

# LOS Y LAS PEDIATRAS

deben ser conscientes de la gran influencia que ejercen sobre las madres y padres en temas de salud y nutrición infantil. Cualquier consejo que ofrezcan sobre la lactancia materna, afectará profundamente las decisiones que las madres y los padres tomen al respecto.

## BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es importante porque es una forma económica de garantizar la mejor nutrición a cada bebé. Protege al bebé de enfermedades comunes, a corto y a largo plazo. Reduce el riesgo de la madre a padecer cáncer y otras enfermedades. El costo de no amamantar es enorme, tanto para las familias como para los países. Además, la lactancia materna es una decisión con perspectiva climática inteligente y clave para lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

La OMS y UNICEF recomiendan:

- ▶ El inicio temprano de la lactancia materna durante la primera hora de vida.
- ▶ La lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida.
- ▶ Continuar la lactancia materna hasta los 2 años o más, con la introducción de alimentos (sólidos) complementarios, nutricionalmente adecuados y seguros, a partir de los 6 meses.



**LA CADENA EFECTIVA DE APOYO (WARM CHAIN)** coloca a la madre-bebé en el centro y continua la línea por los primeros 1.000 días. Se esfuerza por vincular a los diferentes actores coordinando los esfuerzos en todos los niveles para proporcionar una atención continua. Es posible que cada actor o eslabón de la Cadena Efectiva de Apoyo ya forme parte de una iniciativa existente, como la IHAN o un programa de salud comunitario. Con mensajes coherentes y sistemas de referencia adecuados a lo largo de la cadena, la díada madre-bebé se beneficiará del apoyo continuo y del asesoramiento en lactancia materna. De esta forma, todas las madres pueden disfrutar de una experiencia de lactancia materna más satisfactoria y eficaz. Un apoyo efectivo ayudará a crear un entorno propicio para la lactancia materna y a protegerla de la influencia de la industria.

# Como **PEDIATRA**, usted puede apoyar la lactancia materna de muchas formas

1. Pregunte siempre sobre cómo va la lactancia materna durante la consulta.
2. Informe a las madres y miembros/as de la familia sobre la importancia de la lactancia materna para la salud, a corto y largo plazo.
3. Utilice información basada en evidencia para abordar cualquier duda sobre los efectos en el/la lactante de los medicamentos que toman las madres.
4. No recete fórmulas infantiles si no existe una clara indicación médica.
5. Defina estrategias que empoderen a las madres y les permitan combinar la lactancia materna con el trabajo.
6. Trabaje coordinadamente para garantizar la continuidad de la atención y cuidado de la díada madre-bebé.
7. No acepte regalos, muestras, patrocinio ni material publicitario de fórmulas infantiles, biberones o tetinas por parte de ninguna empresa.
8. ¿De qué otra manera puede USTED proteger, promover y apoyar la lactancia materna?  
-----  
-----  
-----  
-----



**World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)**



Esta información ha sido elaborada con la colaboración de [RCSI & UCD Malaysia Campus](#).

