



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

UCR ofrece curso sobre Preparación para la lactancia materna y la alimentación del bebé

Clases inician el próximo 18 de mayo en la Facultad de Medicina en la sede Rodrigo Facio

10 MAY 2018

Sociedad



Prolamanco capacita a familias y profesionales en la importancia de la lactancia materna y la introducción adecuada de otros alimentos para los lactantes. Foto archivo ODI.

Con un nuevo curso para la **"Preparación para la lactancia materna y la alimentación del bebé durante el primer año de vida"**, el proyecto "Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad", conocido por sus siglas como Prolamanco ([ED-2842](#)), capacitará a personas relacionadas con el cuidado de niños.

Madres, padres, abuelos, abuelas, profesionales en salud y cuidadores de menores de un año de edad podrán asistir, **a partir del 18 de mayo, a este curso gratuito.**

El mismo se impartirá en seis sesiones, todos los viernes de 9:00 a.m. a 12:00 m.d., en la Facultad de Medicina de la Universidad de Costa Rica ([UCR](#)), en la sede Rodrigo Facio.

Este es el segundo año que Prolamanco hace la convocatoria a este curso. En este, las personas interesadas adquieren conocimientos sobre la alimentación y desarrollo en el primer año de vida, que promuevan la salud y bienestar de los niños y niñas.

El curso será dado por las doctoras Lilliam Marín Arias y Karina Ugalde González, de Prolamanco, proyecto adscrito al Instituto de Investigaciones en Salud ([Inisa-UCR](#)).

Para Arias, coordinadora del proyecto, Prolamanco contribuye con la salud de las niñas y los niños mediante la promoción de una alimentación saludable durante su primer año, ya que "esta alimentación la garantizamos a través de una adecuada lactancia materna e introducción de alimentos a partir de los 6 meses de vida", agregó.

La inscripción es gratuita, se puede asistir con menores de edad. Se realiza vía web [en este enlace](#).

Todos los años, Costa Rica se une a la Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebrará del 6 al 10 de agosto próximos. Este año, el tema central de reflexión se centrará en la **lactancia como base para una buena salud para toda la vida** para bebés y madres. Se promueve la lactancia materna más allá de los aspectos nutricionales, pues este acto asegura la continuación de un vínculo único entre madre e hijo o hija, tan importante en el desarrollo de la persona como el alimento mismo.

Estudiantes comprometidos

Otro de los proyectos de Acción Social en este tema es **Estrategias de promoción para una lactancia materna efectiva y prolongada** ([TC-622](#)), coordinado por la profesora Ernestina Aguirre Vidaurre, de la Escuela de la Enfermería.



Estudiantes de diversas carreras participan en actividades para el fomento de la lactancia materna en distintas comunidades. Foto cortesía Ernestina Aguirre

Ese proyecto “genera procesos de acompañamiento a las madres, familia con la creación de grupos de iguales, con el objetivo de promover la continuidad de la lactancia materna en su propio domicilio. **Para lograrlo se aborda desde varias dimensiones, por lo cual los estudiantes podrán trabajar de forma multidisciplinaria** desde la Enfermería, Nutrición, Psicología, Medicina, Derecho, Administración de Empresas, Informática, Odontología”, explicó Aguirre.

Además de los aspectos formales de la lactancia, este proyecto ha asesorado a las mujeres sobre sus derechos laborales, y **lucha por erradicar los prejuicios que impiden que amamenten a los infantes en sitios públicos** aduciendo razones de moralidad y orden públicos, explicó Aguirre.

El trabajo comunal ha llevado su labor hasta las áreas de salud de Goicoechea, Barva, Clínica de Lactancia Materna de los hospitales de la Mujer y Calderón Guardia, Hospital de la Anexión, Liceo de Nicoya y Colegio Técnico de Calle Blancos.

Beneficios de la lactancia

De acuerdo a datos recientes de la Organización Mundial de la Salud ([OMS](#)) si todos los menores fueran alimentados con leche materna **se evitaría cada año la muerte de al menos 820 000 por razones de desnutrición u otras enfermedades.**

Según la OMS, **solo el 40% de menores de seis meses reciben leche materna** en forma exclusiva. Además de beneficiar al niño o niña, la lactancia también incide en la disminución del cáncer de mama y de ovario, diabetes tipo 2 y depresión posparto en las mujeres que optan por amamantar a sus hijas e hijos.

Actualmente el mercado de leches sustitutas va en aumento y, según la OMS, para el año 2019 generará ingresos mayores a los \$70 000 millones.

Avance costarricense

Luego de décadas, **el pasado 24 de abril el Estado costarricense saldó una deuda con las madres trabajadoras que amamantan a sus hijos e hijas** para que cuenten con las condiciones óptimas en salas de lactancia materna en sus centros laborales.

Con la **firma del reglamento de condiciones para dichos espacios**, se cumple con lo dispuesto en el artículo 97 del Código de Trabajo, que establece el derecho de las mujeres a tener un tiempo para amamantar y extraerse leche materna, que se computa como tiempo de trabajo efectivo.

A criterio de la enfermera Aguirre Vidaurre, este decreto será de utilidad para centros de trabajo que no tienen lactarios; pero enfatizó que ya la UCR lo ha realizado, previamente a este decreto, en todas las sedes y recintos en beneficio de las trabajadoras universitarias.

Dentro de un año, **todas las entidades públicas y privadas en las que laboren más de 30 mujeres deberán de acondicionar un lactario** de acuerdo a las directrices establecidas en dicho reglamento, **cuyos detalles están disponibles [en este enlace](#)**.

[Eduardo Muñoz Sequeira](#)

Periodista Vicerrectoría de Acción Social

eduardo.munoz@ucr.ac.cr

Etiquetas: [lactancia materna](#), [bebe](#), [estimulacion temprana](#), [ed-2842](#), [prolamanco](#), [tc-622](#), [escuela de enfermería](#), [inisa](#).