

1 al 7 de agosto  
**Semana Mundial de la  
Lactancia Materna**

Cerrando brecha:  
*Apoyo a la lactancia materna  
en todas las situaciones*





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## Índice

- I. **Introducción**
- II. **Semana Mundial de Lactancia Materna 2024**
- III. **Objetivos para la celebración de la SMLM 2024**
- IV. **Beneficios de la Lactancia**
- V. **Lactancia en emergencias**
- VI. **Promoción a la Salud**



Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## I.- Introducción

La Semana Mundial de la Lactancia Materna (SMLM) es una campaña mundial para crear conciencia y estimular la acción sobre temas relacionados con la lactancia materna.

La SMLM se celebra del 1 al 7 de agosto en conmemoración de la Declaración de Innocenti de 1990.

La celebración comenzó en 1992, con temas anuales que incluyen sistemas de salud, mujeres y trabajo, el Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna, apoyo comunitario, ecología, economía, ciencia, educación y derechos humanos.

Desde 2016, la SMLM está alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). En 2018, una resolución de la Asamblea Mundial de la Salud respaldó a la SMLM como una importante estrategia de promoción de la lactancia materna.





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## II.- Semana Mundial de la Lactancia Materna 2024

Este 2024, por 32 años consecutivos, México se une a la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna (SMLM), convocada por la Alianza Mundial pro Lactancia Materna (WABA, por sus siglas en inglés), entidad que trabaja conjuntamente con la OMS y la UNICEF.

Este año el tema se centra en **mejorar el apoyo a la lactancia materna para reducir las desigualdades que existen en nuestra sociedad, con especial atención a la lactancia materna en tiempos de emergencia y crisis.**



**La lactancia materna es un factor de igualdad en nuestra sociedad y hay que esforzarse por garantizar que todas las mujeres tengan acceso a ayuda y oportunidades para amamantar.**

**Especialmente las madres vulnerables que pueden necesitar ayuda adicional para reducir las desigualdades en la lactancia materna.**



Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## Lema de la **Semana Mundial de la Lactancia Materna 2024**



WABA | SEMANA MUNDIAL DE LACTANCIA MATERNA 2024



### III.- Objetivos para la celebración de la SMLM 2024



**Informar** sobre las desigualdades existentes en el apoyo a la lactancia materna y su prevalencia.



**Impulsar** las acciones para reducir las desigualdades en apoyo a la lactancia materna, centrándose en los grupos vulnerables.



**Consolidar** a la lactancia materna como factor igualitario para cerrar brechas en la sociedad.



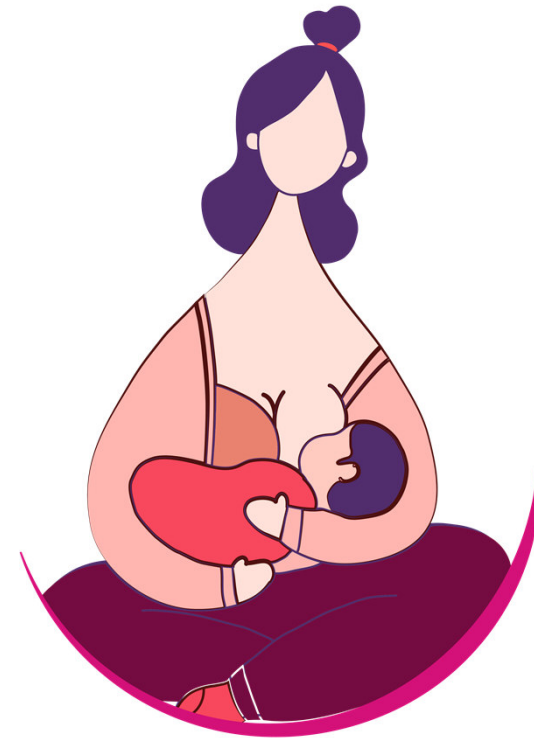
**Involucrar** a líderes con personas y organizaciones para mejorar la colaboración y el apoyo a la lactancia materna.



## IV- Beneficios de la Lactancia

### *Para los hijos e hijas*

- Disminuye el riesgo de enfermedades más comunes en la infancia (respiratorias, alérgicas y diarreicas).
- Es de fácil digestión, lo que disminuye los cólicos.
- Favorece el desarrollo emocional e intelectual.
- Previene el sobrepeso y la obesidad.
- Disminuye el riesgo de caries y favorece la correcta alineación de los dientes.
- Reduce el riesgo de muerte de cuna.
- Reciben las hormonas humanas naturales y nutrientes compatibles.





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla



## ***Beneficios para la madre***

- Disminuye el riesgo de hemorragia después del nacimiento del bebé.
- Previene a largo plazo osteoporosis, cáncer de mama y de ovario.
- Mejora los niveles de colesterol y triglicéridos.
- Disminuye el riesgo de depresión postparto.
- Ayuda a que recupere su peso previo al embarazo.
- Le permite desempeñarse laboralmente libre de preocupaciones.

## ***Beneficios para la familia***

- Favorece el vínculo familiar.
- Reduce el gasto familiar (no se gasta en fórmulas, menor frecuencia en consultas médicas).





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## V- Lactancia materna en emergencias

La **lactancia materna** es sin ninguna duda, el mejor alimento a ofrecer en caso de desastre natural o crisis, por los beneficios que ya se mencionaron, tanto para la madre como para el hijo.

Cuando las familias se encuentran desplazadas o viven en albergues es muy importante que las madres sigan amamantando a sus bebés.

La lactancia materna es una de las formas más eficaces para asegurar la salud y **supervivencia de los niños y niñas**.



## ¿Cómo apoyar la lactancia materna en los albergues durante las situaciones de emergencia?

- **Destinar un lugar adecuado**, limpio y privado para la lactancia materna en los albergues.
- **Apoyar a las mujeres** para que sigan haciéndolo de manera exclusiva hasta los seis meses de edad del bebé y continuar la lactancia combinándola con alimentos nutritivos hasta los dos años o más.
- **Explicar** a las madres que el susto no afecta la calidad de la leche materna



- **Aclarar** a madres que si han suspendido el pecho por angustia y estrés, la leche volverá a salir al amamantar a su bebé a libre demanda, es decir cuando él quiera.
- **Proporcionar** raciones adecuadas de alimentos y líquidos a las madres que están amamantando.
- **Asegurar que las madres** y las familias reciban apoyo por parte de profesionales calificados sobre la lactancia materna y el uso de fórmulas infantiles, sobre todo en los casos donde las madres no pueden amamantar.





## Criterios para el uso de fórmulas infantiles en los albergues:

- No recibir en los albergues donaciones de sucedáneos de leche materna: biberones,
- Las fórmulas infantiles sólo podrán ser distribuidas a las madres que lo necesitan por personal autorizado y capacitado en las condiciones de uso.
- Asegurarse que las fórmulas infantiles sólo se brinden a los bebés cuyas madres: no pueden lactar, se encuentran ausentes, han fallecido, están muy enfermas.
- La fórmula debe de ser proporcionada con todos los recursos necesarios para alimentar a los bebés con seguridad, incluyendo agua potable, utensilios para almacenamiento y de limpieza.



Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

En el mundo, solo 38% de los bebés son alimentados de forma exclusiva con leche materna, del nacimiento a los 6 meses.

Se espera que para el 2025 sea el 50%, gracias a los esfuerzos de todos los actores de la sociedad en el apoyo a la lactancia.

Es de vital importancia que promovamos espacios para que la mujer pueda desarrollarse en el ámbito laboral, pero facilitando el cuidado de la salud de su bebé.





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## VI- Promoción a la Salud

La lactancia materna es una forma natural y nutritiva de alimentar a los bebés, proporcionándoles nutrientes esenciales y fortaleciendo su sistema inmunológico. Además, promover esta práctica también contribuye a la prevención de enfermedades y reduce la carga económica en el sistema de salud, demostrando así su impacto positivo en la sociedad mexicana.

La Promoción de la Salud y la Lactancia Materna en México se apoyan en campañas educativas que buscan eliminar mitos y brindar información precisa a las madres y a la sociedad en general. Se impulsa la creación de espacios amigables para la lactancia en lugares públicos y en el ámbito laboral, para apoyar a las mujeres que trabajan. El objetivo es crear una cultura que valore y apoye la lactancia materna como una práctica natural y esencial para el desarrollo y el bienestar tanto del niño como de la madre, sentando así las bases para una sociedad más saludable y consciente en el futuro.



**Durante la Lactancia MATERNA evita**

-  Fumar o ingerir bebidas alcohólicas
-  Automedicarte
-  Tomar en exceso café y bebidas azucaradas



 @SaludGobPue  ss.puebla.gob.mx



**Durante los primeros 6 meses de vida LACTANCIA EXCLUSIVA**

- Es necesario el acompañamiento de la pareja.
- En el trabajo deben existir espacios adecuados que contribuyan a esta tarea.
- A partir del sexto mes puedes complementarla con alimentos nutritivos.
- Continúa dándole pecho hasta los dos años de edad.



 @SaludGobPue  ss.puebla.gob.mx



Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## Directorio

### **Araceli Soria Córdoba**

Secretaria de Salud y Directora General  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

### **Martín Santillán Jiménez**

Subsecretario de Servicios de Salud Zona A y  
Encargado de Despacho de la Dirección de Atención a la Salud

### **Mireya Montesano Villamil**

Subsecretaria de Servicios de Salud Zona B de la Secretaría de Salud y  
Coordinadora de Servicios de Salud de los Servicios de Salud del Estado Puebla

### **Claudia Salamanca Vázquez**

Directora de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

### **Sofía Morales Zurita**

Subdirectora de Salud Pública  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

### **Elaborado por:**

Departamento de Salud Reproductiva  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

y

Departamento de Promoción de la Salud  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla