UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

INISA ofrece curso gratuito de lactancia materna

Capacitarán además en alimentación durante el primer año de vida

27 ENE 2014 Vida UCR

La Dra. Lilliam Marín Arias emplea una serie de materiales para explicar con detalle lo que es necesario de considerar durante el proceso de lactancia para que este sea exitoso (foto Laura Rodríguez)

Unas 100 mujeres lactantes o embarazadas, cuidadoras o profesionales que trabajan con bebés, niños y niñas pequeños tienen una gran oportunidad para capacitarse en forma gratuita en lactancia materna y alimentación durante el primer año de vida, gracias a una iniciativa del Instituto de Investigaciones en Salud (INISA) de la Universidad de Costa Rica (UCR).

El curso se ofrecerá en cinco sesiones los días viernes: **31 de enero, 7, 14, 21 y 28 de febrero, de 9:00 a.m. a 12:00 md**. en la Sala de Exdirectores de la Escuela de Medicina, ubicada en el primer piso del edificio de la Facultad de Medicina.

Las personas interesadas en participar en el curso pueden obtener más información o inscribirse por medio del teléfono **2511-3050** del INISA.

Lo impartirá la Dra. Lilliam Marín Arias, Magistra y Doctora en Nutrición y con una Licenciatura en Enfermería con énfasis en Salud de la Mujer y Perinatología, quien se dedica en el INISA a investigar, entre otros temas, la lactancia materna y la alimentación durante el primer año de vida, así como la salud materna infantil, la valoración de la situación nutricional de niños, mujeres y personas adultas mayores. Además participará **la Magistra Karina Ugalde González**, profesora Ad-honorem del INISA y quien se encarga de impartir lo referente a estimulación temprana.

El curso de lactancia materna y alimentación durante el primer año de vida ha despertado mucho interés en las diferentes comunidades en donde se ha impartido y tiene la ventaja de que las madres pueden asistir con sus hijos e hijas (foto Laura Rodríguez).

Esta es la novena vez que imparten este curso en diferentes localidades del país, con **el objetivo de promocionar la lactancia materna como un alimento que se debe ofrecer en forma exclusiva durante los primeros seis meses de vida y orientar hacia una adecuada introducción de alimentos durante el primer año de vida**, para favorecer un adecuado desarrollo y estado nutricional en esta etapa de la vida.

Según lo comentó la Dra. Marín **la alimentación en el primer año de vida es un tema prioritario en las agendas de trabajo de las diferentes organizaciones mundiales de salud**, razón por la cual desde el INISA se han propuesto ofrecerlo por lo menos dos veces más en este año.

Explicó que **es un espacio que pone la UCR a disposición** para que las madres con niños pequeños o cuidadoras o profesionales que se relacionan con niños conozcan los principios básicos de la lactancia materna y alimentación complementaria a partir de los 6 meses de vida. Añadió que las mujeres que asistan al curso pueden llevar a sus hijos e hijas.

La idea es que quien tenga vacíos de información o desconocimiento sobre estos temas puedan preguntar, exponer sus experiencias de vida. "Es un espacio donde las personas expresan sus miedos o frustraciones sobre el tema (...) y yo personalmente las oriento y trato de darles apoyo emocional para que sepan como pueden amamantar a sus hijos (e hijas)", manifestó la Dra. Marín Arias.

Lidiette Guerrero Portilla
Periodista Oficina de Divulgación e Información
lidiette.guerrero@ucr.ac.cr

Etiquetas: instituto investigaciones en salud, iniisa, lactancia materna, alimentacion infantil, lilliam marin arias, karina ugalde gonzalez.