

*Únete a la Liga de la Leche Internacional (LLLI) y la Alianza Mundial por la Lactancia Materna (WABA – Alianza Mundial Pro-Lactancia Materna) en Celebración del--
Día Mundial de la Salud, 7 de abril, 2010:
1,000 ciudades, 1,000 vidas*

El tema del Día Mundial de la Salud de este año aborda los retos que enfrenta la población urbana en crecimiento. La **Organización Mundial de la Salud** está haciendo un llamado a ciudades a lo largo del mundo para ser incluidas entre las “1000 ciudades” dedicadas a mejorar la salud en áreas urbanas.

Los Retos

- La mayor parte del crecimiento de la población en los próximos 30 años se llevará a cabo en áreas urbanas.
- Los grupos más humildes sufren en forma desproporcionada de enfermedades de todo tipo y otros problemas de salud.
- Los conductores principales de la salud en ámbitos urbanos están más allá del sector salud.
- Hay acciones y soluciones para abordar las causas raíz de los retos urbanos para la salud.
- Construir alianzas entre múltiples sectores de la sociedad para que las ciudades sean más sanas.



Lactancia Materna: Un paradigma para el cambio

¿Qué papel juega la lactancia materna a la hora de dar respuesta a los retos y al entregar, a lo menos, una solución parcial?

- **Proporcionando un aumento lento en el crecimiento de la población.** Amamantar de forma exclusiva y frecuente a lo largo del día y la noche durante los primeros meses actúa como un espaciador natural entre nacimientos, lo cual generalmente resulta en un intervalo de dos años entre bebés. Esto no solo permite una atención más enfocada hacia el bebé, sino que permite que la madre se recupere por completo de la gestación y el parto antes de volver a quedar embarazada nuevamente. Las ciudades se benefician de un crecimiento más lento de la población.
- **Trascendiendo la pobreza** El amamantamiento es el gran igualador. El bebé que nace en la pobreza y es nutrido y criado al pecho de su madre, recibe el mismo comienzo

que le bebé que nace en condiciones económicas óptimas que también es amamantado. Los beneficios biológicos de este simple acto son independientes de la riqueza y del poder. Las ramificaciones de esta igualdad se extienden más allá del infante hacia la familia y la comunidad como un todo, al preservar recursos preciosos que de otra manera se usarían en la manufactura, transporte, compra y preparación de la fórmula infantil. Tener un bebé amamantado sano significa que la madre tiene más tiempo para hacer otras cosas, como cuidar a su bebé, a sí mismas, a su familia y a participar en otras actividades, laborales o sociales. De esta manera puede contribuir a la economía familiar y los efectos de la pobreza pueden disminuirse.

- **Al proporcionar un vehículo “movilizador” de la salud en áreas urbanas.** Amamantar es al mismo tiempo una actividad fuera del “sector salud” y al mismo tiempo es piedra angular para los cuidados primarios en salud. Los bebés que no son amamantados tienen mayor riesgo de padecer condiciones de salud desde menores hasta algunas que pueden poner en peligro su vida, tanto a corto como a largo plazo. De manera similar, la madre que no amamanta a su infante tiene un riesgo aumentado de desarrollar condiciones adversas en su salud también.
- **Al proporcionar una acción que ha demostrado su valor con el tiempo y que contribuye de forma significativa a resolver retos en salud urbana.** El amamantar y su potencial para impactar la salud comunitaria se basa firmemente en evidencia científica. Las mujeres han amamantado a sus hijos durante milenios y la existencia continua de la vida humana en este planeta es testamento de su efectividad.

- **Organizaciones tales como WABA y LLLI son socios activos en la búsqueda de ciudades saludables.** Al trabajar en las comunidades para asegurar el apoyo adecuado a las madres lactantes, se re-establece la lactancia materna como la norma cultural global.

1000 vidas: La historia de una Campeona de Salud local.

Como parte de la celebración de este año del Día Mundial de la Salud, la OMS nos invita a nominar a campeonas de salud local que constituyen una “fuerza poderosa en entornos urbanos que están realizando cambios que tienen enormes beneficios en salud para todos/as nosotros/as.

Para este efecto, conoce a **“Eva”—cada madre lactante.**

- **Eva es la madre de un bebé amamantado.**

Desde su nacimiento, ha nutrido y criado a su bebé al pecho, ofreciéndole protección



contra enfermedades, refugio contra tormentas y amor incondicional.

- **La salud del infante de Eva proporciona protección indirecta a otros.** Un bebé sano no puede contagiar una enfermedad que no contrae.
- **El dinero que Eva ahorra al no gastar en fórmula infantil y gastos médicos puede ser usado para otras cosas.**
- **Las acciones sencillas de Eva son amigables con el ambiente.** Amamantar es ecológico y no desperdicia recursos valiosos, ni genera toneladas de desperdicio para agregar a los tiraderos de basura.
- **Eva es un modelo a seguir para otras mujeres..** Las mujeres aprenden de otras mujeres. No solo aprenden del “como” amamantar viendo a Eva amamantar a su infante, sino que también aprenden a apreciar la lactancia en el contexto cultural. El apoyo madre-a-madre también se ha llevado a cabo durante milenios y es un medio efectivo para compartir la sabiduría dentro de una comunidad.
- **Eva proporciona datos de salud basados en evidencia en cada visita al profesional de salud para control niño sano.** El éxito de Eva en la lactancia y la salud resultante de su infante, son ejemplos brillantes para aquellos profesionales de la salud que la atienden. Esos profesionales pueden ayudar a expandir lo que aprenden de Eva a otras mujeres.
- **Al amamantar, Eva provee a su bebé un escudo en caso de emergencia.** No solo la leche humana es una fuente rápida de alimento, sino que además no requiere agua limpia, refrigeración, almacenamiento o agua para limpiar recipientes. Aún en las condiciones más severas ocasionadas por algún desastre. El bebé de Eva puede permanecer seguro, caliente y bien alimentado.

¿Cómo podemos ayudar a Eva?

Aún cuando Eva es capaz de amamantar a su bebé con éxito, podemos asegurarnos de que tenga el apoyo que necesita.

- **Trabajemos con los gobiernos locales para asegurar que amamantar, incluso en público, sea parte de los derechos legales, de Eva.** Si tu comunidad no es tan amigable con la lactancia como debiera ser, puedes trabajar para cambiar las normas sociales a través de legislación que proteja el derecho de Eva a amamantar.
- **Hagámosle saber a Eva que está llevando a cabo un trabajo muy valioso para su bebé y su comunidad.** Una sonrisa y palabras de aliento le hacen saber que lo que hace es importante.
- **Ayudemos a Eva a continuar amamantado si trabaja fuera de su casa.** Trabaja con empleadores en tu comunidad para que apoyen totalmente a mujeres como Eva para que sigan amamantando mientras trabajan y que reconozcan que tendrán empleadas más efectivas y comprometidas a largo plazo.

**¡Eva es una Campeona de Salud Local!
¡Cada mujer que amamanta es una Campeona de Salud Local!**



Autora: Melissa Clark Vickers

Para mayor información contacta a:



LLLI en <http://www.llli.org>



WABA en <http://www.waba.org.my/>



LA LECHE LEAGUE
INTERNATIONAL

La Leche League International (LLLI) is a nonprofit organization founded in 1956 by seven women who wanted to help other mothers breastfeed their babies. LLLI, the world's largest resource for breastfeeding and related information, offers encouragement worldwide through mother-to-mother support and breastfeeding mother support groups in 69 countries.



The World Alliance for Breastfeeding Action (WABA) is a global network of individuals and organisations concerned with the protection, promotion and support of breastfeeding worldwide based on the Innocenti Declarations, the Ten Links for Nurturing the Future and the WHO/UNICEF Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. Its core partners are International Baby Food Action Network (IBFAN), La Leche League International (LLLI), International Lactation Consultant Association (ILCA), Wellstart International and Academy of Breastfeeding Medicine (ABM). WABA is in consultative status with the United Nations Children's Fund (UNICEF) and an NGO in Special Consultative Status with the Economic and Social Council of the United Nations (ECOSOC). • Address: P.O. Box 1200, 10850, Penang, Malaysia • Tel: 604-6584816 • Fax: 604-657 2655 • Email: waba@waba.org.my • Website: www.waba.org.my