una reunión en EE.UU. de tres semanas cuando estaba amamantando a su bebé de seis meses, mi nieto. Envíe a una cuidadora como nodriza durante el día y a mi ayudante de servicio doméstico como nodriza durante los turnos de noche. Mi ayudante estaba fuera desde las 6 de la tarde hasta las 6 de la mañana cuidando a mi nieto y no volvía a casa hasta las 8 de la mañana. Durante ese periodo de tiempo yo amamantaba a su bebé, sobre todo por las tardes. La amamanté durante casi dos meses. Solíamos bromear: «mi niñera tiene una niñera, que soy yo».

Otro miembro del Club de Abuelas/Hot Lola de Arugaan es Mitas, que amamantó a su nieto para ayudar a su hija trabajadora para evitarle estrés en el lugar de trabajo. Para que su hija no sufriera ansiedad por la baja producción de leche extraída mientras estaba en el trabajo, la abuela Mitas amamantó a su nieto durante un año. Podemos atestiguar que Mitas rejuveneció en su imagen y físicamente y que sus pechos son más firmes. Rejuveneció diez años a causa de la enorme energía de las células madre y el glutatión que proporcionan la leche materna y el acto de amamantar.

Yo amamanté durante dos meses y parecía cinco años más joven y más guapa. Además, la lactancia materna aporta paz y amor, junto con la oxitocina, hormona de la lactancia que relaja la mente, el cuerpo y el espíritu. La prolactina, la hormona que produce la leche materna está siempre lista para ser liberada en el momento que nuestra mente lo ordene. La lactancia es 90% psicológica. Nosotras, como fervientes defensoras del poder de la lactancia, estamos listas en todo momento y en todo lugar en que una emergencia nos llame para salvar a un niño.

¡Las abuelas nos unimos para amamantar a nuestros nietos o a cualquier bebé en situación de grave necesidad!

*Ines Avellana-Fernández es una abuela maravillosa que amamantó a un bebé de un año y lo hace ahora con un bebé de dos meses. Ines es una Babaylan Lactante: educadora, sanadora y líder, y fue reconocida Miembro de Ashoka en 2015. Ines presentó recientemente una ponencia en la 2ª Conferencia Internacional sobre Lactancia Materna de 2016, organizada por la Sociedad Filipina de Pediatría, titulada: «Estrategias para la relactancia con intervención del Masaje Especial de Lactancia».*

---



# Apoyo a la lactancia materna: el papel del abuelo

Christopher Smith



*Christopher con su nieto más joven, Liam*

---

Me pregunto si la madre amamantadora promedio pondría a su padre en la lista de personas que la apoyaron durante su aventura con la lactancia. Así que cuando me pidieron que escribiera este artículo me quedé algo desconcertado. ¿Realmente apoyé a mis hijas durante sus años de lactancia materna? Y si es así, ¿en qué consistió ese apoyo?

Tras reflexionar, llegué a la conclusión de que quizás mi contribución más importante consistió en mantener una actitud positiva hacia la lactancia materna. En esto tuve la suerte de que mi esposa participaba activamente en la «Liga La Leche», así que aprendí mucho de ella sobre los importantes beneficios de la lactancia materna. También leí mucho acerca de la lactancia materna en la abundante literatura que hay, lo que me permitió descubrir que existen muchas investigaciones científicas sobre las ventajas a corto, medio y largo plazo de la lactancia materna. Todas estas influencias hicieron que reaccionara positivamente a la decisión de mis hijas de continuar amamantando hasta que mis nietos se destetaran, así como a su práctica de alimentación a demanda, dormir juntos y todos los demás elementos que hacen que la lactancia materna sea natural y exitosa.

Este conocimiento adquirido es la fuente de otra contribución mía: ser capaz de proteger a mis hijas de la crítica abierta o implícita sobre su lactancia utilizando mi conocimiento como un fuerte disuasivo siempre que se expresan comentarios negativos por parte de familiares, amigos o extraños. Muchas madres son demasiado sensibles frente a preguntas o críticas sobre su lactancia, por lo que ser capaz de contrarrestar esas observaciones negativas con argumentos bien fundados, indudablemente ayuda a mantener un ambiente positivo alrededor de la unidad madre-hijo.

No he mencionado algunas de las maneras más obvias en las que pueden ayudar a sus hijas lactantes, como entretener a sus otros hijos para que ella pueda obtener un poco del descanso que tanto necesita, incluso mientras cuida al bebé, o dormir al bebé en sus brazos (¡con todas las canciones y arrullos propios!) mientras la madre se ocupa del hermano o hermanos mayores. Estas son las alegrías normales de los abuelos. Lo más importante es crear un ambiente positivo y protector alrededor de su hija que sin duda le ayudará en esta importante aventura en que se ha embarcado.

Así que ya lo saben todos los abuelos. A pesar de que es poco probable que sus hijas les pidan consejo sobre el agarre, o sobre los pezones agrietados, o los demás aspectos prácticos de la lactancia, si se han informado adecuadamente y son capaces de mostrar una actitud alentadora y positiva hacia la lactancia, sin duda ayudarán a sus hijas a que su experiencia de lactancia sea exitosa y feliz. ¿Y su recompensa por este esfuerzo? Nietos felices, sanos y cariñosos que llenarán sus años de madurez con algunos de los momentos más placenteros de su vida.

*Christopher Smith es padre de cuatro hijos y abuelo de siete nietos. Originario de Santiago, Chile, ha vivido en Ciudad de México durante más de 40 años dirigiendo una empresa de cosméticos y perfumería. Ahora está parcialmente jubilado y disfruta pasando tiempo con su esposa, hijos, nietos, la lectura y los viajes.*

---

## Convertirse en padre en Camboya

Alex Hales



*Alex con su esposa, Moniroath, y su hija, Pauline Moly*

---

Llevo viviendo en el hermoso país de Camboya más de once años y en este tiempo he conseguido mantenerme sano y en forma, evitar actividades peligrosas y alimentarme correctamente, por lo que aparte de la falta de ejercicio, estoy en bastante buena forma a mis 46 años. Hasta hace poco no tenía necesidad de preocuparme con asuntos relacionados con la medicina para nada. Esto cambió el día en que mi esposa y yo decidimos tener un hijo y descubrimos la horrible verdad de que no podríamos concebir de modo natural.

Como es de imaginar, mi esposa y yo nos quedamos conmocionados por la noticia y, después del golpe inicial, decidimos que buscaríamos ayuda. Un amigo nos informó sobre una buena clínica de fertilidad en Phnom Penh que estaba consiguiendo grandes resultados para las parejas, así que acudimos allí a una consulta. Hay que decir que Camboya no es conocida por sus servicios médicos de primera clase, y lo cierto es que en muchos lugares todavía se proporciona un servicio y atención médica bastante rudimentarios. Sin embargo, la clínica que visitamos cambió nuestra percepción: personal educado que hablaba nuestro idioma, instalaciones modernas y limpias y médicos que comprendían que los pacientes necesitan algo más que un tratamiento, que necesitan apoyo físico y emocional.

Después de hacernos las pruebas pertinentes y recibir tratamiento descubrimos que había funcionado a la primera y que seríamos padres de una niña. Naturalmente estuvimos encantados con la noticia y ahí es donde realmente fui consciente de que pronto sería papá.

Enseguida aprendí hasta qué punto el embarazo puede llenar a una mujer de emotividad, siendo testigo de los cambios de humor y la ansiedad que acompañan el embarazo. También aprendí que mi mujer no podía conseguir información necesaria sobre qué esperar antes y después del parto. Youtube ayudó mucho con vídeos de expertos que daban consejos, sugerían cómo sobrellevarlo física y mentalmente. Sin embargo, había mucha menos información para los futuros padres.

Amo mucho a mi esposa y ahora ya tenemos a nuestra hija, que parece cambiar y crecer a cada momento. Estoy impresionado por el trabajo y el esfuerzo que mi esposa pone para criar a nuestro bebé; cuando se levanta 2 o 3 veces por noche para amamantarla, trata de no despertarme para que no esté cansado por la mañana. Como papá, puedes sentirte un poco inútil, incluso incompetente, ya que todo se trata de la madre y el bebé. Como entrenador profesional, le digo a la gente que es responsable de lo que sucede en su vida, así que estaba decidido a hacer la parte que me correspondía.

Mi esposa, embarazada y siempre centrada, rastreó las redes sociales y encontró un grupo de apoyo a la lactancia materna que se reunía en Phnom Penh cada 2 semanas. Sólo asistimos al grupo una vez, pero fue una gran oportunidad para hablar con las nuevas madres que acababan de dar a luz. Los libros y el Internet están bien, pero no sustituyen hablar con alguien que acaba de pasar por esta experiencia y tiene los recuerdos frescos de qué esperar y qué hacer cuando sucede. El piel con piel para calmar y mantener al bebé caliente, no lavar el bebé para que el olor familiar en las manos del bebé y el pecho de la mamá ayudarán al bebé a llegar hasta el pecho y se enganche para la primera bebida de calostro.

Como inglés, había crecido en un mundo en el que los cuerpos de las mujeres eran deshumanizados y el pecho era un apéndice para el placer masculino y la sexualidad. Si soy honesto conmigo mismo era como veía a las mujeres. Supongo que mi falta de exposición a la verdadera razón de los pechos me había hecho pensar de esta manera. Al fin y al cabo, todos mis amigos pensaban lo mismo. Por lo tanto, me da vergüenza admitirlo, pero miraba las cosas de la manera equivocado y también tenía miedo de que si mi esposa amamantaba en público, otros hombres podrían pensar lo mismo que yo y hasta algunos pudieran desearla.

A pesar de eso, mi esposa y yo habíamos hablado largo y tendido sobre la necesidad de amamantar. Concurrir al grupo de amamantamiento y observar cómo todas las madres estaban cómodas al alimentar a sus hijos me ayudó a entenderlo. Experimentar este acto tan natural y cariñoso, creó una especie de cambio de paradigma en mi forma de ver las cosas y ahora entiendo la verdadera razón de las cosas.

Gracias a este simple encuentro y tener la oportunidad de hablar con las madres, me ha dado la confianza que necesitaba para estar totalmente comprometido con el apoyo a mi esposa para amamantar al bebé en cualquier lugar que ella elija. Sinceramente, animaría a cualquier futuro papá a dedicar tiempo para unirse a un grupo

como este y educarse para ver que la lactancia materna es la experiencia más natural y maravillosa para una madre.

Mi hija sólo tiene 6 semanas mientras escribo esta historia y cada día me enamoro un poco más. No podría estar más orgulloso de mi esposa y no estoy seguro de poder expresar con palabras lo mucho que amo y admiro lo que ha hecho por mí. Mi madre falleció pocos meses antes de que mi hija naciera y le puse su nombre, Pauline. No voy a tener la oportunidad de mirar en sus ojos azul pálido y decirle lo mucho que he aprendido en tan poco tiempo y darle las gracias por darme todo lo que me dio.

Chicos, aman a sus esposas, así que únense a uno de estos grupos para experimentar el apoyo y el descubrimiento. Se alegrarán de haberlo hecho.

Alex Hales, Consultor de desarrollo de personas, viajó por todo el mundo antes de decidir hacer de Camboya su hogar en 2006. Ahora vive a las afueras de Phnom Penh, brindando apoyo a las compañías que quieren ampliar sus recursos humanos, desarrollar la estructura corporativa interna y mejorar las operaciones del negocio. Felizmente establecido y casado desde hace 5 años con Moniroath, sus vidas han sido bendecidas con la reciente llegada de su niña, Pauline Moly.

---

## La lactancia materna es bienvenida aquí: Tomar la iniciativa en la creación de espacios públicos seguros para madres lactantes

***Breastfeeding Friendly Quinte*** es una iniciativa inspiradora que está trabajando para normalizar la lactancia materna al destacar positivamente los negocios aptos para la lactancia materna en el área de Quinte, con sede en Belleville, Ontario, Canadá.

Por desgracia, hay muy poco apoyo para las madres lactantes en el área de Quinte (una pequeña comunidad de aproximadamente 50.000 personas ubicada en Lago Ontario, Canadá). El hospital local no tiene programas de apoyo adecuados y no requiere que su personal tenga una formación en lactancia materna, ni siquiera un consultor de lactancia entre el personal. Lo que la mayoría de las madres no saben es que el personal experto en asistir un parto no son expertos en la lactancia materna. Esto incluye a los médicos, que suelen ser los primeros a los que los padres piden ayuda. Para las madres que logran amamantar con éxito, a pesar de las limitaciones, es especialmente difícil amamantar en público cuando existe poco conocimiento entre el público en general sobre la importancia de crear un apoyo continuo para amamantar en todos los aspectos de la vida de una madre. Megan Irvine, Directora de Campaña de Breastfeeding Friendly Quinte, es muy consciente de

estas dificultades, ya que ella misma es madre. “Para empezar, la lactancia materna ya es difícil en esta comunidad, por lo que añadir la presión de amamantar en público es algo que quería cambiar. Nuestros logros han sido pequeños en naturaleza, pero grandes en la vida de muchas mujeres. Tuvimos una gran respuesta de nuestras bibliotecas locales, unidades de salud y otros negocios que son cruciales en la vida de una nueva madre. Si podemos cambiar la forma en que se siente una sola madre mientras amamanta a su hijo en público, todo el trabajo que hemos hecho ha valido la pena”.

La iniciativa está dirigida por un pequeño grupo de voluntarios, que dedican su tiempo a contactar con las empresas para informar sobre la importancia de apoyar la lactancia materna y el papel que pueden desempeñar. Su objetivo es destacar positivamente las empresas que quieran unirse al movimiento de normalización de la lactancia materna. Creen firmemente en la creación de un movimiento inspirador por naturaleza, lo que persuade a las empresas y los espacios públicos a sentirse motivados y a comprender la importancia de crear un entorno de apoyo para las familias lactantes.

Para que una empresa sea etiquetada como amigable con la lactancia materna, debe formar a su personal sobre el derecho de la madre a amamantar en público y comprometerse a lo siguiente:

- colocar la etiqueta adhesiva de la iniciativa “Madres lactantes bienvenidas” en la entrada del negocio, ya sea en la ventana o la puerta (debe ser visible para los clientes que entran)
- mostrar visiblemente al personal un cartel proporcionado por la iniciativa que explica el Código de Derechos Humanos de Ontario, que protege a todas las madres que amamantan de alimentar a sus hijos en cualquier lugar y en cualquier momento
- colocar las tarjetas de visita proporcionadas en el área designada (si corresponde)
- tomar una foto de la pegatina y publicarla en las redes sociales con la etiqueta proporcionada (si corresponde)

Las empresas colaboradoras reciben publicaciones promocionales en las redes sociales de Breastfeeding Friendly Quinte. Actualmente, 40 empresas participan en la campaña. Incluye oficinas financieras, consultas médicas, espacios públicos, restaurantes y negocios locales.

En un futuro, la iniciativa pretende colaborar con la unidad local de salud para proporcionar a las empresas un paquete de apoyo a la lactancia materna. Estos paquetes formarán a los dueños de las empresas no solo en los derechos del consumidor, si no también el los derechos de sus trabajadores en el lugar de trabajo. Estos paquetes también ayudarán a los dueños a tener las herramientas y la información necesaria para formar a su personal. Esto es particularmente importante cuando se trata de normalizar la lactancia materna, ya que en última instancia son los que entran en contacto con las madres lactantes (y también un día pueden ser ellas madres).

Megan cree firmemente que la movilización de las comunidades y la creación de colaboraciones es clave para establecer un ambiente de apoyo para las madres lactantes. “La lactancia materna comienza en el embarazo y las comunidades necesitan comenzar a educar mejor a las mujeres en ese momento. Los hospitales deben comenzar a implementar políticas amigables con el bebé que requieren que todo el personal reciba formación adicional en lactancia materna. Nuestros médicos, dentistas y farmacéuticos necesitan recibir formación adicional en lactancia materna. Si todos nuestros profesionales de la salud trabajaran juntos con el mismo objetivo, la tasa de éxito sería mucho mayor”.



*Megan Irvine, Directora de Campaña de Breastfeeding Friendly Quinte, mientras sujeta las pegatinas que se dan a las empresas para mostrar su apoyo a la lactancia materna.*

Para obtener más información sobre esta excelente iniciativa, visite la [pagina de Facebook](#).

*Megan Irvine nació y creció en el área de Quinte. Es esposa y madre de tres niños (de tres y dos años y un recién nacido). Ha dado el pecho desde el nacimiento de su primera hija y continuó haciéndolo durante ambos embarazos. Tiene experiencia en el cuidado y la lactancia en tándem y ha hecho ambas cosas en público muchas veces. Actualmente posee y maneja un negocio de pañales de tela fuera de casa. Lo estableció después del nacimiento de su primera hija con el deseo de estar en casa con sus hijos y también tener tiempo para ofrecer algo a su comunidad. Breastfeeding Friendly Quinte (Quinte amigable con la Lactancia materna) es una de las maneras en que ha sido capaz de lograrlo.*

Lea lo que otros **Changemakers** (actores de cambio) están haciendo para promover la lactancia materna en su comunidad

- [Familias fuertes construyen negocios sólidos](#) por Patagonia (USA)
- [Encontrar apoyo para la lactancia materna: Desde aeropuertos a estadios de fútbol](#) por el Instituto Nacional para la Calidad de la Salud Infantil (EE.UU.)
- [Las abuelas de la comunidad mantienen las tradiciones de lactancia materna vivas](#) por la Fundación WK Kellogg (EE.UU.)

## *Apoyo a madres, Kalpana (EE. UU.)*



*El apoyo a la lactancia materna a los ojos de Kalpana, una niña de 6 años que vive en los Estados Unidos: “Puedes ver al bebé en mis brazos y mamá me está diciendo que lo estoy haciendo bien”. Marzo de 2017*

---

## La lactancia materna es una parte del recreo

La lactancia materna y los animales son las dos cosas favoritas de mi hija Lucia, de tres años. Le encanta separar sus animales y clasificarlos entre los que amamantan y los que no. Sus favoritos son los gorilas. Ella agarra tres y dice “Mamá, Papá y Lucía” y ella pone a “Lucia acurrucándose con Mamá mientras ella toma el pecho y a Papá al lado”. Además, cuando hace uno de sus rompecabezas, Lucía es la ardilla que bebe leche de Mamá Oso y Papá es el búho que se acurruca a nuestro lado.



*Lucía vive con sus padres en Phnom Penh, Camboya*

---

## Los humanos también son mamíferos

La maestra del jardín de infancia de Katherine llevó a su madre aparte para contarle una historia. A los niños se les dio la tarea de dibujar un animal y decir algo que supieran sobre ese animal. La maestra dijo que su favorita era la de Katherine. Cuando era el turno de Katherine, el animal que había dibujado era un humano y que los humanos eran mamíferos porque hacen leche para sus bebés. Algunos de los otros niños dijeron que los humanos no son animales. Katherine dijo: "Sí, lo son, porque les dan a sus bebés leche de su cuerpo". Señaló algunos de los dibujos de los otros niños y explicó: "Los osos son mamíferos porque hacen leche para sus bebés y los gatos también son mamíferos, porque producen leche para sus bebés". La maestra había amamantado a sus hijos ya mayores y estaba encantada con este pequeño evento de aprendizaje.





*Katherine tiene 6 años y medio y vive en Portland, Oregon, EE.UU.*

---

## Defensores de la lactancia materna – ¡Traductores!

Rebecca Magalhães y Pushpa Panadam

Muchos hemos estado en una reunión, taller o conferencia a la que asistieron personas que hablaban diferentes idiomas y por lo tanto, ¡los organizadores necesitaban incluir traductores! ¡Qué maravilloso es ser capaz de escuchar el conocimiento de un orador conocido, incluso cuando no habla nuestro idioma! También estamos agradecidos a los traductores que trabajan para traducir libros y otras publicaciones. Los traductores son personas hermosas.

Gracias a WABA, la belleza de este boletín ha sido siempre que muchas madres, padres, defensores de la lactancia materna, profesionales de la salud y cualquier persona interesada en la lactancia materna y, específicamente, en apoyo a madres, han podido leerlo en los 4 idiomas principales: inglés, francés, español y portugués.

Pushpa, la secretaria de WABA,, Rebecca, Natalia y Melissa querrían homenajear a las personas que han hecho posible que los suscriptores lean el boletín en uno o más de uno de estos 4 idiomas. Algunos han apoyado al boletín desde el principio: algunos han trabajado siempre en una lengua concreta desde el primer boletín, otros han trabajado en el boletín cuando han tenido tiempo. Algunos de sus nombres son: español – Maria (Pili) Peña, Pushpa Panadam, Marta Trejos; francés – Anna Cook, Katharine Greathead, Juanita Jauer Steichen, Stephanie Fischer, Herrade Hemmerdinger. Portugués – Pajuçara Marroquim, Analista Uriarte. Estamos agradecidas a todos los traductores, nos gustaría presentar a aquellos que están trabajando actualmente en el boletín.

**Pajuçara Marroquim**, Líder Brasileña LLL (más de 20 años), que vive en Maceió, Alagoas (Brasil), ha sido una fiel traductora desde el lanzamiento del primer número en portugués en 2005 (Vol. 3, N ° 4), trabajando inicialmente con Analy Uriarte, siendo la única traductora desde 2013. Pajuçara tiene tres hijas adultas (dos de ellas casadas) y un nieto amamantado. Asistió a la primera reunión del Grupo LLL Maceió en 1979, continuó asistiendo y apoyando al Grupo, ayudando con el boletín LLL portugués (BoLLLetim Informativo) y luego facilitó el Grupo y produjo el boletín muchos años. Retirada de la Universidad Federal de Alagoas (UFAL), enseñó nutrición, introdujo la lactancia materna en el plan de estudios y supervisó dos ampliaciones y reimpressiones del libro "Amamentar. Por Que Não?"((Amamantar: ¿Por qué no?), una publicación de LLL Maceió. ¡Gracias, Pajuçara!

**Herrade Hemmerdinger**, Líder francesa LLL durante 12 años, co-tradujo con Juanita los volúmenes tres a siete, tomó un descanso y se reunió con el equipo de traductores para el Volumen 14 y continúa trabajando como la única traductora para el boletín en francés. Esposa de Henri y madre de 3 hijas amamantadas (Laura, Victoria y Volodia), Herrade es también una comadrona cualificada y una gran cocinera. Ella compartió su experiencia del nacimiento de Volodia en el volumen 13. ([http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl\\_v13n1\\_spa.pdf](http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl_v13n1_spa.pdf)). Herrade co-lidera dos grupos de apoyo a madres al mes en Montpellier, Francia. ¡Gracias, Herrade!

**Marta Trejos**, Costa Rica, ha estado traduciendo la versión española del boletín desde el octavo volumen, en sustitución de María Peña, que trabajó en el boletín desde el volumen uno al siete. Marta es madre de Cristina y Fausto y abuela de cuatro nietos amamantados. Es directora del Centro de Información y Acción (CEFEMINA), un centro de información y acción para la mujer fundado en San José, Costa Rica. Marta fue presentada como defensora de la lactancia materna en el Vol.7 No.1. Ver [http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl\\_V7N1d\\_eng.pdf](http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl_V7N1d_eng.pdf). También es Directora Regional de IBFAN LAC (Red Internacional de Acción para la Alimentación del Bebé en América Latina y el Caribe). IBFAN LAC colabora con otras organizaciones de lactancia materna para proporcionar información y apoyo para fortalecer las leyes de lactancia materna y su implementación en la región y apoyar la lactancia materna. ¡Gracias, Marta!

---

## Estar al día: Investigación, acontecimientos y recursos

### *Investigación*

- [Apoyar a las mujeres que amamantan desde la perspectiva de la matrona: Una revisión sistemática de la literatura](#)Obstetricia, junio de 2016
- [Eficacia de los servicios de salud comunitarios para los bebés sobre la lactancia materna exclusiva y la satisfacción materna: un camino pragmático](#)Nutrición materno-infantil, julio de 2016
- [Impactos en las prácticas de lactancia materna de estrategias a escala que combinan el asesoramiento interpersonal intensivo, los medios de comunicación de masas y la movilización de la comunidad: Resultados de las evaluaciones de los programas de asignación al azar de grupos en Bangladesh y Vietnam](#)PLOS Medicina, octubre de 2016
- [Determinantes de la práctica de la lactancia materna exclusiva en lactantes de menos de seis meses de edad en el distrito de Offa, Etiopía meridional: estudio transversal](#)International Breastfeeding Journal, diciembre de 2016
- [Evaluación de conocimientos y prácticas sobre la lactancia materna y destete entre madres trabajadoras y no trabajadoras](#)Journal of Pakistan Medical Association, marzo de 2017

- Prevalencia de la iniciación temprana de la lactancia materna y determinantes de la iniciación tardía de la lactancia materna: análisis secundario de la Encuesta Mundial de la OMS Scientific Reports, marzo de 2017

#### **Acontecimientos**

- Midwifery Today Conference: Confianza, Intimidad y Amor, la química de la conexión, del 4 al 8 de octubre de 2017 en Helsinki, Finlandia.
- 22ª Reunión Anual de la Academia de Medicina de la Lactancia Materna, del 9 al 12 de noviembre de 2017 en Atlanta, EE.UU.
- Centro de salud lactancia materna: Conferencia Internacional de Lactancia Materna, del 9 al 12 de enero de 2018 en Florida, EE.UU.

#### **Recursos**

- A partir de la primera hora de vida: Un nuevo informe sobre la alimentación del lactante y del niño pequeño. UNICEF (octubre de 2016)
- La lactancia materna es una cuestión de derechos humanos, dicen los expertos de la ONU, instando a la adopción de medidas sobre la leche de fórmula. Derechos Humanos de la ONU (22 de noviembre de 2016)
- La importancia de los padres y las abuelas para la madre que amamanta: versión estadounidense de Wendy Jones (30 de noviembre de 2016)
- La gran decepción: cómo la medicina, las grandes empresas y el feminismo minan la lactancia materna por Kimberly Seals (24 de enero de 2017)

*Este boletín se publica dos veces al año en inglés, español, francés y portugués.*

Para suscribirse o para enviar sus entregas, por favor envíe un correo electrónico a [gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com)