



APOYO Y EDUCACIÓN, IMPULSOS PARA LA LACTANCIA MATERNA

HOJA INFORMATIVA | AGOSTO 2021, NO. 70



@profamiliard
www.profamilia.org.do



La lactancia materna exclusiva durante seis meses -como recomienda la OMS- aporta los nutrientes necesarios para un crecimiento y desarrollo saludables. A propósito de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra del 1 al 7 de agosto, la doctora Paola Cuevas, pediatra de la Clínica Profamilia Herrera aborda el tema.



La leche materna está diseñada para las necesidades nutricionales e inmunológicas del niño o la niña; ayuda a prevenir las infecciones y promueve el vínculo entre la madre y su bebé independientemente del entorno, también proporciona seguridad alimentaria desde el nacimiento”, señala la doctora Cuevas sobre la eficacia de este alimento, ¡quizás de eso habla la sabiduría popular al decir que traen el pan debajo del brazo!

Destaca la doctora Cuevas que la maternidad y la lactancia ofrecen incontables momentos de felicidad, “sin embargo, no podemos pensar que es un lecho de rosas, porque también se

viven momentos de mucho estrés y se presentan obstáculos que deben ser superados”. Entre los retos más comunes para las madres lactantes destaca estos:

- 1. Dificultad en el agarre:** este es uno de los mayores retos que al lactar y se pueden dar por múltiples razones, como confusión del pezón con la tetera, frenillo sub-lingual, mala técnica de amamantamiento, entre otras. La lactancia no duele, si duele es signo de mal agarre. En este caso, lo recomendable es acudir con un experto de lactancia para poder hacer de cada toma una experiencia positiva para ti y tu bebé y ambos puedan disfrutar sus beneficios.



2. Huelgas de lactancia y brotes de

crecimiento: en estos casos el bebé puede que demande más el pecho y la madre piense que no tiene leche suficiente o el bebé se resiste a pegarse y parezca que no la quiere, pero es una etapa transitoria que se supera con persistencia.

3. **Afecciones mamarias:** las congestiones, ingurgitación, perlas de leche, mastitis y otras situaciones de carácter físico, pueden dificultar el proceso de lactancia. Ante cualquier dificultad de este tipo, acuda a su médico.

4. **Alergias:** el bebé puede presentar situaciones de salud que su pediatra podría asociar con la leche materna. Es importante pedirle a su médico que indague más a fondo para descartar alergias y expresarle el interés en lactar el mayor tiempo posible.

5. **Poca confianza en sí misma:** a veces hay dudas de la capacidad para satisfacer las necesidades alimenticias de los hijos e hijas, pero como siempre digo a las madres "si pudiste gestarlo, seguro podrás amamantarlo".

6. **Falta de apoyo y de información:** a veces por los mitos y falsas creencias, las personas que están para dar apoyo a esa madre que desea lactar podrían desalentarla. Aunque se pueden oír todos los consejos, es importante buscar información confiable.

7. **Entrada al trabajo:** algunas madres abandonan la lactancia cuando termina la licencia de maternidad, porque no tienen idea de cómo mantenerla o cómo crear un banco de leche. Hay muchos clubes de apoyo a la lactancia a los que se puede integrar la madre, incluso de manera virtual, donde se comparten estos aprendizajes. La Clínica Profamilia Rosa Cisneros cuenta con un club de lactancia que pronto tendrá un registro virtual.

En la República Dominicana la Ley 8-95 declara prioridad nacional la promoción y fomento de la lactancia materna y el artículo 240 del Código de Trabajo reconoce el derecho de la madre trabajadora a lactar a sus hijos, permitiendo que disponga de tres descansos remunerados de 20 minutos como mínimo dentro de la jornada de trabajo.



La doctora Paola Cuevas

está en la Clínica Profamilia Herrera los martes y jueves de 8:00 am a 05:00 pm y los miércoles de 8:00 am a 12:00 M



@profamiliard
www.profamilia.org.do