

"En la Semana de la Lactancia Materna, Caldas se une al lema 'Cerrando Brechas', comprometidos en incentivar y apoyar la lactancia materna en todas las situaciones, principal factor protector para disminuir la morbi-mortalidad de los menores de cinco años, para un futuro más saludable y equitativo."



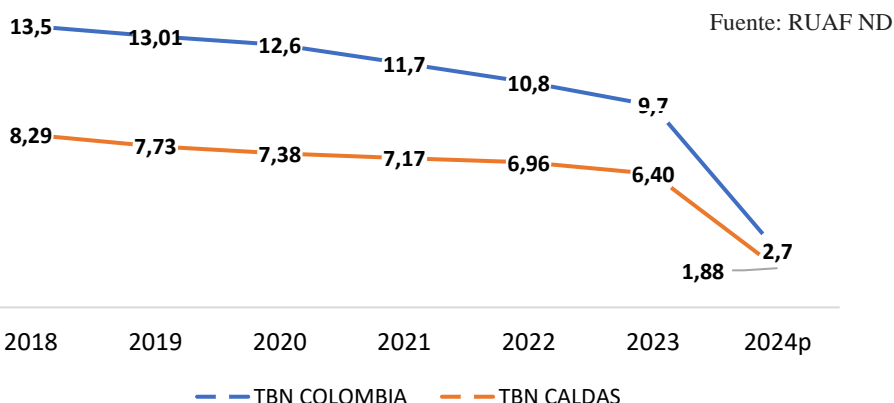
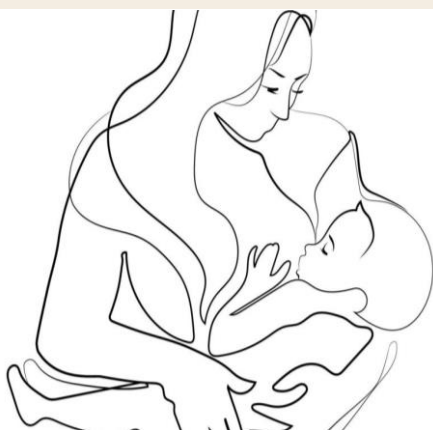
WABA | SEMANA MUNDIAL DE LACTANCIA MATERNA 2024

## Semana Mundial de Lactancia Materna 2024

Te contamos >>>

- Fecundidad Caldas.
- Media Lactancia Materna
- Recomendaciones
- Beneficios para madre e hijo

"La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses garantiza la salud y el desarrollo óptimo de los niños."

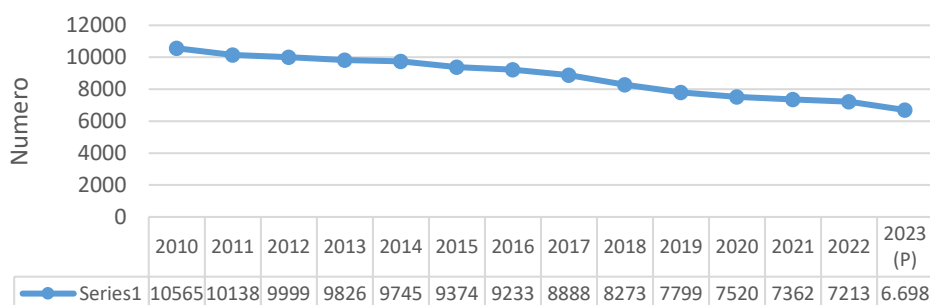


### Tasa Bruta Natalidad 2018-2024(pp).

"La tasa de natalidad en el departamento de Caldas y en Colombia en general, desde 2018 hasta 2024pp (preliminar parcial), presentan una tendencia a la baja en el número de nacimientos por cada 1000 habitantes durante este período."

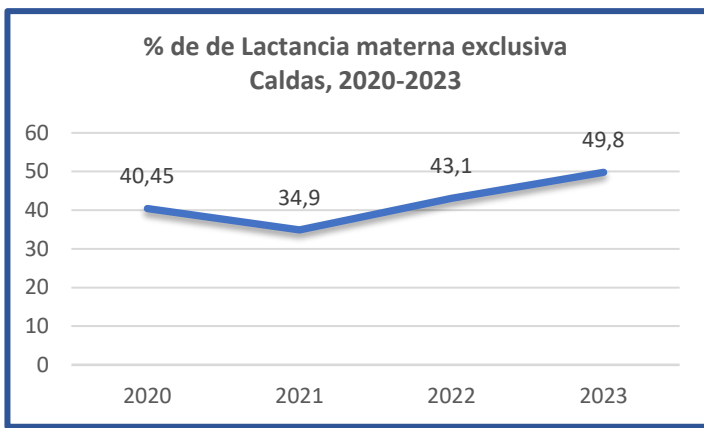
La razón niños mujer en Caldas, en el 2005, por cada 100 mujeres que podían tener hijos había 33 niños pequeños (de 0 a 4 años). Para el año 2023, esa cantidad de niños pequeños bajó a 23 por cada 100 mujeres en edad fértil.

### Nacimientos Caldas 2010-2023(P)



Fuente: RUAF ND

# Lactancia Materna Exclusiva

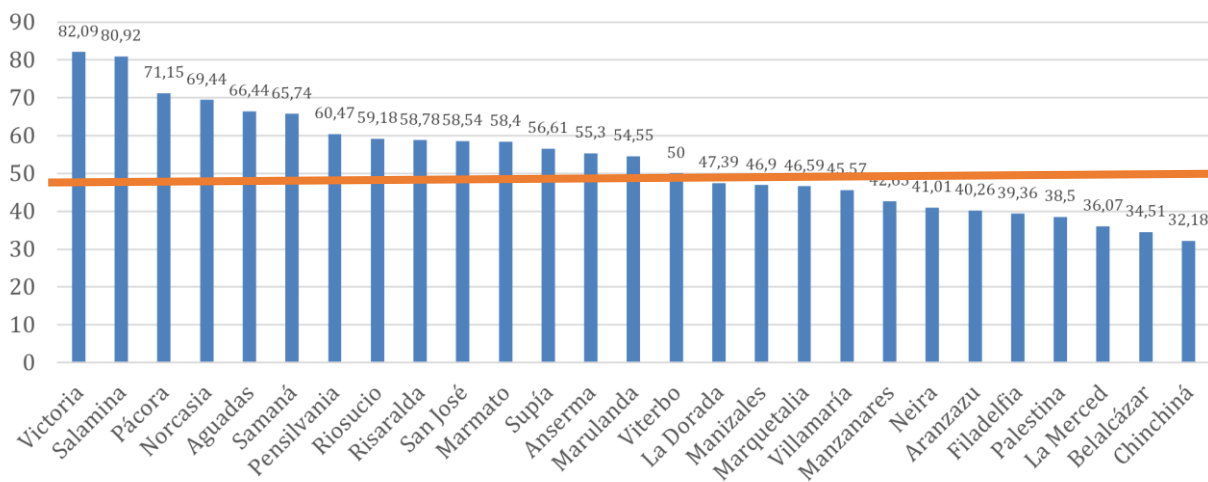


Meta Nacional: Lograr 45% de LME a 2024, 51% a 2030

Fuente: SISVAN

La lactancia materna es una de las formas más eficaces de garantizar la salud y la supervivencia infantil por lo que la Organización Mundial de la Salud recomienda que los bebés sean amamantados exclusivamente durante los primeros seis meses de vida, El Plan Decenal de Lactancia Materna (PDLM) 2021-2031 en Colombia plantea lograr un incremento del % de lactancia materna exclusiva al 2025 a 45%, meta que ya logró Caldas en el año 2023 con un 49,8%.

Porcentaje municipal de lactancia materna exclusiva, Caldas 2023

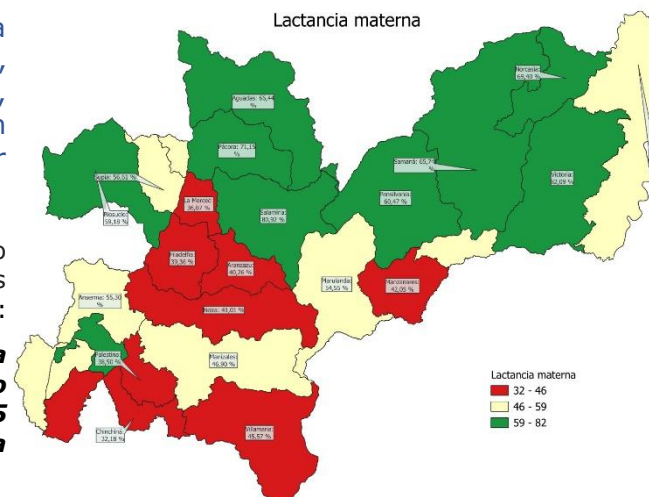


Fuente: SISVAN DTSC

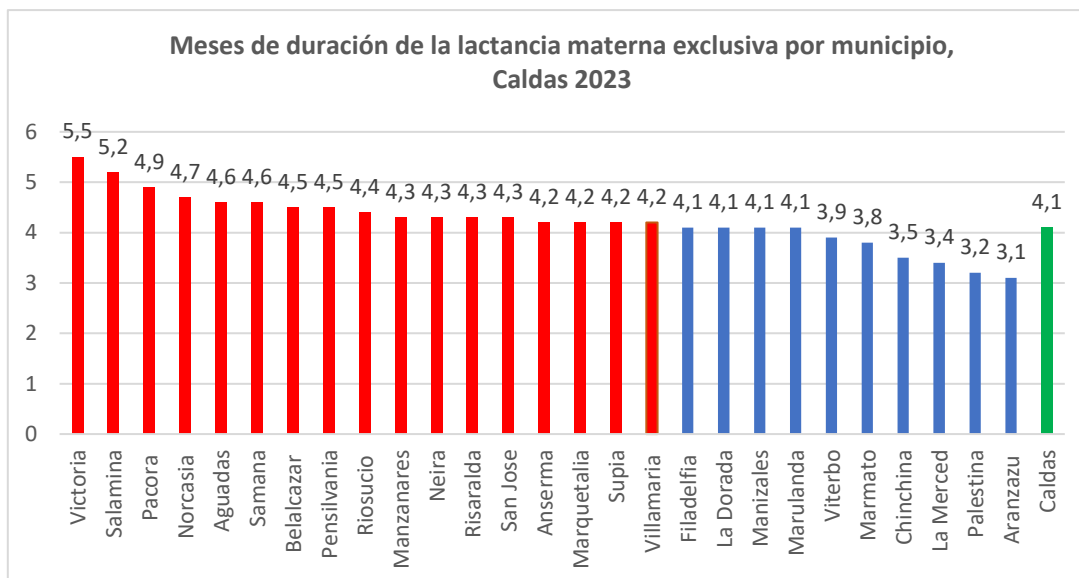
15 municipios de Caldas superan la media de lactancia exclusiva del Departamento (49,8%), los municipios de La Dorada, Manizales, Marquetalia, Villamaría, Manzanares, Neira, Aranzazu, Filadelfia, Palestina, La Merced, Belalcázar y Chinchiná, alcanzaron un porcentaje de lactancia materna exclusiva que se situó por debajo de la media departamental.

Si bien la práctica de la lactancia materna exclusiva en el Departamento ha mejorado, la lactancia total dista mucho de lograr que sea hasta los dos años. El Plan Decenal plantea como metas para mayores de 6 meses:

**Lograr un incremento progresivo de la lactancia materna continua al año de vida pasando de una prevalencia del 60,6% para el año 2022, y llegar al 71,9% en el año 2030. Y lograr que en el 2025 que por lo menos el 47,4% de los niños tenga lactancia complementada hasta los dos años de edad**



# Mediana de la lactancia materna exclusiva en Caldas a los 6 meses fue de 4 meses. ✓



Fuente: SISVAN DTSC

*El promedio de duración de la lactancia materna exclusiva en el Departamento es de 4,1 meses, 17 municipios superan este promedio, lo cual es muy alentador, toda vez que la meta según la OMS son 6 meses de exclusividad.*

## Observe Signos que la lactancia funciona ..

*Para lograr una lactancia exitosa es indispensable la educación a la familia lactante en varios aspectos inherentes a esta práctica, donde uno de los que toman mayor relevancia es el de la técnica de la lactancia materna, en la cual se deben evaluar los siguientes 4 puntos claves.*



### Pechos

- Blandos después de alimentar el niño.
- No presenta dolor o molestias.
- Sostiene el pecho con los dedos en la areola lejos del pezón.
- Pezón sobresale en la areola.
- Pechos redondeados mientras el niño mama.

### Posición del niño durante la lactancia

- Cabeza y cuerpo están alineados.
- Está en contacto con el cuerpo de la madre.
- Todo el cuerpo del niño es sostenido por la madre.
- Aproximación al pecho, nariz se dirige al pezón.

### Agarre del pecho

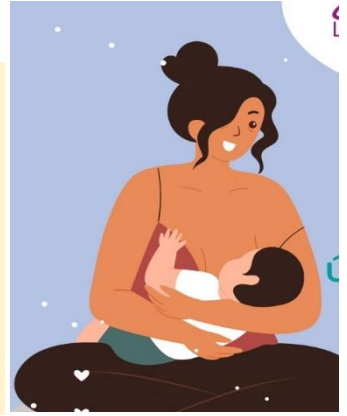
- Se ve más areola por encima del labio superior.
- La boca está muy abierta.
- Labio inferior hacia fuera.
- El mentón toca el pecho.

### Succión deglución

- Lengua adelante y acanalada.
- Succión lenta, profunda, con pausas.
- Mejillas redondeadas.
- Se puede ver u oír al niño deglutiendo.
- El niño suelta el pecho espontáneamente.

## Beneficios ..

*La lactancia materna es una inversión en la salud y bienestar de madres e hijos. A continuación, describiremos los beneficios específicos para cada uno, incentivando a las mamás y sus familias a insistir en esta práctica esencial para un futuro saludable.*



### Beneficios para el Niño:

- **Nutrición Óptima:** La leche materna contiene todos los nutrientes esenciales en las proporciones adecuadas para el crecimiento y desarrollo del niño.
- **Sistema Inmunológico:** Proporciona anticuerpos y factores inmunológicos que ayudan a proteger al niño contra infecciones y enfermedades.
- **Desarrollo Cognitivo:** Favorece el desarrollo cerebral y mejora las capacidades cognitivas del niño.
- **Digestión:** Es fácil de digerir y reduce el riesgo de problemas digestivos como el estreñimiento y la diarrea.
- **Vínculo Afectivo:** Fomenta un fuerte lazo emocional entre la madre y el niño.
- **Menor Riesgo de Enfermedades Crónicas:** Disminuye la incidencia de alergias, asma, diabetes tipo 1 y obesidad.
- **Salud Bucal:** Promueve el desarrollo adecuado de la mandíbula y los dientes.

### Beneficios para la Madre:

- **Recuperación Postparto:** Ayuda a la madre a recuperarse más rápidamente después del parto, reduciendo el sangrado posparto y promoviendo la contracción del útero.
- **Pérdida de Peso:** Facilita la pérdida de peso ganada durante el embarazo al quemar calorías adicionales.
- **Reducción de Riesgo de Enfermedades:** Disminuye el riesgo de cáncer de mama y ovario, y puede reducir el riesgo de osteoporosis.
- **Vínculo Emocional:** Fomenta un fuerte lazo afectivo entre la madre y el niño.
- **Economía:** La lactancia materna es una opción económica ya que no requiere la compra de fórmulas infantiles y reduce los costos médicos al tener un niño más saludable.
- **Comodidad y Practicidad:** La leche materna está siempre disponible, a la temperatura adecuada y no requiere preparación.
- **Menor Estrés:** La producción y liberación de oxitocina durante la lactancia puede ayudar a reducir el estrés y la ansiedad en la madre.

## Estrategias desde la DTSC para la promoción, apoyo y protección de la Lactancia Materna

**Asistencia Técnica dirigida al talento humano en salud de las ESE, IPS de los 27 municipios sobre Consejería en Lactancia Materna:** La consejería en lactancia materna brinda oportunamente y permite resolver dudas y prevenir problemas que pueden ser solucionados por los agentes de salud y comunitarios o el apoyo de madre a madre.

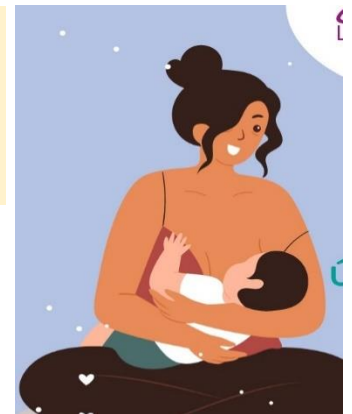
**Estrategia PIC departamental y municipal “Mujeres Amigas de la Lactancia Materna”:** Esta estrategia consiste en la formación de mujeres que tuvieron lactancia exitosa, con el fin que se conviertan multiplicadoras de la información (grupos de apoyo) y realicen acompañamiento, comunicación continua y consejería a las madres jóvenes, con el fin de que el proceso de amamantamiento sea más fácil de afrontar y exitosa.

**Comité Departamental de Lactancia Materna:** Se cuenta con la participación de diferentes entidades como la Gobernación de Caldas, ICBF, Universidad de Caldas, Universidad Autónoma, Secretaría de Salud de Manizales, Fundación Nutrir, donde se trabaja de manera interdisciplinar en la elaboración y ejecución de un plan de acción donde se establecen actividades en pro de la lactancia materna, como por ejemplo celebración de la semana mundial de la lactancia materna, procesos de educación e investigación, fortalecimiento al talento humano en salud, entre otras.

**Articulación con Universidad de Caldas y Telesalud para Desarrollo de diplomado gratuito “Consejería en Lactancia Materna”** dirigido al talento humano en salud de los 27 municipios del departamento.

**Fortalecimiento en la Implementación de Nuevas Salas Amigas de la Familia Lactante** en municipios como Chinchiná y Salamina.

**Divulgación de mensajes para la promoción de la lactancia materna y alimentación complementaria** a través de redes sociales.



**“Amamantar es alimentar el cuerpo y el alma, un regalo de amor que nutre hoy y protege para siempre”**

**Realizado por: Manuela Ramírez Gómez – Observatorio Social de Salud**

**Revisado: Alba Nelly Madroñero Clara Inés Cardona - SISVAN**