



# TU BEBÉ MERECE LA MEJOR ALIMENTACIÓN

Nuestra Política en Buenas Prácticas  
de Alimentación (BPA) del Lactante y  
el Niño Pequeño

COSEM



En **COSEM**, protegemos, apoyamos y promovemos la lactancia materna y la correcta alimentación de las y los recién nacidos y niños pequeños a través de la implementación de esta Política Institucional que tiene por objetivo garantizar que todas nuestras afiliadas madres y sus hijos puedan gozar plenamente de este derecho.

La puesta en práctica de esta Política es supervisada y coordinada por la Comisión de Buenas Prácticas Alimentarias de **COSEM**, la cual busca el compromiso de todo nuestro personal para con las BPA.

En el marco de esta Política, en **COSEM** desarrollamos las siguientes acciones:

**Aseguramos el acceso a un adecuado control del embarazo, de inicio precoz, oportuno y de calidad.**

✓ **Durante el mismo, el equipo de salud:**

- Orienta a la embarazada acerca de su adecuada nutrición.
- Le indica suplemento de hierro oral.
- Realiza examen de mamas sistemáticamente.
- Educa acerca de la lactancia materna.
- Difunde el derecho a ser acompañada durante el parto.

**Promovemos la lactancia materna y las BPA entre nuestras afiliadas embarazadas, difundiendo material impreso acerca de Lactancia y BPA, e informándolas acerca de:**

- La importancia de la lactancia exclusiva y a libre demanda, y los beneficios que la misma brinda al recién nacido y su madre.
- El valor del contacto piel a piel y de prender el bebé al pecho inmediatamente luego del parto.
- Las técnicas de lactancia adecuadas, incluyendo la extracción manual y conservación de la leche.





✓ **Promovemos la lactancia materna entre nuestras afiliadas madres de lactantes:**

- Difundiendo material impreso acerca de Lactancia y BPA.
- Estimulando en ellas la lactancia a libre demanda y exclusiva hasta los 6 meses de edad del niño.
- Orientándolas acerca de las técnicas de lactancia y la oportuna introducción de alimentación complementaria de calidad adecuada.
- Informando acerca de la donación de leche materna y el Banco de Leche.

✓ **Cumplimos con la derivación oportuna y captación precoz del recién nacido y aseguramos el cumplimiento, en frecuencia y calidad, de los controles en salud del niño, de acuerdo a lo establecido en el Programa Nacional de Atención a la Niñez.**

✓ **Contamos con un sistema específico de apoyo a la lactancia materna y las BPA que incluye:**

- Talleres de Educación Prenatal, en los que se promueve la participación del padre y tienen por objetivo la promoción de salud y el acompañamiento durante el proceso del embarazo, parto y puerperio, así como la preparación y apoyo para la lactancia materna.
- Consulta Prenatal con Neonatólogo sin costo, en la que se hace puericultura, se realiza pormenorizada historia y análisis de antecedentes sobre prácticas y creencias familiares acerca de lactancia y alimentación del niño, y se trabaja sobre mitos y creencias existentes, así como sobre las expectativas de las madres en cuanto a la lactancia.
- En la maternidad se apoya la lactancia materna, acompañando las medidas realizadas en cuanto a las BPA del niño en la institución en que nace.
- Visita Domiciliaria a todos los recién nacidos, donde el equipo de salud, en la tranquilidad del hogar, observa y asesora sobre las técnicas de lactancia, entre otros aspectos.
- Difusión de la "Línea Mamá" del Ministerio de Salud Pública (\*6262 o 095 646262) de apoyo permanente a las usuarias, sus familias y profesionales, las 24 horas los 365 días del año.



- ✓ No recomendamos ni favorecemos el uso de sucedáneos de la leche materna. Los mismos sólo se prescriben cuando existe indicación médica debidamente justificada.
- ✓ Cuidamos que no se realice publicidad explícita ni velada de los sucedáneos de la leche materna, de acuerdo al Código de Comercialización de Sucédáneos de la Leche Materna, al cual suscribimos.
- ✓ Organizamos cursos de capacitación en Lactancia Materna y BPA para todo el personal de la institución.

## Durante el Embarazo...

¿Por qué es importante el control del embarazo?

- Disminuye el riesgo de tener un bebé prematuro.
- Permite el adecuado seguimiento de la madre y su hijo/a.
- Ayuda a la correcta alimentación de la mamá, incluyendo la indicación de suplementos de Hierro y Ác. Fólico.
- Es una oportunidad para que puedas despejar todas tus dudas y temores.

## Durante el parto y la internación en la Maternidad...

Es importante que:

- Busques y disfrutes de mucho contacto "piel a piel" con tu bebé.
- Prendas a tu bebé al pecho antes de la primera hora de vida.
- No le ofrezcas a tu bebé otros alimentos o bebidas que no sean tu propia leche.
- Promuevas la activa participación del papá en el parto y desde los primeros momentos de vida de su hijo/a.





## Una vez en casa...

### Recuerda:

Es fundamental controlar a tu bebé con un Médico durante toda su infancia.

### Es en el control del niño que tu Pediatra puede:

- Evaluar contigo el crecimiento y el desarrollo de tu hijo/a.
- Asegurar el cumplimiento del esquema de inmunizaciones del niño.
- Brindarte información acerca de cuál es la alimentación adecuada en cada momento de su vida.
- Resolver los problemas de salud que se presenten.
- Responder todas tus dudas y preguntas.

La leche materna es el mejor alimento que puedes darle a tu bebé. Salvo que el Pediatra indique otra cosa, tu niño/a debe recibir únicamente leche materna durante los primeros 6 meses de vida.

Siempre contás con nosotros, el equipo de atención a tu salud.

Por información adicional acerca de la alimentación de tu hijo, puedes comunicarte con la "Línea Mamá" del Ministerio de Salud Pública: 095 64 62 62.

# El Equipo de Salud de **COSEM** te brinda:

El mejor equipo de salud para acompañarte en todo el proceso.



Clases de preparación para el parto, alentando especialmente la participación del papá.

Consulta prenatal sin costo con Neonatólogo para asesorarte en Lactancia y el cuidado de tu bebé.



Al menos 6 consultas programadas y toda la paraclínica necesaria para el control de tu embarazo, a un costo reducido.



Visita Domiciliaria a los recién nacidos para controlar y asesorar en las técnicas de lactancia.

Por mayor información, favor consultar por el tel. 2403.00.00 int. 5 o a través del mail: [bpa@cosem.com.uy](mailto:bpa@cosem.com.uy) o en la web: [www.cosem.com.uy](http://www.cosem.com.uy)

