



Unidad de Comunicación Social

Ciudad de México, jueves 01 de agosto de 2019
No. 249/2019

BOLETÍN DE PRENSA

Lactancia materna, principal fuente del desarrollo psicomotor y coeficiente intelectual del recién nacido

- Del 1 al 7 de agosto se conmemora la Semana Mundial de la Lactancia Materna.
- La leche materna es el alimento más seguro para el recién nacido en los primeros dos años de vida.

Especialistas del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) afirman que la leche materna, además de ser la primera vacuna que protege al recién nacido de diversas enfermedades, también favorece de manera importante su desarrollo psicomotor, coeficiente intelectual y autoestima.

En el marco de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se conmemora del 1 al 7 de agosto, la doctora Elina Alvarado de Luzuriaga, Jefa del Área de Atención Prenatal del IMSS, explicó que este vital líquido también ayudará al bebé a disminuir el riesgo de infecciones respiratorias, diarreas, sobrepeso, obesidad, así como estreñimiento y cólicos.

Resaltó que para la mamá alimentar a su bebé con leche materna también le traerá múltiples beneficios como son la disminución del sangrado posterior al alumbramiento, ayudará a que el útero regrese a su tamaño normal y disminuirá el riesgo de padecer osteoporosis, cáncer de mama, ovario, hipertensión, anemia, estrés y depresión post-parto.

La especialista del IMSS precisó que la leche materna es el alimento más seguro para el bebé en los primeros dos años de vida, ya que le provee la cantidad y calidad exacta de nutrimentos que requiere para su óptimo desarrollo.

Agregó que durante los primeros seis meses de vida, el recién nacido se nutre únicamente de la leche materna, esta alimentación se conoce como lactancia materna exclusiva; posterior a este periodo recibirán una



@IMSSmx



@Tu_IMSS



Instituto Mexicano del Seguro Social



imss_mx



Unidad de Comunicación Social

alimentación complementaria, ya que además de la leche comerán otros alimentos, esta etapa puede durar hasta los dos años de edad o más.

La doctora Elina Alvarado de Luzuriaga comentó que en el IMSS se brinda orientación nutricional basada en el Plato del Bien Comer, la cual está encaminada a fortalecer la salud materna infantil.

Precisó que ésta debe incluir vitaminas, minerales, calcio y hierro, así mismo durante el periodo de lactancia, los especialistas recomiendan a la mujer tomar de dos a tres litros diarios de agua natural.

Para hacer conciencia sobre la importancia de la lactancia materna, en las unidades médicas y hospitalarias del IMSS, las mujeres embarazadas reciben información a través de la cartilla de la mujer embarazada, además de trípticos que destacan los beneficios de amamantar a sus bebés.

Agregó que a través de estrategias educativas y sesiones con personal de Trabajo Social se promueve la lactancia materna y se brindan consejos sobre diversos tópicos relacionados con el embarazo como cuidados y alimentación, entre otros.

Recomendó a las mamás que por razones de trabajo no puedan alimentar a sus bebés, amamantar a los pequeños antes de salir de casa y extraer la leche 15 días antes de su ingreso a laborar y depositarla en un recipiente de cristal de boca ancha con tapa de rosca y debidamente etiquetado.

--- oOo ---

