

ECOLOGISTAS

Pueden participar en la protección, promoción y apoyo de la lactancia materna abogando porque esta es la primera alimentación sostenible y renovable. La lactancia materna contribuye de manera positiva a la salud del planeta, que incluye la salud de las personas y de todo el mundo.

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia es importante porque es una forma económica de darle la mejor nutrición a un bebé. Protege al bebé contra enfermedades comunes tanto a corto como a largo plazo. Reduce el riesgo que tiene la madre de padecer cáncer y otras enfermedades. El costo de no amamantar es enorme, tanto para las familias como para los países. Además, la lactancia es una decisión de enfoque climático inteligente y fundamental para lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

La OMS y UNICEF recomiendan:

- ▶ El inicio temprano de la lactancia materna durante la primera hora siguiente al nacimiento.
- ▶ La lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida.
- ▶ La lactancia materna continuada hasta los 2 años de edad o más, con la incorporación 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 **ECOLOGISTA**, puedes apoyar la lactancia materna de diversas formas:

1. Promoviendo que las políticas sobre lactancia materna estén alineadas con las iniciativas medioambientales/climáticas y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).
2. Reforzando el mensaje de que la lactancia materna contribuye a la seguridad y soberanía alimentaria y a la salud del planeta.
3. Fomentando entre los niños y niñas, estudiantes, jóvenes e influencers de redes sociales, el incluir la lactancia materna como alimento sostenible cuando traten asuntos sobre el medioambiente y el clima.
4. Promoviendo la lactancia materna como fuente de alimentación renovable y disponible localmente, sobre todo en momentos de desastres y emergencias naturales y ambientales.
5. Cooperando con quienes son defensores y responsables de las políticas de lactancia materna para lograr un futuro libre de desechos y productos tóxicos, incluyendo la reducción y la supresión de las sustancias tóxicas.
6. Empoderando a las mujeres/padres para que el apoyo a la lactancia materna sea parte de las iniciativas ecológicas en los lugares de trabajo.
7. Prestando atención a la publicidad engañosa y las donaciones de sucedáneos de la leche materna, biberones y tetinas porque están prohibidas por el Código Internacional de Comercialización de los Sucédáneos de la Leche Materna. Informe a las autoridades competentes si observa alguna de estas infracciones.
8. ¿Qué más puede hacer para defender, promover y apoyar la lactancia materna?



World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



Esta ficha informativa ha sido elaborada con la colaboración de la IPEN ([International Pollutants Elimination Network](http://InternationalPollutantsEliminationNetwork.org))

