



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

# La lactancia materna tiene múltiples beneficios para nuestra sociedad

Del 1.º al 7 de agosto se celebra la Semana Mundial de la Lactancia Materna

3 AGO 2018 Sociedad



La mortalidad infantil se encuentra asociada, en gran medida, a la desnutrición que viven millones de niños y niñas a nivel mundial. El 45 % del total de muertes infantiles en el mundo (2,7 millones) se debe a la desnutrición (foto: Archivo La Nación).

---

La leche materna es la fuente de energía y nutrientes más importante para los niños y niñas en sus primeros meses de vida, por tanto, **es fundamental para mejorar la supervivencia infantil y fomentar un crecimiento y desarrollo saludable**. Así lo explicó la M. Sc. Ernestina Aguirre Vidaurre, docente y directora del Programa de Posgrado de la [Escuela de Enfermería](#) de la Universidad de Costa Rica ([UCR](#)).

**“Los beneficios son innumerables, para la madre, para el bebé, para la familia, para la sociedad, para el ambiente, para la economía (...) la lactancia materna la tiene que conocer todo el mundo, no solo las mamás, todas las personas tienen que saber de la lactancia y de sus ventajas”** aseguró Aguirre.

La lactancia materna se asocia igualmente a la reducción en las tasas de mortalidad infantil y desnutrición. El inicio temprano de esta práctica protege a los niños y a las niñas. **Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una lactancia materna óptima permite salvar la vida de más de 820 000 menores de 5 años todos los años.**

Ver nota: [Desaconsejar la leche materna es riesgoso e irresponsable](#)

Los beneficios que tiene esta actividad en la salud de la madre y su bebé se ven reflejados a largo plazo en **la reducción de costos sanitarios y beneficios económicos, tanto para las familias como para los países**, de ahí la importancia del desarrollo de normativa y políticas públicas en el tema.

Aguirre, quién además es coordinadora del proyecto **“Estrategias de promoción para una lactancia materna efectiva y prolongada” (TC-622)**, afirma que cuando se habla de promoción no se está hablando de imposiciones, sino de derechos de las madres, niños, niñas, jóvenes y adolescentes embarazadas a decidir sobre el tema, por lo cual **es fundamental el empoderamiento**.



El acompañamiento a las madres es fundamental para garantizar mejores condiciones de salud tanto al bebé como a la mamá. Una de las principales problemáticas es la

desinformación y el desconocimiento que existe sobre la lactancia materna (foto: *Semanario Universidad*).

---

Este proyecto ha trabajado precisamente en el empoderamiento sobre derechos y el acompañamiento a las familias en el proceso de lactancia, con el propósito de sensibilizar acerca de la autonomía de la madre y el respeto a sus decisiones, así como a las creencias y las tradiciones familiares en relación con el tema.

David Cordero Gómez, estudiante de último año de la carrera de Derecho, quien participó en el proyecto, asegura que **“Cuando uno está ahí afuera, uno se da cuenta de que hay muchos mitos (...) y no solo es la importancia de romper esos mitos, sino que lo que estás haciendo es salvaguardando la salud de los futuros costarricenses, que al final de cuentas se traduce en menos costos para la Caja [del Seguro Social], mejor calidad de vida para las personas, más progreso”**.

## Legalidad y lactancia

Cordero rescata la importancia de que los estados tengan normativas que promuevan la lactancia materna y asegura que si bien, a nivel de legislación, Costa Rica tiene grandes avances en pro de esta práctica, en especial posterior a la aprobación de la [Reforma Procesal Laboral](#) en el año 2017, en la realidad muchas veces no se cumple la normativa y es fundamental combatir esa desinformación no solo de la sociedad sino de los operadores del derecho.

**Uno de los vacíos a nivel de normativa en el país es la ausencia de legislación que proteja los derechos del padre y le permita participar e involucrarse mayormente en el proceso de lactancia.**

A pesar de que a nivel nacional se han dado avances en materia de marcos normativos que respaldan la lactancia materna y aunque **a lo interno de la Universidad también se han realizado acciones a favor de esta práctica, no se están cubriendo todas las necesidades que presentan las familias lactantes** y es necesario la creación de un reglamento estudiantil que las proteja dentro de la Universidad.

Así lo explicó la Lic. Priscila Walsh Hernández, quien en el 2017 realizó un seminario de graduación para optar por el grado de Licenciatura junto con cuatro estudiantes más de la carrera de Enfermería, en donde investigaron las vivencias personales, familiares y sociales de las estudiantes madres en la UCR e identificaron que no hay un marco jurídico que las respalde, que existen limitados recursos e infraestructura y que se presenta una clara invisibilización de la comunidad de estudiantes madre en procesos de lactancia.

**Hoy, primero de agosto, inicia la celebración de la semana mundial de la lactancia materna. Este 2018 el lema es “Lactancia materna fundamento de la vida”**. El proyecto de TCU estará participando en las comunidades de Nicoya, Naranjo y en la Sede Rodrigo Facio de la Universidad de Costa Rica, con talleres, toldos informativos y capacitaciones, como parte de las actividades de esta semana.



[Laura Camila Suárez Rodríguez](#)

Unidad de Comunicación, Vicerrectoría de Acción Social

[laura.suarez@ucr.ac.cr](mailto:laura.suarez@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [lactancia materna](#), [bebes](#), [tc-622](#), [leche materna](#), [desnutricion](#), [mortalidad infantil](#).