



Se mantuvo firme

Doña Alejandra Román tuvo que buscar ayuda con una pediatra para no quitarle a su bello hijo José Antonio Badilla, de cinco meses, la leche materna, pues el pequeño sufría de intolerancia a la lactosa.

Orgullo de primeriza

Blanca Montoya es mamá de Oscar Marín, de cinco meses, y para ella el dar de mamar ha sido la experiencia más linda que ha tenido en la maternidad; nos dijo que en su casa le enseñaron cómo debía hacerlo bien.

MAMÁS CELEBRARON AYER LA MAMATÓN

Bebés bien sanitos

◆ **ALEJANDRA HERRERA**
alejandra.herrera@lateja.co.cr

Ayer el hotel Real Intercontinental se llenó de mamitas invitadas a la Mamatón, que organizó el Ministerio de Salud y la Comisión Local de Análisis de Mortalidad Infantil (Colammi).

Este año se realizó bajo el lema "Lactancia materna: un triunfo para toda la vida".

A ellas se les informó de la importancia de la lactancia materna

y los beneficios que disfrutarán a largo plazo.

Se ha demostrado que para las mamás también representa muchos beneficios, entre ellos una pronta recuperación posparto; ayuda a incrementar los niveles de la hormona oxitocina, que reduce el sangrado posparto.

Las invitadas eran en su mayoría vecinas de Escazú y compartieron ayer sus experiencias como mamás y hasta se lucieron enseñando a los pequeñitos.

EN CIFRAS

Según la Encuesta Nacional de Hogares, el inicio temprano de la lactancia materna es de un 95,5% en niños. De estos, el 53,1% recibió lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses.

Mamás extendieron su período de lactancia de 12 meses en el 2008 a 14 meses en el 2012.

La lactancia en niños de 0 a 6 meses es fundamental y ayuda en la prevención de la desnutrición y la obesidad. Influyen en los hábitos de alimentación cuando sea adulto.

Ayuda a que los dientes salgan más rápido y alineados y evita las caries.

La leche materna previene infecciones, diarreas, resfriados y alergias, ya que hay un aumento en las defensas.

Los niños alimentados con pecho exclusivo no necesitan tomar otros líquidos hasta los 6 meses de vida.

Se ha comprobado que la leche materna posee la capacidad de modificarse según la necesidad del bebé, no solo cambia de color y consistencia con el paso de las semanas, sino que también lo hace a diario.

FOTOS: EYLEEN VARGAS



Dolor solo al principio

Fressia Ríos no cambiaría por nada la experiencia que está viviendo con Samantha Pérez, quien el viernes cumplirá dos meses. Nos comentó que solo los primeros días que amamantó fueron dolorosos, ya luego no.



Sin desperdiciar

Al guapo Isaac Ramírez, de seis meses, no le falta la buena comida. Su mamá, Pamela Ramírez, es bien dichosa porque produce leche en exceso, así que la guarda y la lleva a todo lado en chupones.