

Semana Mundial de la Lactancia Materna
“Lactancia materna para un planeta saludable”
Del 1 al 7 de Agosto - 2020

Introducción

La Semana Mundial de la Lactancia Materna, se conmemora en todo el mundo, desde 1990 a partir de la Declaración de Innocenti firmada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en Italia, con el propósito de crear conciencia social y promover entornos que permita la lactancia materna.

El lema de la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2020 es “Apoyar la lactancia materna para un planeta más sano”, enfocándose en el impacto de la alimentación infantil sobre el medio ambiente y el cambio climático, fomentando la protección, promoción y el apoyo al derecho de la lactancia materna para la salud del planeta y las personas.¹

La lactancia materna salva vidas, mejora la salud y previene enfermedades, además, sigue siendo segura durante la actual Emergencia Sanitaria Nacional por COVID-19, ya que según diversos estudios realizados no se ha documentado hasta el momento la transmisión vertical del SARS-CoV2 (MSP 2020), por lo que las recomendaciones generales para la lactancia materna son: iniciarla durante la primera hora después del nacimiento, lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses y lactancia materna continuada durante dos años o más, junto con una alimentación complementaria segura, adecuada desde el punto de vista nutritivo y apropiada para la edad, a partir del sexto mes.²

¹ <https://www.paho.org/es/campa%C3%B1as/semana-mundial-lactancia-materna-2020>

² <https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/noticias/lactancia-materna-covid-19>

Semana Mundial de la Lactancia Materna 1 al 7 de Agosto del 2020

Cruz Roja Uruguay en el marco de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, se suma a la campaña mundial con el tema “Lactancia materna para un planeta saludable”,

Los objetivos de la campaña son:

- Difundir mensajes clave con recomendaciones sobre lactancia materna (LM) durante:
 - La etapa parto
 - La etapa post parto
 - Los primeros seis meses de vida del neonato
 - La transición de los seis meses en adelante
 - La emergencia sanitaria por COVID-19

Metodología

Difusión de mensajes clave e información sobre lactancia materna en redes sociales oficiales de Cruz Roja Uruguay (facebook, instagram, pagina web). Debido a la actual emergencia sanitaria por COVID-19, se enfatiza en la difusión de forma virtual.

Mensajes clave

- + La etapa parto:
 - Beneficios de la LM para el bebé
 - Beneficios de la LM para la madre
 - Consejos para la madre: Durante la lactancia es fundamental que la mujer tenga una alimentación sana, rica y variada, incluir muchas frutas y verduras y poca azúcar y sal. De esa forma estará ayudando al bebé a disfrutar de alimentos saludables y le facilitará la aceptación de la comida cuando empiece a comer. Durante la lactancia, igual que durante el embarazo, la mujer no debe tomar alcohol, fumar o consumir drogas. También debe ser cuidadosa con el consumo excesivo de refrescos, café, té y mate, porque pueden afectar el sueño del bebé y dejarlo más inquieto.
- https://www.unicef.org/uruguay/sites/unicef.org.uruguay/files/2019-08/Quiero_teta_doblepagina_web.pdf : Página 7 a la 11
- + La etapa post parto:
 - Consejos al momento del parto Página 12 y 13
- + Los primeros seis meses de vida del neonato
 - Señales de hambre: Página 14 y 15
 - ¿Cuánto y cuando dar lactancia materna?: Página 16 y 17
 - ¿Cómo dar lactancia materna?: Página 18 y 21
 - ¿Cómo extraer y almacenar la leche?: Página 26 – 28
 - Recomendaciones para el destete: Página 30

- + La transición de los seis meses en adelante
 - Señales para iniciar alimentos sólidos y líquidos:
https://www.unicef.org/uruguay/sites/unicef.org.uy/files/2019-08/a_comer_doblepagina_web.pdf Página 8
 - Consejos para las primeras comidas Página 10
 - ¿Cómo, cuándo y cuánto comer? Página 15-20 / 24-25-46
- Otra guía que se puede publicar con consejos para la transición:
 - https://www.bibliotecaunicef.uy/doc_num.php?explnum_id=206

- + La emergencia sanitaria por COVID-19: se promueven las recomendaciones del Ministerio de Salud Pública (MSP), desde la Coordinación de Lactancia Materna, considerando las posturas emitidas desde las Cátedras de Ginecología, Neonatología y Pediatría de la Facultad de Medicina, Centro Hospitalario Pereira Rossell y del Hospital de Clínicas de la UDELAR, así como de la Cátedra de Enfermedades Infecciosas UDELAR y de la Sociedad Uruguaya de Pediatría y de Ginecología:

<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/noticias/lactancia-materna-covid-19> (enlace de descarga)