

Acercándonos a la lactancia



La producción lechera

- La producción lechera:
 - Emisiones de gases de efecto invernadero
 - Impacto en el cambio climático

La fórmula láctea para lactantes se fabrica modificando proteína de leche de vaca y añadiendo carbohidratos, grasas vegetales, vitaminas y minerales, para luego evaporar y secar la mezcla hasta obtener un polvo fino que se reconstituye con agua para su consumo



Leche artificial o materna

✗ Artificial : La producción de leche artificial tiene un impacto en el cambio climático



✓ Materna : La leche materna es el alimento más sano y menos contaminado del planeta en términos de seguridad alimentaria



Amenazas a la leche materna

A pesar de todos estos beneficios para el medio ambiente, la lactancia materna está seriamente amenazada por las prácticas comerciales y necesita ser protegida, fomentada y apoyada con urgencia



Que podríamos hacer:



▣ **Fomentar la lactancia a demanda:** Alimentar al bebé cada vez que lo solicite, sin horarios fijos, tanto de día como de noche, para aumentar la producción.

▣ **Asegurar un agarre correcto:** Un buen agarre evita el dolor en la madre y garantiza que el bebé vacíe el pecho efectivamente.



▣ **Utilizar el método Kassing:** Si se debe dar un biberón, usar una tetina que requiera succión activa y colocar el biberón en posición horizontal, permitiendo que el bebé controle el flujo.

▣ **Evitar el uso de tetinas/biberones:** Para no interferir con la succión natural, se recomienda el uso de métodos como la jeringa-dedo, vaso o cuchara si se requiere dar leche materna extraída.