

- Medio: Mi Herbolario
- Fecha: 1 septiembre de 2020
- Título: Lactancia Materna: por un apoyo real y efectivo de las instituciones políticas y sanitarias
- Autor: Sally Morón, Secretaria General de la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT.
- Cita: COFENAT
- Experto: Sally Morón, Secretaria General de la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT.
- Foto:



Se encuentra en: Inicio / Actualidad

Noticia del: 01-09-2020

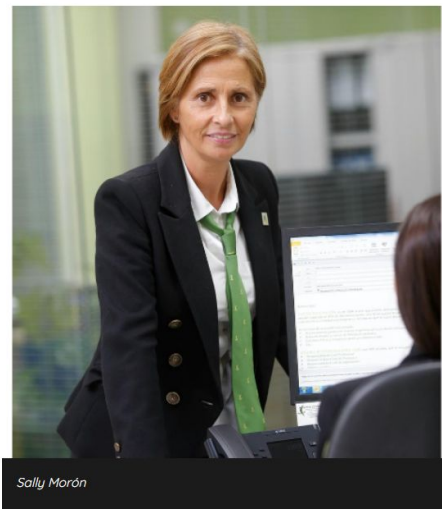
### Semana de la Lactancia Materna, el seno de una alimentación natural

Por Sally Morón, secretaria general de la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT

La lactancia natural, según la **Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño** (WHA55 A55/15, párrafo 10) de la Organización Mundial de la Salud (OMS), "es una forma sin parangón de proporcionar un alimento ideal para el crecimiento y el desarrollo sanos de los lactantes" y "también es parte integrante del proceso reproductivo, con repercusiones importantes en la salud de las madres".

Del 28 a 30 de marzo de 2001 tuvo lugar en Ginebra (Suiza) una consulta de expertos para revisar la evidencia científica sobre la duración óptima de la lactancia materna exclusiva, formular recomendaciones para la práctica sobre la duración óptima de la lactancia materna exclusiva y desarrollar recomendaciones para la necesidad de investigación en esta área. El **Informe de la consulta de expertos** constituye una revisión sistemática de la evidencia científica actual sobre la **duración óptima de la lactancia materna exclusiva**, en la que se identificaron y resumieron los estudios que comparaban la lactancia materna exclusiva durante 4 a 6 meses, versus 6 meses.

Con todo, la lactancia materna exclusiva durante 6 meses es la forma de alimentación óptima para los lactantes, según aboga la OMS como "**recomendación de salud pública mundial**", avalándose en el examen de los datos científicos "para lograr un crecimiento, un desarrollo y una salud óptimos". Posteriormente deben empezar a recibir alimentos complementarios, pero sin abandonar la lactancia materna hasta los dos años o más.



- Link:  
<https://miherbolario.com/actualidad/noticias/863/semana-de-la-lactancia-materna-el-seno-de-una-alimentacion-natural>

- Texto **Semana de la Lactancia Materna, el seno de una alimentación natural**

Por Sally Morón, secretaria general de la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales, COFENAT

La lactancia natural, según la **Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño** (WHA55 A55/15, párrafo 10) de la Organización Mundial de la Salud (OMS), "es una forma sin parangón de proporcionar un alimento ideal para el crecimiento y el desarrollo sanos de los

lactantes” y “también es parte integrante del proceso reproductivo, con **repercusiones importantes en la salud de las madres**”.

Del 28 a 30 de marzo de 2001 tuvo lugar en Ginebra (Suiza) una consulta de expertos para revisar la evidencia científica sobre la duración óptima de la lactancia materna exclusiva, formular recomendaciones para la práctica sobre la duración óptima de la lactancia materna exclusiva y desarrollar recomendaciones para la necesidad de investigación en esta área. El **informe de la consulta de expertos** constituye una revisión sistemática de la evidencia científica actual sobre la **duración óptima de la lactancia** materna exclusiva, en la que se identificaron y resumieron los estudios que comparaban la lactancia materna exclusiva durante 4 a 6 meses, versus 6 meses.

Con todo, la lactancia materna exclusiva durante 6 meses es la forma de alimentación óptima para los lactantes, según aboga la OMS como “**recomendación de salud pública mundial**”, avalándose en el examen de los datos científicos “para lograr un crecimiento, un desarrollo y una salud óptimos”. Posteriormente deben empezar a recibir alimentos complementarios, pero sin abandonar la lactancia materna hasta los dos años o más.

### **Exclusiva & Predominante**

La lactancia materna exclusiva significa que **el niño recibe solamente leche materna** (incluyendo leche extraída o de nodriza) durante los primeros seis meses de vida, y ningún otro alimento o bebida, ni siquiera agua, excepto por sales de rehidratación oral, gotas y los jarabes (vitaminas, minerales y medicamentos).

La lactancia materna predominante significa que la fuente predominante de alimentación del lactante es la leche materna (incluida la leche extraída o de nodriza). El niño puede recibir además líquidos (agua y bebidas a base de agua, jugos de fruta), líquidos rituales y **sales de rehidratación oral**, gotas o jarabes (vitaminas, minerales y medicamentos).

Para que las madres puedan iniciar y mantener la lactancia materna exclusiva durante seis meses, la OMS y el UNICEF recomiendan:

- que la lactancia se inicie en la primera hora de vida;
- que el lactante solo reciba leche materna, sin ningún otro alimento ni bebida, ni siquiera agua;
- que la lactancia se haga a demanda, es decir, con la frecuencia que quiera el niño, tanto de día como de noche;
- que no se utilicen biberones, tetinas ni chupetes.

A pesar de las recomendaciones de la OMS, las **tasas de lactancia materna son inferiores a los objetivos propuestos**. Así pues, la **Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales** (COFENAT) **aboga** en esta Semana Mundial de la Lactancia Materna 2020, que se celebra bajo el título ‘**Apoyar la lactancia materna contribuye a un planeta más saludable**’, por un real y efectivo apoyo a la lactancia materna por parte de las instituciones políticas y sanitarias, dando prioridad al acceso a la información, educación y **respaldo legislativo** para que no se produzca el abandono de esta práctica tan beneficiosa para el bebé y para la madre por la obligación de incorporarse al puesto de trabajo.