



MinSalud
Ministerio de Salud
y Protección Social



Expertos responden preguntas sobre lactancia materna dentro del marco del Mes de la Lactancia Materna –Agosto de 2013

LOS EXPERTOS:

Margarita García, nutricionista Dietista de la U. Javeriana. Actualmente Consultor para el tema de Lactancia Materna y Bancos de Leche del Ministerio de Salud y Protección Social con más de 20 años de experiencia en Consejería en Lactancia Materna

Álvaro Duarte, médico de la Universidad Javeriana, Pediatra y Epidemiólogo de la U. Rosario, actualmente Consultor para el tema de Lactancia Materna y Bancos de Leche del Ministerio de Salud y Protección Social.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Pregunta: Camilo Zuluaga

¿Cómo perjudica a las madres lactantes el consumo de cigarrillo?, ¿pueden pasar esas toxinas de madre a hijo?

Lo que afecta de manera importante a los bebés es el humo del cigarrillo. Las sustancias tóxicas que pasan a través de la leche también puede afectar la lactancia si el consumo es mayor a 10 cigarrillos al día. Los hijos de madres fumadoras tienen más probabilidad de enfermar de problemas respiratorios, en comparación de los hijos de madres no fumadoras. El niño no debe estar cerca al humo de cigarrillo, por lo cual se debe prohibir en el hogar.

Mensaje de: Maryan

El 88% de la leche materna es agua.

El porcentaje de agua de la leche humana es alto (80%). Los otros componentes, como proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, células, inmunoglobulinas, se encuentran en una proporción ideal en la leche humana para nutrir adecuadamente a los niños y niñas, y protegerlos. La leche de vaca ya sea en polvo o líquida excede la capacidad de metabolismo (procesamiento) de los niños y niñas en los primeros meses de vida. Fisiológicamente el niño no está en capacidad de recibir una leche más concentrada debido a que su riñón es inmaduro. Por tanto el consumo de leches más concentradas como la de vaca sea líquida o en polvo sobrepasa la capacidad de su riñón lo que le puede generar o causar problemas de salud.

Pregunta: Brigitte Prieto

¿Qué plantas medicinales están autorizadas con la lactancia materna y qué efectos podrían tener sobre ésta? El hinojo por ejemplo algunos dicen que sí, y otros dicen que no.

Desde tiempos inmemoriales se han usado los tés de hierbas para aumentar la producción de leche, caso concreto el hinojo, en la madre produce un efecto benéfico, dándole confianza de poder amamantar, esto la relaja y alivia el estrés (UNICEF). Recomendamos tomar máximo dos porciones diarias en agua y no en leche, teniendo en cuenta que a veces se excede el consumo de lácteos por parte de la mamá (chocolate en leche, café en leche, yogurth, queso, avena, etc.).

Pregunta: María Zuleta

¿Hasta qué edad del niño es sano amamantar?



La recomendación internacional, avalada por la Organización Mundial de la Salud es recibir como alimento exclusivo leche materna durante los primeros seis meses de vida es decir sin suministrarle ningún otro alimento o bebida, luego continuar la lactancia con alimentación complementaria durante dos años o más. Los estudios reconocen la leche materna como el alimento ideal nutricional e inmunológico. Así mismo permite el contacto entre madre e hijo que conlleva un estímulo psicosocial y un vínculo que proporcionarían beneficios para el desarrollo de los niños y niñas.

Pregunta: Marcelina Cuaran

Después de los 6 meses de edad del bebé, ¿a cuánto tiempo tiene derecho la madre para amamantar a su bebé?

De acuerdo con la ley 1468 de 2011 la madre tiene derecho a la hora de lactancia durante los seis primeros meses y a extenderla si tiene parto prematuro, o gemelar o un niño con problemas por ejemplo síndrome de Down, para lo cual debe concertar con su médico el tiempo requerido y presentarlo a su empleador.

Luego de la licencia de maternidad, las madres tienen derecho a la hora de lactancia, la cual es diferente al tiempo del almuerzo o de descanso; se puede tomar media hora en la mañana y media en la tarde o llegar a un acuerdo con el empleador. La conveniencia estaría dada por la distancia del sitio de trabajo a la casa.

Pregunta: J-Andrey SP

¿Qué beneficios hay para los padres?

El beneficio para los padres está expresado en: Ley 1468 PARÁGRAFO 1o. La trabajadora que haga uso del descanso remunerado en la época del parto tomará las 14 semanas de licencia a que tiene derecho de acuerdo a la ley. El esposo o compañero permanente tendrá derecho a ocho (8) días hábiles de licencia remunerada de paternidad

Pregunta: Carlos González

Hay que ir a las empresas y verificar que las mamás tienen derecho a 1 hora para amamantar hasta que el bebé cumpla 6 meses, estoy seguro que muchos no lo saben.

Si, efectivamente muchas madres y sus familias desconocen la norma que las protege la lactancia materna.

Una de las iniciativas para apoyar a las madres trabajadoras y que se ha venido impulsando desde el desde el Ministerio de Salud y Protección Social, es la creación de salas de extracción de leche materna en las empresas para permitir que las mujeres mediante la extracción y conservación de su leche, puedan continuar la lactancia materna exclusiva y/o la total. Por supuesto la madre necesita conocer el proceso de extracción, su conservación y transporte, también necesita del apoyo del empleador en términos de: permitirle un espacio de tiempo para la extracción y contar con un área adecuada en donde pueda hacerlo.

Pregunta: Duglas Díaz

¿Existe alguna especialización en lactancia materna?

En Colombia no existe Especialización en el tema de Lactancia Materna.

Pregunta: Duglas Díaz

¿Se trasmite el nitrógeno en la leche materna?

El nitrógeno es parte fundamental de los aminoácidos y las proteínas que contiene la leche materna.



MinSalud
Ministerio de Salud
y Protección Social

**PROSPERIDAD
PARA TODOS**

Pregunta: Leonela Yañez

¿Qué riesgos puede tener un bebé si la lactante consume cervezas o en su defecto licor?

El alcohol consumido pasa rápidamente a la leche materna, cambia el sabor y el olor de la leche materna, lo que puede hacer que el niño rechace el pecho. El consumo de alcohol de la madre puede producir sedación y disminución de la producción de leche, el mito popular de que un vaso de cerveza al día aumenta la producción de leche no tiene ninguna evidencia científica, por lo cual la madre no debe consumir alcohol.