

Cesfam San Felipe El Real presenta sus actividades para semana de la lactancia

Desde el 5 al 9 de agosto, el Centro de Salud Familiar ubicado en calle Cajales brindará distintas actividades relacionadas con el amamantamiento a funcionarias y usuarias del recinto. Las instancias tienen el objetivo de educar y fomentar esta forma

de alimentación. **Vanessa Anjel**, kinesióloga y parte del comité de lactancia del Cesfam, nos comentó de qué tratarán estas actividades. «Partimos el día 5 con un taller para las funcionarias que tiene por nombre 'Modelando la lactancia',

• **Danza porteo y un concurso en redes sociales, son algunas de las programaciones preparadas para las usuarias.-**

un espacio de autocuidado y también para fomentar la lactancia lo que más se pueda».

En cuanto a la programación dirigida

a la comunidad que forma parte de la jurisdicción del Cesfam, Anjel nos mencionó que «el día 7 tenemos un taller de porteo, en donde va a venir una chica a enseñarnos danza afrodescendiente. Todo esto tiene que ver con el empoderamiento femenino, el tumbado de cadera, la fuerza que da el poder sentir tu cuerpo y a tu bebé mientras tú realizas esto, además de contactar con otras mamás que están en tu misma etapa y fomentar lo que es la tribu».

El centro de salud también está desarrollando el concurso «Slogan con amor», el cual consiste en que mujeres que han lactado y tengan hijos menores de 5 años, comenten una frase inspiradora sobre lactancia materna en una publicación de la red social Instagram del Cesfam.

«El día jueves tenemos la premiación de este concurso que



Vanessa Anjel, kinesióloga y parte del comité de lactancia del Cesfam San Felipe El Real.

está circulando en nuestras redes sociales, la idea es que las mamás, a través de una frase breve, puedan indicar lo que significa la lactancia; este slogan va a quedar también para nuestro comité de lactancia, entonces va a ser súper significativo», manifestó la kinesióloga.

El premio será para tres ganadoras, el que consiste en un modelado de yeso de un pie de los bebés. «Este mismo día 8, el encargado de hacer esta actividad va a ser el odontólogo Samuel Reyes, y él se va a llevar a las tres mamás ganadoras para hacer el modelado del pie del bebé, entonces después se les va a entregar una figura de yeso que va a estar pintada para que ellas tengan este recuerdo», indicó Anjel.

De igual manera, dentro de la misma premiación, se generará un espacio en el

que se hablará sobre el cuidado de la salud mental con el fin de entregar a las madres herramientas para lidiar con las sobrecargas que, generalmente, se relacionan con el rol materno.

Finalmente, Vanessa Anjel explicó la importancia de prolongar esta forma de alimentación. «La lactancia materna es un súper buen predictor a lo largo de la vida del niño, mantenerla no solamente lo beneficia a él, también tiene beneficios para la madre y al vínculo más cercano, por qué, porque tiene beneficios económicos, no tiene ningún costo, además tiene beneficios inmunitarios, le entregamos inmunidad a nuestro bebé y es parte de sentirnos importantes para la vida de nuestro hijo, disminuye la depresión postparto y para el niño podemos contar con un desarrollo óptimo», cerró.



Tribu de lactancia materna del año pasado.



Actividades que se realizaron en el año 2023.