

2016



# Lactancia Materna: Beneficios no solo para los bebés

© SENDRA



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas



**La lactancia materna protege contra la leucemia en la niñez**

Amamantar por seis meses o más se asocia con una reducción del 19% en el riesgo de leucemia en la niñez, comparado con un período más corto o con no amamantar <sup>(1)</sup>.

# Enero

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

**Organización Panamericana de la Salud**

Enero marca el inicio del año 114 de la OPS



**La lactancia materna protege contra el síndrome de muerte súbita infantil**

Los bebés que son amamantados tienen un 60% menos de riesgo de morir por síndrome de muerte súbita infantil, comparados con los que no son amamantados. El efecto es aún mayor para infantes que reciben lactancia materna exclusiva <sup>(2)</sup>.

# Febrero

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

Organización Panamericana de la Salud

4 de febrero  
Día Mundial  
contra el Cáncer



**La duración de la lactancia materna esta positivamente asociada con los ingresos**

El seguimiento a una cohorte de niños 30 años después de su nacimiento, mostró que los adultos que fueron amamantados tuvieron salarios más altos, un efecto que fue mediado por el aumento en los años de escolaridad <sup>(3)</sup>.

# Marzo

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Organización Panamericana de la Salud

8 de marzo  
Día Internacional  
de la Mujer

10 de marzo  
Día Mundial  
del Riñón

22 de marzo  
Día Mundial  
del Agua

24 de marzo  
Día Mundial de  
la Tuberculosis



**Las políticas que apoyan la lactancia materna en los lugares de trabajo son buenas para las empresas**

Las políticas de apoyo a la lactancia materna en el lugar de trabajo aumentan la retención de los empleados, el rendimiento, la lealtad, la productividad y el espíritu de grupo <sup>(4,5)</sup>.

# Abril

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Organización Panamericana de la Salud

7 de abril  
Día Mundial  
de la Salud

22 de abril  
Día Internacional  
de la Madre  
Tierra

25 de abril  
Día Mundial  
del  
Paludismo

23 - 30 de abril  
Semana  
de Vacunación  
en las Américas

28 de abril  
Día Mundial de la  
Seguridad y la  
Salud en el Trabajo



### La lactancia materna aumenta la inteligencia de los bebés

Los adultos que fueron amamantados cuando niños tienen 3.4 puntos más en los indicadores de desarrollo cognitivo. Un aumento en el desarrollo cognitivo resulta en más años de escolaridad <sup>(6,7)</sup>.

# Mayo

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Organización Panamericana de la Salud

3 de mayo Día Mundial de la Libertad de Prensa	12 de mayo Día Internacional de la Enfermería	15 de mayo Día Internacional de la Familia	17 de mayo Día Mundial de la Hipertensión	22 de mayo Día Internacional de la Diversidad Biológica	23 - 28 de mayo Asamblea Mundial de la Salud de la OMS	31 de mayo Día Mundial sin Tabaco
---	--	---	--	--	---	--------------------------------------

# Junio

LECHE MATERNA...  
¡APROBADA POR EL  
"MINISTERIO DE SALUD"  
DE LA NATURALEZA MISMA!



© SENDRA

## La lactancia materna es buena para el medio ambiente

La lactancia materna no deja huella de carbono. La leche materna es un recurso renovable y es producida por las madres y consumida por los bebés sin polución, empaque o desechos <sup>(8)</sup>.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## Organización Panamericana de la Salud

4 de junio  
Día Internacional de Niños  
Víctimas de Agresión

5 de junio  
Día Mundial  
del Medio Ambiente

14 de junio  
Día Mundial  
del Donante  
de Sangre

17 de junio  
Día Mundial  
de Lucha  
contra la  
Desertificación  
y la Sequía

20 - 24 de junio  
Comité Ejecutivo  
de la OPS

26 de junio  
Día Internacional  
de la Lucha contra  
el Uso Indebido y  
el Tráfico Ilícito de  
Drogas

26 de junio  
Día Internacional  
de Apoyo a las  
Víctimas de  
Torturas



**Leche materna:  
más que nutrición**

Además de brindar la nutrición perfecta y protección contra infecciones y muerte, los componentes de la leche materna probablemente afectan la programación epigenética en un momento crítico cuando la expresión de los genes se está desarrollando para el resto de la vida <sup>(9,10)</sup>.

# Julio

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## Organización Panamericana de la Salud

11 de julio  
Día Mundial  
de la  
Población

28 de julio  
Día Mundial  
contra la  
Hepatitis

# Agosto



## Lactancia materna: una política imperativa de la salud pública

"Si hubiera una nueva vacuna que previniera 1 millón o más de muertes infantiles por año, y que además fuera barata, segura, administrada por vía oral, y que no necesitara una cadena de frío, sería una política imperativa de la salud pública. La lactancia materna puede hacer esto y más" <sup>(1)</sup>.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Organización Panamericana de la Salud

1-7 de agosto  
Semana Mundial  
de la Lactancia  
Materna

9 de agosto  
Día Internacional  
de los Pueblos  
Indígenas del  
Mundo

12 de agosto  
Día  
Internacional  
de la Juventud



**La lactancia materna ayuda a prevenir el sobrepeso y la diabetes tipo 2 en la niñez**

La lactancia materna prolongada reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad en un 13%, lo que contribuye a combatir las enfermedades no transmisibles causadas por la obesidad. También disminuye el riesgo de diabetes tipo 2 en 35% <sup>(12)</sup>.

# Septiembre

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## Organización Panamericana de la Salud

8 de septiembre  
Día Internacional de la Alfabetización

10 de septiembre  
Día Mundial para la Prevención del Suicidio

12 - 18 de septiembre  
Semana del Bienestar en las Américas

17 de septiembre  
Día del Bienestar en el Caribe

16 de septiembre  
Día Internacional de la Preservación de la Capa de Ozono

21 de septiembre  
Día Internacional de la Paz

26 - 30 de sept.  
Consejo Directivo de la OPS

28 de septiembre  
Día Mundial de la Rabia

29 de septiembre  
Día Mundial del Corazón



### La lactancia materna también protege a las madres

Las mujeres que amamantan tienen un 32% menos de riesgo de tener diabetes tipo 2, un 26% menos de riesgo de tener cáncer de mama y un 37% menos riesgo de tener cáncer de ovarios, en comparación con aquellas mujeres que no amamantan o que amamantan menos <sup>(13)</sup>.

# Octubre

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## Organización Panamericana de la Salud

1 de octubre Día Internacional de las Personas Mayores	1 de octubre Día Interamericano del Agua	11 de octubre Día Internacional de la Niña	12 de octubre Día Internacional para la Reducción de los Desastres	15 de octubre Día Mundial del Lavado de Manos	17 de octubre Día Internacional para la Erradicación de la Pobreza	24 de octubre Día de las Naciones Unidas
10 octubre Día Mundial de la Salud Mental	13 de octubre Día Mundial de la Visión	16 de octubre Día Mundial de la Alimentación	24 de octubre Día Mundial de la Polio			



El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna provee directrices para prevenir el mercadeo inapropiado de sucedáneos de la leche materna, incluyendo formulas infantiles, biberones, tetinas, leches de seguimiento y productos relacionados <sup>(14)</sup>. Es necesario legislarlo y monitorearlo. Cuando los productores y distribuidores lo violan, deben ser sancionados.

# Noviembre

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## Organización Panamericana de la Salud

6 de noviembre  
Día del Paludismo  
en las Américas

8 de noviembre  
Día Mundial de la  
Radiología

14 de noviembre  
Día Mundial de la Diabetes

14-20 de noviembre  
Semana de orientación  
sobre los Antibióticos

16 de  
noviembre  
Día  
Internacional  
para la  
Tolerancia

20 de  
noviembre  
Día Mundial de  
las Víctimas de  
los Accidentes  
de Tránsito

20 de  
noviembre  
Día Universal  
del Niño

25 de noviembre  
Día Internacional  
de la Eliminación  
de la Violencia  
contra la Mujer



### La Lactancia Materna promueve el apego

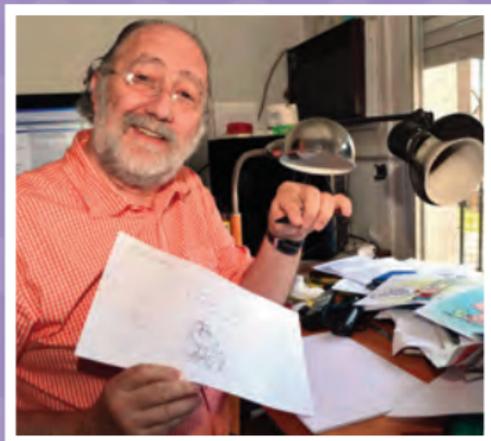
El apego entre madre e hijo aumenta cuando las madres interactúan con sus hijos mientras amamantan. Periodos más prolongados de lactancia materna se asocian con respuestas más sensibles de las madres y la seguridad que se genera con el apego <sup>(15,16)</sup>.

# Diciembre

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## Organización Panamericana de la Salud

1 de diciembre Día Mundial de Lucha contra el Sida	2 de diciembre 112° Aniversario de la OPS	3 de diciembre Día Internacional de las Personas con Discapacidad	3 de diciembre Día Panamericano del Médico	10 de diciembre Día de los Derechos Humanos	12 de diciembre Día de la Cobertura Universal de Salud
---	---	--	---	--	--



**Fernando Javier Sendra**, caricaturista argentino, es bien conocido en toda América Latina por su perspicaz y astuto personaje "Yo Matías". Sendra es autor de más de 20 libros, incluyendo 10 de la serie, "Yo Matías". En 1990, su historietita Prudencia (ahora llamado "Yo, Matías") empezó a aparecer en Clarín, el diario más popular de Argentina. Desde el 2002, Sendra gentilmente ha desarrollado imágenes para la OPS para promover la lactancia materna. La respuesta positiva a estos materiales en las Américas y mundo ilustra el poder del humor para llegar con un mensaje de salud pública. Las imágenes de Matías están usándose actualmente para promover la campaña de lactancia materna de la OPS bajo el lema "**Amamantar: Amor y Salud para Siempre**". En el 2010, ante todos los ministros de Salud de las Américas, Sendra fue premiado como "Campeón de la Salud", reconocimiento que otorga la OPS por sus contribuciones a la salud pública.



La OPS fomenta la disseminación del material aquí contenido para la promoción de la lactancia materna. Para obtener una licencia para la reproducción de parte o todo este material para fines no comerciales o políticos, por favor envíe su solicitud a [publications@paho.org](mailto:publications@paho.org). El presente material está sujeto a los derechos de autor y su reproducción sin permiso podría constituir una violación a los derechos de propiedad intelectual.

## Referencias

1. Amitay, E.L., et al., Breastfeeding and childhood leukemia incidence: A meta-analysis and systematic review. *JAMA Pediatr*, June 2015. e151025. doi: 10.1001/jamapediatrics.
2. Hauck, F.R., et al., Breastfeeding and Reduced Risk of Sudden Infant Death Syndrome: A Meta-analysis. *Pediatrics*, June 13 2011. doi: 10.1542/peds.2010-3000).
3. Victora, C.G., et al., Association between breastfeeding and intelligence, educational attainment, and income at 30 years of age: a prospective birth cohort study from Brazil. *The Lancet Global Health*. 2015. 3(4): e199-e205.
4. Organización Panamericana de la Salud, Lactancia y trabajo: Folleto para empresarios. 2011, Organización Panamericana de la Salud: Washington, DC. [www.paho.org/alimentacioninfantil](http://www.paho.org/alimentacioninfantil).
5. U.S. Department of Health and Human Services, The business case for breastfeeding. 2008, U.S. Department of Health and Human Services: Washington, DC.
6. Horta, B.L., et al., Breastfeeding and intelligence: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica*, 2015. 104(Supplement S467). <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.131139/abstract>.
7. Victora, C.G., et al., Breastfeeding and school achievement in Brazilian adolescents. *Acta Paediatrica*, 2005; 94:1656-1660.
8. Francis, S. and C. Mulford, *The Milk of Human Kindness: A Global Fact Sheet on the Economic Value of Breastfeeding*. 2000: Crossroads Books.
9. Gura, T., Nature's first functional food. *Science*, 15 August 2014. 345(6198):747-9.
10. Sankar, M.J., et al., Optimal breastfeeding practices and infant and child mortality: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica*, 2015. 104(Supplement S467). <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.13147/abstract>.
11. Nelson, E.A., Warm chain for breastfeeding. *Lancet*, 1994. 344(8938):1701.
12. Horta, B.L., C. Loret de Mola, and C.G. Victora, Long-term consequences of breastfeeding on cholesterol, obesity, systolic blood pressure and type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica*, 2015. 104(Supplement S467). <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.13133/abstract>.
13. Chowdhury, R., et al., Breastfeeding and maternal health outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica*, 2016. 104(Supplement S467). <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.13102/abstract>.
14. WHO, *The International Code of Marketing of Breastmilk Substitutes*. 1981, WHO: Geneva.
15. Britton, J.R., et al., Breastfeeding, sensitivity, and attachment. *Pediatrics*, 2006. 118(5):e1436-43.
16. Thamer, A., et al., Breastfeeding and its relation to maternal sensitivity and infant attachment. *J Dev Behav Pediatr*, 2012. 33(5):396-404. doi:10.1097/DBP.0b013e318257fac3.



Para más información, dirigirse a

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

o contactarse con [publications@paho.org](mailto:publications@paho.org)

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

525 23rd St, NW  
Washington DC 20037  
Tel: (202) 974-3000  
Fax: (202) 974-3663

[twitter.com/opsoms](https://twitter.com/opsoms)  
[facebook.com/PAHOWHO](https://facebook.com/PAHOWHO)  
[flickr.com/pahowho](https://flickr.com/pahowho)  
[youtube.com/pahopin](https://youtube.com/pahopin)



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas