

La lactancia materna es el primer acto de soberanía alimentaria. Alimentar a los niños y la niñas con leche materna contribuye a la economía familiar, pues no hace falta comprar costosas fórmulas lácteas, que no cubren con los requerimientos nutricionales del recién nacido, además permite el autoabastecimiento y la no dependencia de externos.

Todas las niñas y los niños deberían recibir este preciado y nutritivo alimento, por sus múltiples beneficios para el bebé, la madre y la familia.

Es muy importante que la madre que amamanta reciba apoyo por parte de su familia y por todos los miembros de la comunidad, para garantizar que su hija o hijo tengan el mejor alimento al comenzar su vida: la leche materna.

Podemos colaborar con:

En la familia

Involucrando al padre, las abuelas u otros familiares en la práctica de la Lactancia Materna, con la finalidad de prestar la colaboración requerida por la madre, niña o niño mediante la creación de un ambiente agradable.

En la comunidad

Instruir a los miembros como Promotores de Lactancia Materna y conformar grupos de apoyo junto a los Comité de salud, Juntas parroquiales, Comunidades educativas, Consejos comunales y otras formas de organización comunitaria. De esta manera se puede brindar orientación oportuna en Lactancia Materna a todas aquellas madres que la requieran.



Para la madre:

- Ayuda el útero a retornar a su tamaño normal, disminuyendo el sangramiento y los riesgos de infección posparto.
- Contribuye a que la madre pierda el peso que adquirió durante el embarazo con mayor rapidez.
- Ayuda a prevenir el cáncer de mama y de ovario.
- Fortalece los lazos afectivos entre la madre y el hijo o la hija.

Para el niño y la niña:

- Aporta todos los nutrientes y la energía necesaria para su adecuado crecimiento y desarrollo durante los primeros 6 meses de vida.
- Fortalece la maduración del Sistema Nervioso Central y aumenta el Coeficiente Intelectual.
- Actúa como una vacuna natural, produce defensas contra algunas enfermedades.
- Mejora la reacción a las vacunas y la recuperación ante enfermedades.
- Estrecha los vínculos entre la madre y el niño o la niña.

Para la familia:

- Permite el ahorro familiar, porque evita el gasto de grandes cantidades de dinero en la compra de otras leches y utensilios.
- Disminuye los gastos que ocasionan las visitas a las consultas médicas por motivo de enfermedades.
- Estrecha los vínculos familiares.

Para la sociedad:

- Disminuye los índices de mortalidad infantil.
- Previene la malnutrición infantil (desnutrición y obesidad).
- Reduce las enfermedades infantiles como las diarreas, infecciones respiratorias, anemia y alergias.