

La leche materna es la mejor de todas las alternativas

A consecuencia de la contaminación industrial, las sustancias tóxicas incluyendo dioxinas y bifenilos policlorinados (BPC) se encuentran en los alimentos, el medio ambiente y también en nuestros cuerpos. Así mismo, éstos y otros contaminantes se han encontrado en algunas muestras de leche de vaca y de leche humana.

Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud, después de una evaluación cuidadosa de las toxinas ambientales y los riesgos para los niños, concluyó que las ventajas de la leche materna son superiores a los posibles riesgos y recomendó la práctica de la lactancia materna

como la mejor alternativa posible de alimentación infantil.

Los estudios muestran como, aunque la exposición a las toxinas in útero puede producir deterioro de la memoria inmediata, la memoria de un niño o niña mejora en proporción directa a la duración de la lactancia materna.

Tal vez el hecho más tranquilizante sea que según los informes de varios países, los niveles de toxinas encontrados en la leche materna han descendido en forma dramática. En Noruega y el Reino Unido este descenso ha sido de alrededor de 35% entre 1988 y 1994.

Los desechos contaminan el medio ambiente

Los empaques utilizados en los alimentos infantiles, además de los biberones, chupos y chupetes de entretención se desechan después de usarse. Estos elementos generalmente no son biodegradables. El plástico de los biberones, chupos y chupetas requiere de 200 a 450 años para su decomposición cuando se coloca en pozos de deshecho bajo tierra, y no se sabe aun cuando tiempo puede tomarse la descomposición del vidrio de los biberones.

Los métodos de disposición de basuras más comunes son la colocación bajo tierra, el vaciamiento al océano y la incineración. Las basuras enterradas pueden contaminar las

aguas subterráneas además de que en algunos países ya hay escasez de sitios para esta forma de disposición de desechos. La incineración contamina el aire: por ejemplo, si se queman las botellas de plásticos, el humo puede contener dioxinas y otras sustancias tóxicas.

La leche materna es completamente libre de desechos. No es necesario preocuparse acerca de la disposición de basuras y no necesita empaque ni preparación.



“Movilizar, estimular y apoyar es un proceso que exige dedicación continua y que produce resultados diarios: no es solamente organizar eventos y convocar gente para las manifestaciones públicas. Movilizar significa despertar la buena voluntad, dividir conocimientos y perspectivas, decidir y actuar en pos de un objetivo común”.

(Bernardo Toro, Fundación Social - Colombia)

Construyendo un Plano de Acción

Nuestra experiencia con la promoción de la Semana Mundial nos muestra que alcanzamos mayor impacto y llegamos a un número mayor de personas cuando las acciones son planeadas, organizadas y coordinadas.

El primer paso es reunir el grupo e identificar las parcerías a las que nos podemos aliar. El tema de este año, por ejemplo, favorece el apoyo de los militantes ambientalistas, de los educadores, de los jóvenes y de los niños, pero es importante involucrar también las asociaciones barriales, los grupos de mujeres, ONGs, iglesias, etc.

A continuación, es importante escoger una persona o equipo para coordinar el trabajo, y todos juntos evaluar las posibilidades y los recursos de que se dispone, usando la creatividad para planear las actividades a ser realizadas.

Por último, es fundamental entrar en contacto con las coordinaciones, la nacional o hasta la internacional, para que el trabajo de cada grupo sea articulado con los demás, los esfuerzos sumados y los resultados multiplicados.

Información y Comunicación

Nuestro desafío durante la campaña de este año, es demostrar por que amamantar es ecológico, y también explicar como los alimentos artificiales ofenden el medio ambiente. Busque conseguir informaciones sobre la situación en su ciudad o país.

En este folleto usted encontrará algunas informaciones y otros materiales sugeridos en nuestra bibliografía. Se tiene acceso a la Internet, puede indagar en el sitio de la Semana Mundial de Amamantación en inglés <http://www.elogica.com.br/waba>; o en portugués <http://www.elogica.com.br/waba/smam97>.

La Comunicación es uno de los aspectos más importantes de nuestro trabajo. Es necesario dar visibilidad a nuestras acciones utilizando los medios de comunicación de masa existentes.

Escoger un responsable de mantener informadas las rádios, TVs y diarios a respecto de nuestras actividades es fundamental, así como fornecer datos y estadísticas sobre “amamantación y ecología”.

Por otro lado, muchas veces realizamos excelentes trabajos, y poca gente -fuera del área en que actuamos- lo sabe, falta registro y difusión de nuestras actividades. Es fundamental preparar relaciones, describiendo todo lo realizado, con fotos, recortes de la prensa etc., y enviarlos para las coordinaciones de la campaña. Así estaremos registrando la historia de la SMLM en nuestra ciudad, estado y país. Al mismo tiempo, podemos colaborar con nuevas ideas para el trabajo de otros grupos en el mundo.