

MIEMBROS DE LA COMUNIDAD

Juegan un papel importante en la promoción y defensa de la lactancia materna en la sociedad. Pueden compartir experiencias, estrategias personales y tener una influencia positiva en las decisiones sobre alimentación infantil.

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia es importante porque es una forma económica de darle la mejor nutrición a un bebé. Protege al bebé contra enfermedades comunes tanto a corto como a largo plazo. Reduce el riesgo que tiene la madre de padecer cáncer y otras enfermedades. El costo de no amamantar es enorme, tanto para las familias como para los estados. Además, la lactancia es una decisión de enfoque climático inteligente y fundamental para lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

La OMS y UNICEF recomiendan:

- ▶ El inicio temprano de la lactancia materna durante la primera hora siguiente al nacimiento.
- ▶ La lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida.
- ▶ La lactancia materna continuada hasta los 2 años de edad o más, con la incorporación de alimentos (sólidos) complementarios nutricionalmente adecuados y seguros a partir de los 6 meses.



LA CAMPAÑA CADENA EFECTIVA DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA prioriza la díada madre-bebé y da seguimiento durante los primeros 1,000 días de vida. Su objetivo es coordinar a quienes participan en todos los niveles para lograr una cadena de atención y cuidado continuo. Cada participante o cada eslabón de la Cadena Efectiva de Apoyo puede ser parte de alguna iniciativa ya existente. Con mensajes coherentes y sistemas adecuados de referencia de pacientes a lo largo de toda la Cadena, la díada madre-bebé podrá beneficiarse del apoyo continuo y de una asistencia especializada. De esta manera, las madres podrán disfrutar de una experiencia de lactancia materna más satisfactoria y eficaz.

Formas de cómo la **COMUNIDAD** puede apoyar la lactancia materna:

1. Compartiendo activamente sus experiencias sobre lactancia y la información más reciente basada en evidencia con las madres, padres, parejas y amistades a través de redes sociales o grupos de apoyo a la lactancia.
2. Animando a las futuras madres, padres y parejas a elegir centros de atención médica que protejan, promuevan y apoyen la lactancia materna y que conecten a las madres, padres y parejas con grupos de apoyo a la lactancia.
3. Abogando ante el gobierno y las empresas locales para establecer espacios amigables con la lactancia materna y que normalicen la práctica de la lactancia materna en público.
4. Organizando o participando en eventos o actividades que promuevan y apoyen la lactancia materna en su comunidad, como la Semana Mundial de la Lactancia Materna.
5. Haciendo voluntariado para proteger y apoyar la lactancia materna, particularmente en situaciones de crisis y emergencia. Compartiendo información basada en evidencia sobre la importancia de la lactancia materna y el peligro de la distribución sin control de alimentos para lactantes y de sucedáneos de la leche materna
6. Capacitando a las madres, padres y parejas sobre estrategias que les permitan combinar la lactancia materna y su trabajo. Animando a las empresas a tener instalaciones adecuadas para la lactancia materna en los lugares de trabajo.
7. Colaborando con otras personas para garantizar un cuidado continuo para la diada madre-bebé asegurando que tengan el apoyo necesario a la lactancia en sus distintos entornos, ej. instalaciones sanitarias, hogares, lugares de trabajo.
8. No aceptando obsequios, muestras, patrocinios, becas, exhibiciones de fórmulas infantiles, biberones o tetinas ni ningún regalo de las empresas y evitando cualquier conflicto de interés.
9. ¿De qué otra manera USTED puede proteger, promover y apoyar la lactancia materna?
.....
.....
.....



World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



Esta tarjeta se desarrolló en colaboración con [Universiti Sains Malaysia \(USM\)](http://Universiti Sains Malaysia (USM))

Cadena Efectiva

de Apoyo de la lactancia materna



www.waba.org.my/warm-chain/