



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. ALEX VICTORIA
BARRERA PALOMAR
Subdirección de Salud

CN. DIANA YOLANDA
OSORIO CHACON
Coordinación Grupo
Salud Publica

PS. ESTEBAN ARMANDO
ZABALA CAMPOS

PD. KATHERINE
MONTENEGRO SHAEK
Comunicaciones
Estratégicas

**"Empoderémonos
¡Hagamos posible la
Lactancia
materna!"**



SUBDIRECCIÓN
SALUD

BOLETÍN No. 058
AGOSTO 01 DE
2019

SEMANA DE LA LACTANCIA MATERNA (1-7 Agosto 2019)



WABA (Alianza Mundial pro Lactancia Materna), entidad que trabaja conjuntamente con OMS y UNICEF ha hecho público el lema **"Empoderémonos ¡Hagamos posible la lactancia materna!"** en el cual se desarrollará del 01 al 07 de Agosto del 2019 en el territorio nacional.

Aunque tradicionalmente se considera que la lactancia materna está en el dominio de la madre, cuando los padres, las parejas, las familias y la sociedad la apoyan, las tasas de lactancia materna aumentan. Capacitar a mujeres y hombres como padres en igualdad también permite facilitar la lactancia.

El papel del hombre es afianzar el vínculo que tiene la madre con el hijo, blindar a la mujer de comentarios o comportamientos negativos de terceros y apoyarla en la etapa productiva y laboral donde la responsabilidad de cuidado sea 100% compartida.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA LACTANCIA MATERNA?

La leche materna, es el mejor y único alimento que una madre puede ofrecer al recién nacido, porque proporciona los nutrientes necesarios en calidad y cantidad, que son de fácil digestión y absorción, que contribuyen al crecimiento y desarrollo. Además la leche materna contiene anticuerpos que protegen contra una gran cantidad de infecciones.



La lactancia materna, establece el vínculo madre - hijo(a), el cual constituye una experiencia especial, singular e intensa; también protege la salud de la madre, aporta a la economía del hogar, por cuanto no se invierte dinero en la compra de leches artificiales infantiles, biberones, entre otros. Además se reducen los gastos en salud por hospitalización y compra de medicamentos porque los bebés se enferman menos.

Fuente: Ministerio de Salud y de la Protección Social.



"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA?

☒ **Para el niño o niña:** proporciona todo lo que el bebé necesita para crecer y desarrollarse adecuadamente. Además los protegen de infecciones y enfermedades como: gripas, asma, neumonía, otitis, alergia, diarrea, adicionalmente el contacto constante inmediatamente después del nacimiento, ayuda a que el vínculo afectivo se desarrolle.



☒ **Para la madre:** Las mujeres que amamantan pierden rápidamente el peso ganado durante la gestación y es menos probable que padezcan de anemia después del parto. Tienen menos riesgo de hipertensión, depresión post parto, osteoporosis, cáncer de mama y de ovario, especialmente en lactancia materna prolongadas.



☒ **Para la familia:** la lactancia materna contribuye con la economía del hogar, dado que no necesitan comprar leches artificiales, biberones, chupos, elementos de aseo, combustible, e invertir tiempo para la preparación. Los niños amamantados se enferman menos, lo que disminuye el gasto de la familia en medicamentos y el ausentismo laboral de los padres.



☒ **Para el país:** la lactancia materna disminuye los gastos en salud y contribuye al desarrollo del país con ciudadanos más inteligentes y tolerantes.

¿SE PUEDE ALMACENAR LA LECHE MATERNA?

Tener un banco de leche materna personal puede generar más beneficios de los que se puede imaginar, puesto que este preciado nutriente a temperatura ambiente (menos de 25°C), dura hasta 6 horas. En una nevera portátil con bolsas de hielo, dura hasta 24 horas. En la parte trasera de un refrigerador, dura de 3 a 8 días. En la parte trasera de un congelador, puede durar hasta 6 meses, siendo ideal que al momento de alimentar al bebe se use una cuchara tetero y así evitar el uso de chupos, que está contra indicado en la etapa lactante del menor.



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555 EXT. 1064
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo

