

## Priorizar lactancia materna

● Cada año, del 1 al 7 de agosto, se celebra la Semana Mundial de la Lactancia Materna, impulsada por la World Alliance for Breastfeeding Action (WABA), en conjunto con la Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF. Esta conmemoración busca visibilizar y promover la lactancia como un derecho humano fundamental, tanto para las madres como para niños y niñas.

Este año el lema es, “Priorizar la lactancia materna: crear sistemas de apoyo sostenibles”.

La evidencia científica es clara y contundente: la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y complementada hasta los dos años o más, mejora la salud infantil, fortalece el vínculo madre-hijo/a, reduce riesgos de enfermedades crónicas, y tiene un impacto positivo en la salud mental de la madre.

Además, es una práctica ecológica y sostenible: no genera residuos, requiere menos recursos naturales y reduce la huella ambiental en comparación con alternativas artificiales.

Sin embargo, para que la lactancia sea exitosa y sostenida en el tiempo, es fundamental construir sistemas de apoyo sólidos y sostenibles, tanto en el ámbito sanitario como en el familiar, comunitario y laboral.

Esto implica capacitar al personal de salud, establecer espacios adecuados en los lugares de trabajo, promover redes comunitarias de acompañamiento, junto a políticas públicas que garanticen licencias parentales y equitativas.

Priorizar la lactancia materna es,

en definitiva, priorizar el bienestar de nuestras futuras generaciones y del planeta. Crear sistemas de apoyo sostenibles no es solo una meta deseable, sino una necesidad urgente.

*Ana Strobel*  
*Instituto de Salud Sexual y*  
*Reproductiva, UACH*