



SUBDIRECCIÓN
DE SALUD

BOLETÍN No. 045
AGOSTO- 1AL 7
DE 2020

COMANDO GENERAL DE
LAS FUERZAS MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD DE
LAS FUERZAS MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. JAVIER ALONSO
DÍAZ GÓMEZ
Director

CR. ROCÍO DEL PILAR
GARZÓN A.
Subdirectora de Salud

SMSM. SAIDA DURÁN
Coordinadora Grupo Salud
Pública

OPS. YANITH AVILA SUAREZ
Líder RMP Salud pública

PD. KATHERINE
MONTENEGRO SHAEK
Comunicaciones
Estratégicas



SANIDAD MILITAR SE UNE A LA "SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA"

"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

La Dirección General de Sanidad Militar desde la Subdirección de Salud-Grupo Gestión del Riesgo se une a la celebración de la **Semana Mundial de la Lactancia Materna**.

¿POR QUÉ SE CELEBRA ?

En más de 170 países se conmemora la Semana Mundial de la Lactancia Materna, con la Declaración de Innocenti, formulada por la Organización Mundial de la Salud –OMS y la UNICEF en agosto de 1990.

WABA (Alianza Mundial pro Lactancia Materna), es la entidad que trabaja conjuntamente con la OMS y la UNICEF para coordinar cada año la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna. Este año se conmemora bajo el lema "**Apoyar la lactancia materna contribuye a un planeta más saludable**" y se centrará en el impacto de la alimentación infantil en el medio ambiente y el cambio climático, destacando que es imperativo de proteger, promover y apoyar la lactancia materna para la salud del planeta y su gente.



POR QUÉ ES IMPORTANTE LA LACTANCIA



Porque es el alimento ideal para los recién nacidos y los lactantes exclusiva hasta los 6 meses de nacimiento, pues les aporta todos los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo sano, garantizando a sí su salud y su felicidad.

"La leche materna es el mejor regalo para comenzar la vida de tu bebé".

¡LA LECHE MATERNA SALVA VIDAS!

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

PARA EL BEBÉ



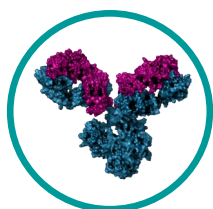
PRESENTAN MENORES
TAZAS DE OBESIDAD



REDUCE LA MORTALIDAD
INFANTIL POR
ENFERMEDADES



MAYOR DESARROLLO
COGNITIVO



CONTIENE ANTICUERPOS
QUE COMBATEN DIFERENTES
VIRUS Y BACTERIAS

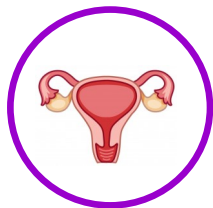


BRINDA NUTRIENTES
NECESARIOS EN CADA
ETAPA DE DESARROLLO

PARA LA MAMÁ



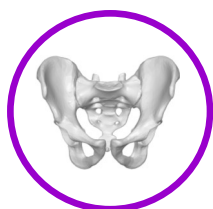
REDUCE EL SANGRADO
POST-PARTO



AYUDA A QUE EL UTERO
RECUPERE SU TAMAÑO
Y POSICIÓN NORMAL



DISMINUYE EL RIESGO DE
CÁNCER DE OVARIO Y DE
MAMA



PROPICIA LA
REMINEALIZACIÓN ÓSEA
DESPUÉS DEL PARTO



NO REPRESENTA
UN GASTO ECONÓMICO

- ⇒ Aumente el consumo de alimentos saludables como frutas, verduras y disminuya alimentos con grasas y conservantes.
- ⇒ No consuma tabaco, alcohol o sustancias psicoactivas.
- ⇒ Lávese las manos antes de amamantar al bebé.
- ⇒ Ponga al bebé en el pecho desde que nazca y luego continúe haciéndolo cada vez que lo pida.
- ⇒ Durante los primeros 6 meses después del nacimiento es recomendable sólo darles pecho y nada más. Después de los 6 meses se debe continuar complementando con otros alimentos hasta los dos años o más.
- ⇒ Es importante brindar el apoyo familiar y/o del cuidador a la madre en el periodo de lactancia.
- ⇒ Es fundamental que se establezca comunicación con el bebé; hablándole, acariciándolo, tocando sus manitas, cantándole y consintiéndolo.
- ⇒ Es importante que la mamá tenga una actitud positiva sobre la lactancia materna.
- ⇒ Una buena postura facilitará la lactancia materna y así evitará problemas tanto en el bebé como en la madre.

POSICIONES PARA AMAMANTAR



LA LACTANCIA MATERNA EN TIEMPOS DE COVID-19

Lactancia
materna
frente al

Covid-19



¿Si la madre es COVID-19 positivo es posible amamantar ?

Según recomendaciones de la OMS no hay por ahora evidencia que el virus se encuentre activo en la leche materna, por lo cual sí puede amantar.

Teniendo las siguientes recomendaciones:

- Use permanente de mascarilla que cubra boca y nariz.
- Lavase las manos antes de tocar el bebé.
- Debe extremar las medidas de higiene.
- Debe seguir las indicaciones medicas.

NO OLVIDE QUE LA LACTANCIA MATERNA SERA EXITOSA EN LA MAYORIA DE LOS CASOS SI:

- La madre se siente bien consigo misma.
- El bebé agarra bien el pecho, succiona con frecuencia y de manera eficaz.
- Recuerde buscar apoyo y asesoría en Lactancia Materna en el Establecimiento de Sanidad en la cual está adscrita.



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555 EXT. 1062
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo

