



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

**SEMANA MUNDIAL DE
LACTANCIA MATERNA** 1 al 7 de agosto 2019

EMPODERÉMONOS

¡Hagamos posible la lactancia 🇲🇪!

  @SaludGobPue



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

CONTENIDO

- I Introducción
- II Semana Mundial de Lactancia Materna
- III Importancia de la lactancia materna
 - * Beneficios para el bebé
 - * Beneficios para la madre
 - * Beneficios para la comunidad
- IV Metas Internacionales Global y Operacional
- V Clave para un Desarrollo Sostenible
- VI Objetivos de la Semana Mundial de Lactancia Materna



Puebla



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

I.- Introducción

La Semana Mundial de la Lactancia Materna (SMLM), establecida por la Organización Mundial de la Salud y UNICEF en 1992, **está cumpliendo 28 años de celebrarse** y es actualmente el movimiento social más extendido en defensa de la lactancia materna.

En coordinación con la **OMS** y la **UNICEF**, la Alianza Mundial Pro Lactancia Materna (**WABA**) se encarga, cada año, de la organización de la Semana Mundial de la Lactancia Materna. Para ello elige un lema y propone una serie de temas a tratar y desarrollar a nivel internacional relacionados con la lactancia materna y los derechos de las mujeres y sus hijos.



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

Este año el lema hace un llamado a los gobiernos, sindicatos, empleadores y organizaciones de la sociedad civil para abogar e implementar soluciones innovadoras e inteligentes que conduzcan a la igualdad de género y a mejores tasas de lactancia materna con la participación activa de la familia.

Aunque tradicionalmente se ha considerado que la lactancia materna está en el dominio de la madre, cuando las familias y la sociedad la apoyan, las tasas de lactancia materna aumentan. Amamantar a un bebé es un trabajo en equipo. Capacitar en su práctica a mujeres y hombres por igual permite alargar su duración.

Para lograr una lactancia materna óptima, debemos atender las necesidades de la mujer y el niño y sus sistemas de apoyo a través de la atención continua durante los primeros 1000 días, desde el embarazo hasta el segundo cumpleaños.



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

La investigación ha demostrado que cuando la preparación prenatal se dirige a las parejas en comparación con las mujeres solamente, los índices de lactancia aumentan y da como resultado muchos otros beneficios, como mejores actitudes y conocimientos sobre la lactancia materna, menos uso de fórmulas infantiles, más apoyo doméstico y asistencial familiar de la niña o el niño y mayor satisfacción en general.

Preparación prenatal

- Con base en lo anterior y reconociendo que el mejor momento para la sensibilización sobre la lactancia materna es el embarazo, la paciente debe acudir a control prenatal, de preferencia acompañada por su esposo o alguna persona de su elección, para que el personal de salud platique con ellos sobre:
 - ✓ Explicarle los Beneficios de la Lactancia Materna
 - ✓ Apoyarle para que intente nuevamente amamantar sino le dio pecho a su hijo anterior.
 - ✓ Informar sobre el riesgo del uso de sucedáneos de la leche materna La no conveniencia del uso de biberones y chupones, por su asociación en problemas de salud
 - ✓ No establecer horarios de alimentación lactancia materna a libre demanda
 - ✓ Los beneficios del alojamiento conjunto



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- ✓ Las técnicas de extracción manual de leche materna para prevenir o aliviar la congestión mamaria y ayudar al principio de la lactancia a la expresión del calostro en los primeros días de vida de la persona recién nacida.
- ✓ Mantener una lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de edad y de forma complementaria a partir de entonces y hasta los 2 años o más de vida.
- ✓ La importancia del involucramiento del esposo y de la familia para apoyar la lactancia materna y conseguir que sea exitosa



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

El **empoderamiento de las madres y los padres** y el garantizar sus derechos necesitan una defensa activa de las políticas, legislaciones, lugares de trabajo que apoyan la maternidad y la paternidad, y normas sociales equitativas relacionadas con el género. Esto es importante, tanto en el sector formal como informal. La protección social parental equitativa en función del género también promueve los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

En ese sentido los Servicios de Salud del Estado de Puebla se suman a la celebración de la Semana Mundial de Lactancia Materna 2019 con las siguientes acciones:

- Fomentar la Lactancia Materna y con el apoyo de la pareja y la familia lograr una mayor duración de su práctica
- Capacitar e informar a las parejas, familias y personal de salud acerca de los beneficios de la lactancia materna, los riesgos del uso de sucedáneos de la leche materna y políticas y leyes que protegen la práctica de la lactancia materna
- Informar a la población en general acerca de los valores que enaltecen la maternidad, el amamantamiento y la formación de redes familiares de apoyo



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- Motivar al uso de redes sociales familiares como forma de compartir información acerca de los beneficios de la lactancia materna, la forma adecuada de amamantar y la duración óptima de la lactancia
- Orientar a las Instituciones públicas y privadas para que apoyen la lactancia materna en los lugares de trabajo
- Impulsar el empoderamiento de las madres y padres para garantizar el derecho a la lactancia materna a través de redes familiares y de grupos de apoyo comunitarios.
- Capacitar al personal de salud en la relación que tiene, la lactancia materna con la protección social parental equitativa y la importancia de la participación de la familia
- Motivar la asistencia de la familia en los clubes de embarazadas y madres puérperas a fin de que apoyen la práctica de la lactancia materna



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

❑ Fomentar la Lactancia Materna e informar cómo el apoyo de la pareja y la familia logra una mayor duración de su práctica.

¿Qué pueden hacer los padres ?

- ✓ Ayuda con las tareas del hogar, reduce el estrés de la pareja y asegúrate de que ella descansa lo suficiente
- ✓ Ayuda a tu bebé a que expulse los gases y eructe después de ser amamantado ¡El pecho del papá es ideal para esto!
- ✓ Preocúpate por tu bebé de maneras diferentes y que van más allá de la alimentación (Báñalo, cámbiale el pañal, paseen juntos)



¿Qué puede hacer la familia y los amigos ?

- ✓ Brindar apoyo emocional y ayuda práctica (hacer las compras, preparar las comidas, limpiar la casa)
- ✓ Cuidar a las hermanas y hermanos mayores
- ✓ Escuchar y apoyar a las madres para su confianza y compromiso con la lactancia materna

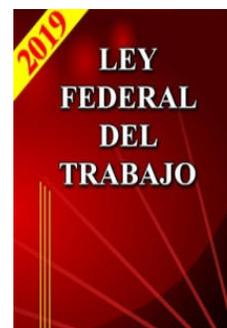


Gobierno de Puebla

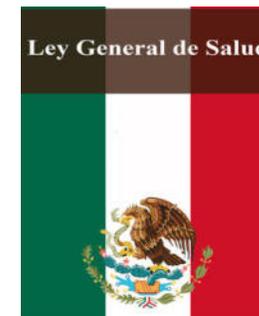
Hacer historia. Hacer futuro.

- ❑ Capacitar e informar a las parejas, familias y personal de salud acerca de los beneficios de la lactancia materna, los riesgos del uso de sucedáneos de la leche materna y políticas y leyes que protegen la práctica de la lactancia materna

PROYECTO de Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-050-SSA2-2018, Para el fomento, protección y apoyo a la lactancia materna.



Secretaría de Salud





Gobierno de Puebla

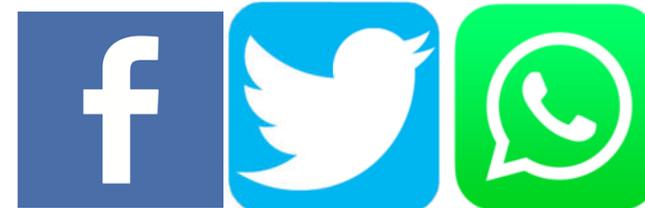
Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- ❑ **Motivar al uso de redes sociales familiares como forma de compartir información acerca de los beneficios de la lactancia materna, la forma adecuada de amamantar y la duración óptima de la lactancia**

La lactancia materna debe ser exclusiva y a libre demanda los primeros seis meses





Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- Motivar al uso de redes sociales familiares como forma de compartir información acerca de los beneficios de la lactancia materna, la forma adecuada de amamantar y la duración óptima de la lactancia**

Mensajes para redes sociales: Facebook y Twitter

Tuits para la Semana Mundial de Lactancia Materna 2019.

¡Empoderémonos! Hagamos posible la lactancia.

#empoderemonosconlalactancia, #Hagamosvirallalactancia, #amamantarestendencia, #amamantarenfamiliaesvital.



Puebla



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- ✓ Empoderémonos, con apoyo de la familia logremos amamantar 2 años.
- ✓ La leche materna es el alimento ideal para él bebe; y la familia el pilar para facilitar la experiencia.
- ✓ Si toda la familia apoya a la madre que amamanta, tendrán niñas y niños con mejor desarrollo.
- ✓ El primer vínculo amoroso es la lactancia materna, apoyemos en pareja esta práctica.
- ✓ Todos podemos facilitar la práctica de la lactancia materna. Hagamos posible que dure 2 años.
- ✓ Reglas de amor en la familia: regalar abrazos y apoyar a la mujer que amamanta con sus tareas.
- ✓ Familia: donde la vida comienza y el amor nunca termina amamantar 2 años es buen comienzo.
- ✓ Hombre: apoya la lactancia materna en tu familia.
- ✓ El amor de la familia es para siempre, como los beneficios de la leche materna.
- ✓ Una buena familia comienza con el buen ejemplo de los padres. Involúcrate y apoya la práctica de la lactancia materna.



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

Hashtags:

#empoderemonosconlalactancia, #Hagamosvirallalactancia, #amamantarestendencia,
#amamantarenfamiliaesvital, #Empoderemonosconlalactancia#, Hagamosposiblelalactancia
#equidaddegeneroenlactancia #Hagamosvirallalactancia #promuevelalactanciamaterna
#Hagamostendenciaamamantar, #impulsandoypromoviendolalactancia
#enaltezcamoslalactanciamaterna, #apoyaenfamilialalactancia, #Logremosdosañosdelactanciamaterna

Orientar a las Instituciones públicas y privadas para que apoyen la lactancia materna en los lugares de trabajo

- Dar suficiente licencia por maternidad a las madres para que consigan establecer la lactancia materna
- Facilitar a las madres su regreso al trabajo, brindándoles tiempo y lugar para amamantar o espacios donde extraerse y almacenar su leche
- ¡Apoyar a sus compañeras de trabajo mientras amamantan! Es difícil mantener el equilibrio entre el trabajo y ser una nueva madre



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.

- ❑ Impulsar el empoderamiento de las madres y padres para garantizar el derecho a la lactancia materna a través de redes familiares y de grupos de apoyo comunitarios.

En 2016, se aprobó en Puebla, aumentar de cuatro a seis días laborales como licencia de paternidad.



Secretaría
de Salud

Grupo de Apoyo Hospital General de Cholula



La Liga de la Leche

Organización no gubernamental sin fines de lucro, religiosos o políticos, que promueve y apoya la lactancia materna



Puebla



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- ❑ Capacitar al personal de salud en la relación que tiene, la lactancia materna con la protección social parental equitativa y la importancia de la participación de la familia

Apoyo a la lactancia

Revisión: McFadden A, Gavine A, Renfrew M, Wade A, Buchanan P, Taylor JL, Veitch E, Rennie A, Crowther SA, Neiman S, MacGillivray S. **Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies.** Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 2. Art. No.: CD001141. DOI: 10.1002/14651858.CD001141.pub5



Ofrecer apoyo profesional aumenta tanto duración de la lactancia, incluyendo la lactancia exclusiva. Este apoyo debe incluir personal capacitado, debe estar programado periódicamente, y debe personalizarse.



Revisión Cochrane: 73 estudios con 74,656 mujeres realizados en 29 países.



Leer más: <http://bit.ly/2yVA2nS>

mx.cochrane.org | @cochranemexico





Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- Motivar la asistencia de la familia en los clubes de embarazadas y madres púerperas a fin de que apoyen la práctica de la lactancia materna





Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. **Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, siempre que dispongan de buena información y del apoyo de su familia y del sistema de atención de salud.**

Por lo tanto la **OMS** recomienda la lactancia materna exclusiva durante seis meses, la introducción de alimentos apropiados para la edad y seguros a partir de entonces, y el mantenimiento de la lactancia materna hasta los 2 años o más.

Para la conmemoración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna en éste año, la Alianza Mundial Pro Lactancia Materna WABA ha elegido el siguiente lema:

***“¡Empoderémonos!
Hagamos posible la
lactancia.
Materna”***





Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

III.- Importancia de la Lactancia Materna

La lactancia materna juega un papel muy importante en la meta de convertir la seguridad alimentaria, en una realidad para los 140 millones de bebés que nacen cada año.

Seguridad alimentaria significa el poder obtener suficiente alimento para mantener una vida productiva y saludable, hoy y en el futuro. Las comunidades disfrutan de la seguridad alimentaria cuando todas las personas, en todos los hogares, tienen acceso a una adecuada alimentación, tanto en cantidad como en calidad, accesible, aceptable, apropiada, obtenible de los recursos locales, sobre una base continua y sostenible.

La lactancia materna da total seguridad alimentaria a los(as) infantes. No hay nada más pronto, accesible y nutritivo que la leche materna; un alimento totalmente completo para cada bebé hasta los 6 meses de edad.

La leche materna continúa ofreciendo las bases para el desarrollo infantil, con los nutrientes esenciales y energéticos, ayudando a prevenir la desnutrición y las deficiencias de micro-nutrientes. Esta protección la ofrece la leche materna entrado el segundo año de vida y más allá, combinándola con otros alimentos.

La leche materna es el primer alimento para cualquier bebé y no sólo le beneficia a éstos(as), sino que también ofrece beneficios para las mujeres, familias, comunidades, y para nuestro planeta.



Puebla



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

Amamantar inmediatamente después del nacimiento es importante porque el sistema inmunitario de los recién nacidos aún no está del todo maduro. Es por ello que muchas veces se denomina a la lactancia materna como "la primera vacuna".

La lactancia materna en la primera hora de vida reduce en casi 20% el riesgo de morir en el primer mes. Los recién nacidos tienen un sistema inmunológico muy inmaduro y son altamente vulnerables. La leche materna ofrece protección inmediata, así como estimulación del sistema inmunológico. Durante el primer mes de vida, **los bebés que no son amamantados** tienen seis veces más probabilidades de morir en comparación con aquellos que sí lo son; entre los 9 y 11 meses aquellos que no son amamantados tienen 30% más de probabilidades de fallecer. Se estima que la lactancia materna subóptima causó el 11,6% (804.000) de las muertes de recién nacidos en 2011.



Puebla



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

La leche materna le ofrece a cada bebé en desarrollo, un alimento nutritivo, accesible, y que ayuda a protegerle del síndrome de muerte súbita. La incidencia de diarrea es de 3 a 14 veces mayor en bebés alimentados(as) con biberón cuando se comparan con los(as) amamantados(as). Además, los(as) bebés que reciben leche materna producen mayores niveles de anticuerpos como respuesta a las inmunizaciones infantiles.

- ✓ Los y las bebés amamantadas tienen un riesgo menor de adquirir infecciones del tracto urinario.
- ✓ La lactancia materna ayuda a prevenir la diarrea, incluyendo eczema, alergias hacia los alimentos y respiratorias, tanto en la niñez como en la adolescencia.
- ✓ Los y las bebés prematuras que se alimentan con leche materna tienen mayores niveles de IQ a los 7 y 8 años de edad que quienes recibieron alimentos artificiales.
- ✓ La composición de la leche materna cambia y va transformándose conforme avanza el proceso de lactación, mientras que las fórmulas siempre se mantienen uniformes



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- ✓ La lactancia reduce los costos asociados con el cuidado de la salud al enfermarse menos y por ende menor egreso en la atención de enfermedades.
- ✓ La lactancia materna prolongada puede reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad infantil en un 12%, lo que ayuda a combatir enfermedades crónicas graves asociados con estas condiciones.
- ✓ La lactancia materna también se asocia a mayores logros educativos. Además, el amamantamiento por 6 meses, en comparación con 4 meses, mejora el desarrollo motriz de los bebés.
- ✓ Un período más prolongado de lactancia materna también se asocia a una mayor capacidad de respuesta materna y a la seguridad emocional que brinda el vínculo.
- ✓ La lactancia materna es un placer especial para las madres y para sus bebés. También ofrece beneficios a largo plazo para las madres que amamantan: la lactancia reduce el riesgo de cáncer de seno y de ovarios, de anemia y de osteoporosis.
- ✓ La lactancia materna promueve el vínculo
- ✓ Un período más prolongado de lactancia materna también se asocia a una mayor capacidad de respuesta materna y a la seguridad emocional que brinda el vínculo.



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

- ✓ La lactancia materna protege a las madres contra el cáncer de ovario y de mama
- ✓ Las mujeres que no amamantan presentan un riesgo 4% más alto de padecer cáncer de mama y 27% mayor de cáncer de ovario. También corren mayor riesgo de padecer hipertensión y enfermedades cardiovasculares.
- ✓ La lactancia materna es buena para el medioambiente
- ✓ La leche materna es un alimento natural y renovable que no necesita envase, transporte ni combustible para prepararse. Por cada millón de bebés alimentados con preparación para lactantes, se usan 150 millones de envases, muchos de los cuales acaban en vertederos.
- ✓ La lactancia es buena para la economía, las mujeres son el segmento de la fuerza laboral en más rápido crecimiento. La lactancia materna reduce el ausentismo y los costos de atención en salud, mejora la retención de los empleados, la productividad y la moral, y es buena para las relaciones públicas. Las ausencias de un día para cuidar de los niños enfermos es dos veces más frecuente entre las madres de los bebés alimentados con fórmula.



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

IV.- Metas Internacionales Global y Operacional.

Muchas comunidades han constituido bancos de leches infantiles para ayudarle a las madres pobres. Cuando estos bancos distribuyen ocasionalmente latas de fórmulas infantiles, lo que están haciendo es perpetuando la pobreza. La madre podrá recibir una lata y con esto perder su propio suministro de leche materna... esta lata se acabará pronto, podrá estar vencida, mal etiquetada...

¿Por qué las familias pobres van a darle un mal comienzo en la vida a sus bebés, cuando la leche materna siempre esta accesible para todos y todas? Muchos bancos de alimentos han comprendido que la promoción leche materna es el mejor camino para aumentar la seguridad alimentaria y no utilizan las costosas fórmulas. En cambio se preocupan de ofrecerle a la madre la mujer nutrición mientras amamanta. Los(as) bebés amamantados(as) tienen mayores niveles de IQ y por ello las comunidades también se beneficiarán. Entre más saludables estén las madres y sus bebés serán mucho menores los costos en la atención de la salud de una comunidad. La lactancia materna es la mejor manera para lograr la supervivencia infantil.



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

Todas las anteriores, son razones de peso para seguir protegiendo, promocionando y apoyando la lactancia materna, cumpliendo con la meta Global de la Declaración de Innocenti de 1990, la cual dice:

“Como una meta global para una optima salud y nutrición materna e infantil, debe permitirse a todas las mujeres practicar lactancia materna exclusiva y todos los niños deben ser alimentados exclusivamente con leche materna desde su nacimiento hasta los 6 meses de edad. De ahí en adelante los niños deben continuar siendo alimentados al pecho recibiendo además alimentación complementaria adecuada y apropiada hasta cuando menos los dos años de edad. Este ideal de alimentación infantil será alcanzado creando un ambiente apropiado de conciencia y apoyo para que las mujeres puedan lactar de esta forma”



Puebla



Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

**¡Trabajemos juntos para
empoderar a las madres y
padres, y garantizar el
derecho a la lactancia
materna, ahora y en el
futuro!**





Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Salud

Directorio

Jorge Humberto Uribe Téllez

Secretario de Salud y Director General
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Jorge Manuel Ramírez Sánchez

Subsecretario de Salud y Coordinador
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Eduardo Ramón Morales Hernández

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

Humberto Alfonso García Córdova

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

Elaborado por:

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

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



Puebla