UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

UCR fomenta la lactancia materna como alimento nutricional y emocional

15 JUL 2015 Salud

En el curso participaron padres, madres y profesionales de distintas áreas (foto cortesía del INISA).

Solo dos bebes de cada ocho logran ser amamantados hasta los seis meses en Costa Rica, por esta razón el Instituto de Investigaciones en Salud (INISA) de la UCR decidió realizar un proyecto de Extensión Docente (ED-2842) enfocado en **promover la lactancia materna y una alimentación saludable durante el primer año de vida.**

Es así como padres y madres, además de profesionales de psicología y ciencias de la salud, aprenden sobre distintas temáticas relacionadas con estos temas en el curso "Preparación para la lactancia materna y alimentación del bebé durante el primer año de vida", **impartido por la Dra. Lilliam Marín Arias**.

La Dra. Marín destacó que uno de los principales retos que existen en esta temática es enseñarle a las personas la importancia que tiene la leche materna para la salud de los bebés; en este sentido, comentó que “en el mundo no hay ningún alimento que pueda compararse con la leche materna, porque **la leche materna no es solamente un alimento, es una sustancia viva que nos aporta anticuerpos y una serie de sustancias que no son necesariamente nutrientes, necesarias para el adecuado crecimiento y desarrollo de los niños y defensa contra las enfermedades**. Además, la leche materna es un alimento emocional”.

Participantes también tuvieron un taller sobre estimulación de la motora de los y las bebés (foto Esteban Cubero).

El último curso se impartió del 22 de mayo al 26 de junio y **abordó temáticas como fisiología de la lactancia y sus beneficios, alimentación para la madre durante el periodo de lactancia, introducción de alimentos complementarios a la leche materna, entre otros.**

“Este curso nace desde el año 2011 ante la necesidad de darles respuestas a las familias lactantes de información verídica y científica sobre el proceso de lactancia”, comentó la Dra. Marín, quien también aseguró que **el curso se basa en lo estipulado por la Organización Mundial de la Salud.**

La experiencia de tener un primer hijo

Jahel Quiroz Soto y Jaime González Morales están a pocos meses de tener a su primer hijo. Ambos saben que es una experiencia compleja y por eso decidieron matricular el curso de lactancia materna. Jaime comentó que “ha sido muy productivo en cuanto a conocimiento, aquí nos han instruido mucho en cuanto a gestación, el momento en el que bebé está afuera, cómo hay que tratarlo, cómo hay que alimentarlo”.

El curso se basa en lo estipulado por la Organización Mundial de la Salud.

“Yo creo que hay mucha información, y aquí se viene a comprobar qué es cierto, qué no es cierto” dijo Jahel Quiroz y añadió que es muy importante “saber que hay un montón de alternativas en caso de que hayan complicaciones”.

En el caso de María Laura Rodríguez Herrera, que tiene algunos meses de haber dado a luz a su primera hija afirmó que que el curso les aportó conocimientos para “el agarre del bebé en el pecho, además de la estimulación y la alimentación para el bebé”.

Como parte de la **Semana Mundial de la Lactancia Materna**, que se celebra del 1 al 7 de agosto, la Dra. Lilliam Marín está organizando una jornada donde se impartirá una **charla**

sobre el tema de lactancia materna y legislación en Costa Rica. La actividad será realizada el **viernes 31 de julio a las 9:00 a.m. en la Sala de Directores de la Facultad de Medicina.**

Esteban Cubero Hernández
Periodista Vicerrectoría de Acción Social

Etiquetas: lactancia materna, paternidad, maternidad, inisa.