UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

INISA capacitará en lactancia materna y alimentación de los bebés

El taller constará de cinco sesiones gratuitas en el salón parroquial de La Unión, Cartago

30 SEPT 2014 Salud

Lilliam Marín Arias es doctora en Nutrición por la Universidad Complutense de Madrid (España) y licenciada en Enfermería por la UCR (foto Laura Rodríguez).

El Instituto de Investigaciones en Salud **(INISA), de la Universidad de Costa Rica (UCR), brindará un taller gratuito que orientará en materia de lactancia materna y alimentación del bebé durante el primer año de vida**, a familias, cuidadoras o profesionales que se relacionan con niños.

La capacitación constará de **cinco sesiones gratuitas, que se realizarán los martes 7, 14, 21 y 28 de octubre, y 4 de noviembre, en horario de 9 a. m. a 12 m., en el salón parroquial de la**

iglesia de La Unión, en Cartago.

Aquellos interesados en participar en el taller pueden **inscribirse llamando al teléfono 2511-2150**, del INISA. Es permitido llevar niños y niñas a las sesiones, y el cupo es ilimitado.

La Dra. Lilliam Marín Arias impartirá la parte del taller referente al proceso de lactancia materna y alimentación del bebé; mientras que la Mag. Karina Ugalde González educará en el tema del desarrollo de los infantes durante su primer año de vida.

La Dra. Marín es especialista en nutrición e investigadora del INISA, interesada en temas relacionados a la salud materno-infantil; la situación nutricional de niños, mujeres y personas adultas mayores; la alimentación durante el primer año de vida y la lactancia materna. Por su parte, Ugalde, psicóloga y especialista en estimulación temprana, funge como profesora *ad honorem* del INISA.

“El objetivo del curso es facilitar a la población conocimientos sobre alimentación y desarrollo de los bebés en el primer año de vida que promuevan la salud y el bienestar de los niños y las niñas”, afirmó la Dra. Marín.

Entre los temas que se abordarán en el taller se encuentran: la anatomía de la mama y la fisiología de la producción de la leche humana; los beneficios que la lactancia materna brinda al bebé y a la sociedad; los efectos de la lactancia materna en el desarrollo psicosocial de los niños; y aspectos fundamentales en el proceso de lactancia, como la posición de la madre, la colocación de la boca del bebé y los cuidados que deben brindarse al pecho.

A su vez, se discutirán las actividades que permiten estimular el desarrollo en los niños durante su primer año de vida, y la introducción de alimentos complementarios a la leche materna a partir de los seis meses de edad.

Esta es la octava edición del curso, el cual se ha realizado en diversas comunidades del país.

Luis Fernando Vargas Vega
Periodista Oficina de Divulgación e Información
luis.vargasvega@ucr.ac.cr

Etiquetas: inisa, lactancia materna, salud, alimentacion, nutricion.