

# La leche materna protege la salud del niño

**Continúe alimentando y dando líquidos a los niños, especialmente leche materna, cuando están enfermos**



Salud Familiar y Comunitaria/Proyecto de la Salud del Recién Nacido, Niño y Joven (FCH/CH)

Colaboraron para la elaboración del afiche:  
Dr. Rubén Grajeda, FCH/CH • Dra. Chessa Lutter, FCH/CH • Lic. Lauren Brown, FCH/CH

- ❖ Cuando están enfermos, los niños consumen entre 5 y 19% menos energía.
- ❖ Los niños enfermos prefieren consumir leche materna en vez de otros alimentos, por lo que se recomienda lactancia materna continua y frecuente durante la enfermedad.
- ❖ Cuando los bebés están enfermos necesitan continuar tomando leche materna y alimentándose para recuperarse pronto.
- ❖ Si el bebé < 6 meses está enfermo, amamántelo exclusivamente.
- ❖ Si el niño bebé es > 6 meses, continuar amamantándolo y aumente los líquidos y alimentos en cantidades pequeñas y déselos en mayor número de veces al día que de costumbre.



## Si su hijo está enfermo...

Un bebé enfermo con fiebre puede perder mucho líquido; para evitar la deshidratación es necesario, además de la leche materna, administrarle sales de rehidratación oral (SRO). Debe ser llevado al establecimiento de salud.

La leche materna y otros líquidos son especialmente importantes porque alimentan y evitan la deshidratación. Continúe amamantando. La leche materna alimenta mejor que agua, té, o jugo porque refuerza el sistema inmune (las defensas del bebé).

Un bebé con fiebre pierde mucha energía. Recuerde que aunque no tenga apetito, es importante darle más alimentos de lo normal, con el fin de que recupere la energía perdida. Es necesario darle con frecuencia cantidades pequeñas de alimentos blandos y que le gusten.

## Si su hijo está recuperándose...

Un bebé < 6 meses necesita ser amamantado con mayor frecuencia durante su recuperación para ayudarlo a ganar el peso perdido durante la enfermedad.

Para un bebé > 6 meses después de la enfermedad y durante una o dos semanas, continúe amamantándolo y déle una comida extra al día para su completa recuperación. Lo más adecuado es ofrecerle sus alimentos favoritos, si es posible.

Ofrézcale alimentos nutritivos y con alto contenido de energía, como pollo, hígado, huevos, carne y pescados.

## Acuérdese...

**Los bebés bien nutridos están mejor preparados para combatir las infecciones.**

## La leche materna protege la salud del niño



**Continúe alimentando y dando líquidos a los niños, especialmente leche materna, cuando están enfermos**



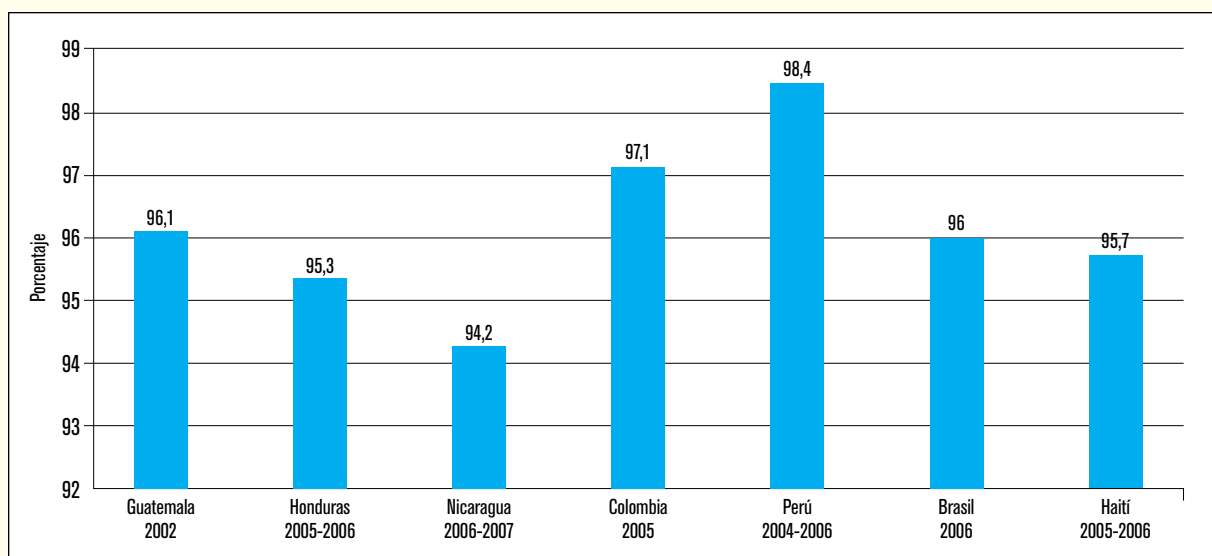
Salud Familiar y Comunitaria/Proyecto de la Salud del Recién Nacido, Niño y Joven (FCH/CH)

525 Twenty-third Street, N.W.  
Washington, D.C. 20037

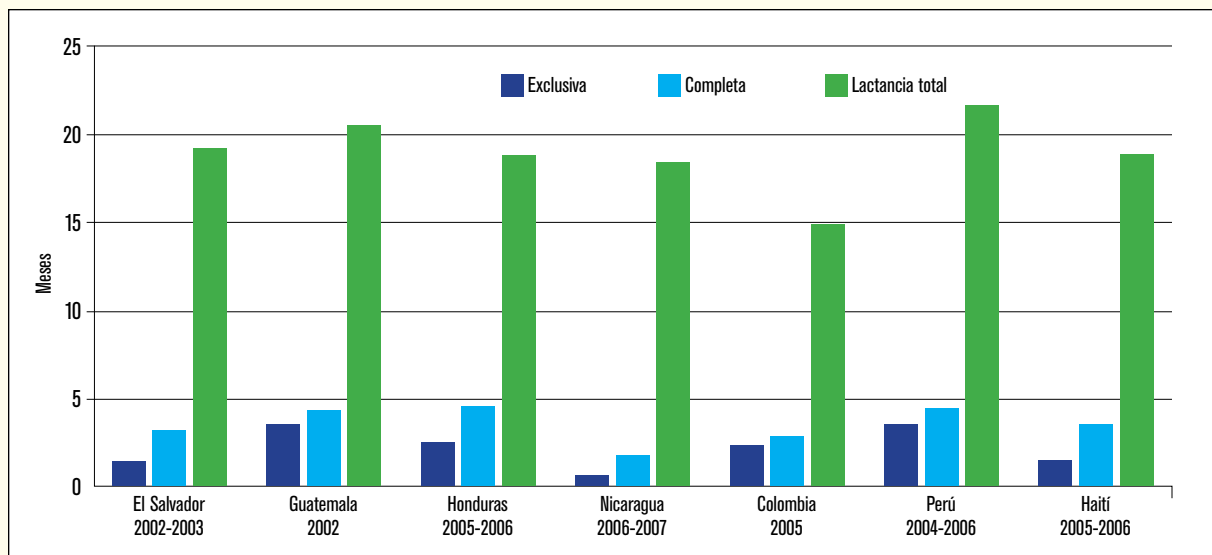
[www.paho.org](http://www.paho.org)



# La leche materna protege la salud de los niños



◀ **Figura 1.**  
Porcentaje de bebés que recibió lactancia materna alguna vez en países seleccionados de la Región, datos más recientes

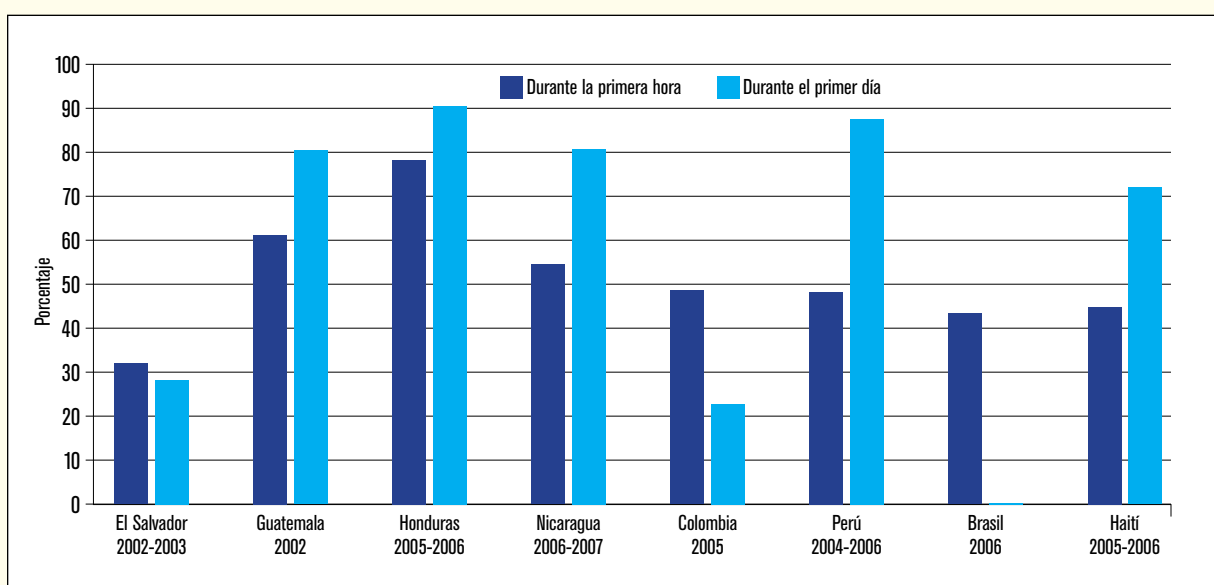


◀ **Figura 2.**  
Duración mediana de la lactancia materna en meses en países seleccionados de la Región, datos más recientes

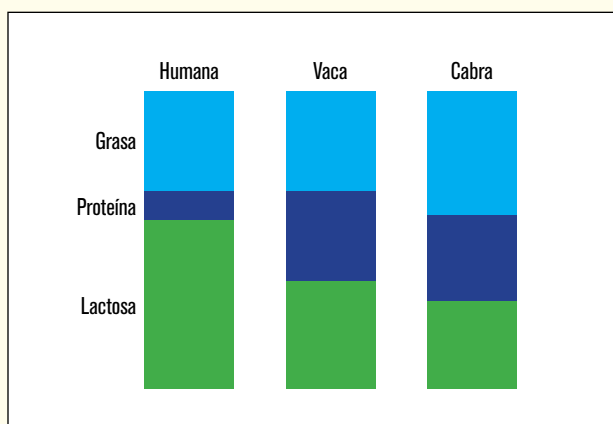
Aunque la lactancia materna es una práctica frecuente en ALC (más de 15 meses), muy pocos niños son amamantados en forma exclusiva, por lo que es importante que los países de la Región desarrollen una estrategia para promover la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida.

▶ **Figura 3.**  
Inicio de la lactancia materna en países seleccionados de la Región, datos más recientes

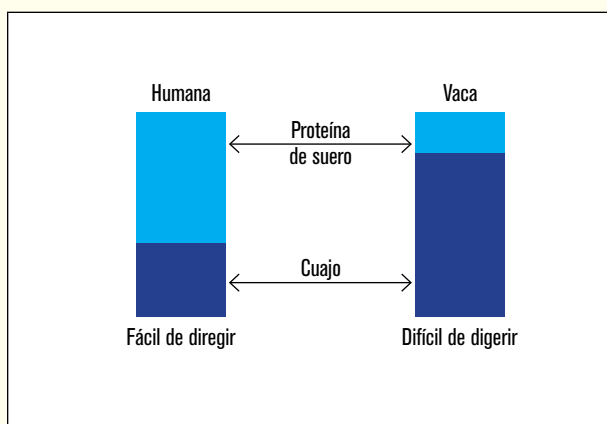
El inicio temprano de la lactancia materna (dentro de la primera hora) contribuye a la salud de la madre y del niño, facilitando el apego y favoreciendo también una exitosa lactancia prolongada. Los países de la Región deben hacer esfuerzos para asegurar la lactancia inmediata después del parto. Contribuyamos a revitalizar la Iniciativa Hospital Amigo de Niños.



▼ **Figura 4.**  
Nutrientes en la leche humana y animal



▼ **Figura 5.**  
Diferencias en la calidad de las proteínas en diferentes leches



La leche materna no solamente aporta nutrientes, sino también inmunoglobinas que son útiles para defender al bebé de enfermedades. Tiene una composición nutricional que le permite satisfacer los requerimientos del bebé mejor que otras leches disponibles, como de la vaca o cabra. Por lo tanto es importante recomendar la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida y extenderlo hasta los 2 años de edad con una adecuada alimentación complementaria.

▼ **Figura 6.**  
Varias posiciones para dar lactancia materna

**Una madre sostiene al bebé en la posición 'bajo el brazo'**  
Es útil para: mellizos, conductos lactíferos obstruidos y/o problemas con el agarre del bebé



**Una madre sostiene al bebé con el brazo opuesto al pecho**  
Es útil para: bebés muy pequeños y/o bebés enfermos



**Una madre da lactancia materna a su bebé estando acostada**



## ¿Cómo sostiene la madre a su bebé?

a. El cuerpo del bebé está en contacto con el de la madre, frente al pecho. La madre mira a su bebé.



b. El cuerpo del bebé está separado, tiene el cuerpo torcido. La madre no hace contacto visual.



Las madres pueden dar lactancia en muchas posiciones diferentes. Asegúrese que los cuatro puntos clave sobre la posición del bebé al pecho están claros:

1. Acercamiento del bebé al pecho, nariz al pezón
2. La cabeza y el cuerpo del bebé están alineados
3. El bebé está en contacto con el cuerpo de la madre
4. Todo el cuerpo del bebé es sostenido

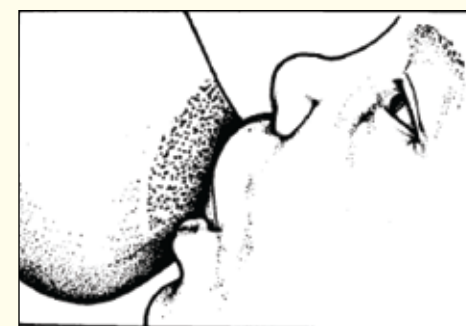
▼ **Figura 7.**  
Comparación entre buen agarre y mal agarre al pecho

## ¿Cómo es el agarre del bebé al pecho?

a. El bebé tiene un buen agarre al pecho



b. El bebé tiene un mal agarre al pecho



Si el bebé tiene mal agarre al pecho y es un 'succionador del pezón', la madre sentirá dolor. El mal agarre es la causa más importante de pezones doloridos. Los cuatro puntos clave de agarre son:

1. Más areola por encima del labio superior que por debajo del labio inferior
2. La boca bien abierta
3. Los labios hacia fuera
4. El mentón del bebé toca el pecho

**Continúe alimentando y dando líquidos a los niños, especialmente leche materna, cuando están enfermos**