

Lactancia materna, derecho fundamental para niños

País – Entre el 1° y el 7 de agosto de 2018 se celebra la Semana de la Lactancia Materna, evento que se conmemora a nivel mundial y que es promovido en nuestro país por la Organización Panamericana de la Salud bajo el lema “Pilar de la Vida”, con el fin de intensificar las estrategias que promuevan el derecho a la lactancia materna.

Es por esto que la Dra. Vivian Bernal, médico especialista de NUEVA EPS, habla sobre la importancia de la leche materna en los bebés durante los primeros seis meses de vida.

¿Qué beneficios trae para mi hijo ser alimentado exclusivamente con leche materna?

Mediante la leche materna se transmiten calorías y proteínas al recién nacido que sirven para su adecuada nutrición. La leche materna en sus diferentes momentos, trae para el bebé ciertos beneficios, por ejemplo, durante los primeros meses de vida, la leche sale con un poco más de agua y azúcar, que satisface la necesidad de sed que tiene el recién nacido; los siguientes meses la leche se torna más espesa y con un mayor contenido de grasa, lo que le va a aportar más calorías al bebé.

¿Si por diferentes circunstancias no puedo alimentar a mi hijo con leche materna, la leche de tarro contiene las mismas propiedades nutritivas?

Hay muchas más ventajas en la leche materna, pero por algunos motivos por ejemplo laborales, a partir del cuarto mes las madres suelen ausentarse largos periodos de tiempo, en los que el bebé no puede recibir el alimento directamente de su madre.

Se recomienda en estos casos que las mamás realicen la extracción de la leche manualmente, para ello pueden poner una toalla tibia sobre el pecho y realizar un masaje previo para estimular el flujo de la leche. Es importante que las madres se aseguren de lavarse muy bien las manos antes de manipular sus senos, teniendo en cuenta que el bebé tendrá contacto con ellos.

Una vez la leche ha sido extraída debe ser refrigerada para conservar sus nutrientes, y de esta forma poder alimentar al bebé durante la ausencia de la madre. Se recomienda que esta leche no sea conservada por un periodo mayor a 48 horas. En casos donde se presente una enfermedad, su médico tratante puede sugerir un suplemento con otra leche complementaria.

¿Si dejo de amamantar a mi bebé y no logró extraer la leche, corro el riesgo de desarrollar alguna enfermedad?

Sí, por ejemplo, la mastitis se produce cuando hay una acumulación de leche en los senos, causando fiebre, escalofríos y fatiga en la madre. Por eso siempre se recomienda que el bebé lacte por ambos senos cada dos o tres horas conforme el niño vaya creciendo.

¿Hay un tiempo establecido para empezar a darle al niño alimentos diferentes a la leche?

Durante los primeros 6 meses sólo se debe alimentar al bebé con leche materna. Comenzar a darle otras comidas es un gran cambio para la madre y el niño. Es por eso que una vez cumplidos los seis meses los alimentos se deben dar uno por uno y en forma de puré, de esta forma se va familiarizando con otras texturas y sabores.

Mitos de la Lactancia

“Debo evitar de las bebidas frías, para mantener caliente la leche”.

Mito, las personas suelen identificar el periodo después del nacimiento como un periodo caliente, es por eso que las madres tienden a relacionar el consumo de las bebidas calientes o frías con la temperatura de su cuerpo. Sin embargo, no hay una relación entre los alimentos consumidos y la temperatura o la producción de la leche materna.

“No sirvo para amamantar porque produzco poca leche”.

Mito, algunas mujeres dejan de amamantar a su bebé porque creen que su leche no es suficiente para satisfacer el apetito del niño, pero el pecho produce la leche en función de la necesidad de cada bebé. Para estimular el flujo de la leche, se debe estar atento a la demanda del niño; cuanto más se de pecho al bebé, más leche se producirá.

“Si mi leche tiene un aspecto acuoso, no cuenta con suficientes nutrientes”

Mito, es normal que algunas madres primerizas tengan este pensamiento al ver la leche con un aspecto acuoso durante los primeros meses, pero esto es normal. La leche va variando su aspecto y cantidad nutricional a medida que el niño va creciendo.

“Si presento resfriados, dolor de cabeza, dolor de garganta, diarrea o bronquitis no puedo amamantar al niño”

Mito, estas enfermedades no pasan al bebé a través de la leche. Por el contrario, la leche materna protege al niño de estas enfermedades. Solamente, en el caso de que la madre este contagiada con el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) se debe consultar con el personal de salud.

2 mil afiliados de NUEVA EPS en Sibaté, cuentan con un nuevo prestador de salud

Cundinamarca - A partir del primero de agosto, los 2 mil afiliados de NUEVA EPS que recibían servicios en la IPS “Lucedmarb”, estarán siendo atendidos por la IPS Bienestar Sibaté.

El cambio tiene como fin, garantizar la prestación integral de los servicios de salud como medicina general, programas de Promoción y Prevención, fisioterapia y odontología, así



BREVES

GERENCIA DE COMUNICACIONES Y ASUNTOS CORPORATIVOS



nueva
eps

gente cuidando gente

como dar cumplimiento al compromiso de la Compañía de mejorar continuamente las condiciones de oportunidad y calidad en la prestación de dichos servicios para nuestra población asegurada.

Para ello la IPS Bienestar habilitó el Call Center 7423600 – 7799737 y 7799757 para la solicitud de citas.

Vale la pena mencionar que este cambio no implicó ningún proceso administrativo adicional para los afiliados que venían siendo atendidos en la IPS Carrera Primera, pues el traslado fue automático y NUEVA EPS implementó los planes necesarios para mitigar los posibles impactos, inherentes a un proceso de esta naturaleza.

Los usuarios pueden continuar reclamando sus medicamentos en la farmacia CoopSumapaz, ubicada en la carrera 7B No. 106, de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:30 p.m. y de 1:30 p.m. a 5:00 p.m.