

Semana Mundial de la Lactancia Materna del 01 - 07 de agosto:

Rodrigo Madrigal Rojas,
Agosto de 2021
Facultad de Medicina

“La lactancia materna es definida como ese acto natural de alimentación del bebé por el pecho de su madre y el comportamiento que en él se aprende”, según la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La OMS recomienda que los recién nacidos sean alimentados únicamente con leche materna durante sus primeros seis meses de vida para así contribuir a su óptimo desarrollo y que se extienda hasta los dos años de edad en combinación con alimentos líquidos y sólidos.

Además de contribuir al desarrollo y crecimiento, también se destaca la correcta hidratación del lactante, la calidad de las proteínas, vitaminas y minerales recibidos, así como la recepción de factores protectores contra enfermedades e infecciones.

La Semana Mundial de la Lactancia Materna se celebra del primero al siete de agosto de cada año desde 1992, con la intención de fomentar su iniciación temprana y su protección.

“Es importante porque es un derecho de las madres y sus hijos, porque es además la forma natural y milenaria de alimentación de los recién nacidos dados los múltiples beneficios y ventajas, no sólo para la madre y el niño o la niña, sino también para la sociedad”, explicó la doctora Marisol Ureña, quien funge como profesora de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica (UCR).

En Costa Rica, un 95,5% de las madres inicia con la lactancia materna exclusiva, pero solo un 21,8% de ellas concluye de esa forma los primeros seis meses de edad, según un estudio publicado en 2017 por el Centro Centroamericano de Población de la UCR.

De acuerdo con Ureña, hay aspectos de la lactancia que pasan desapercibidos y contribuyen a que ocurra este desincentivo. La desinformación



Fuente: Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica.

respecto a la calidad nutricional, el nulo impacto para el ambiente y la legislación vigente, hacen que las madres enfrenten este proceso sin las herramientas adecuadas en una labor que ocurre cada día, pues cada día ocurren nuevos nacimientos.

La profesora también explicó que existen diferentes maneras para cada uno contribuir desde su posición. Por ejemplo, desde su sensibilización y la comprensión de que este tema trasciende a las mujeres y resulta un compromiso como sociedad.

“Este año el lema de la Semana Mundial de Lactancia Materna es “Proteger la lactancia materna: un compromiso de todos y todas”; y es precisamente porque la lactancia se ve amenazada por la falta de conocimiento, por esas voces que le dicen a la madre: “pero si ya cumplió un año, ¿para qué seguirle dando leche materna si esa agüilla ya no alimenta?”, argumentó.

“Esa desinformación constituye un desestímulo para la madre y en una amenaza que va en detrimento de la mejor elección que esa madre había tomado”, agregó Ureña.

De igual forma, la doctora considera que la formación académica de las y los profesionales en salud puede

contribuir a la protección y estímulo de esta práctica al dotarlos para brindar una atención e información más oportuna y veraz.

En nuestro país rigen legislaciones como la el Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna, que data de 1981; la Ley 7430 Fomento desde la Lactancia Materna desde 1994; la Política de Lactancia Materna, la cual está vigente desde 2009 y desde 2018 el Reglamento de condiciones para las salas de lactancia materna en los centros de trabajo, los cuales constituyen avances en la protección de la lactancia.

Cada año la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica celebra con distintas actividades la semana mundial de la lactancia, siempre pensando en presentar a los mejores profesionales del área y abarcando temáticas de gran interés, este año 2021 no ha sido la excepción y se ha celebrado de la mejor manera; es por eso, que la Facultad de Medicina se unió a esta celebración realizada en beneficio de las mujeres y sus bebés.

Resultados de Campaña de Recolección de tapas Récord



Día mundial de los Parques Nacionales 24 de agosto

Son uno de los tipos de Áreas de Conservación existentes en Costa Rica regidas por el Sistema Nacional de Áreas de Conservación (SINAC).

Rodrigo Madrigal Rojas,
Agosto de 2021
Facultad de Medicina

Los parques nacionales resaltan por tener “rasgos de carácter singular de interés nacional o internacional”.

Además, “debe incluir muestras representativas de ecosistemas de significación nacional, mostrar poca evidencia de la actividad humana, ofrecer importantes atractivos para los visitantes y tener capacidad para un uso recreativo y educativo en forma controlada”, según explica el SINAC.

El 24 de agosto de cada año se celebra mundialmente el día de los parques nacionales. En Costa Rica, esta fecha fue acogida mediante un decreto en 1986, con la intención de hacer conciencia respecto a su función en la conservación del medio ambiente y promover su protección como hábitat natural de la flora y la fauna.

Nuestro país cuenta actualmente con 30 Parques Nacionales, luego de la incorporación en el año 2020 de la Isla San Lucas.

A esta cantidad se espera sumar cinco más en los próximos años, con la transformación de áreas protegidas en Golfito, propiedades estatales en la cuenca del río Savegre, y dos zonas protectoras en Turrubares y otra en Moín. El inicio de este proceso se anunció en el año 2019.

La adición de Parques Nacionales facilita no solo la conservación de la flora y la fauna, sino que también aporta espacios para la investigación ambiental y el incentivo turístico.

Entre los Parques Nacionales costarricenses destacan los volcanes Arenal, Irazú, Poás, Tenorio y Turrialba; los destinos Manuel Antonio, Marino Ballena, Tortuguero, Santa Rosa, Rincón de la Vieja, Chirripó y las islas del Coco y San Lucas.

El Día Mundial de los Parques Nacionales es una oportunidad para apreciar la belleza natural que caracteriza a estas áreas, su valor ecológico e importancia económica a través del turismo; pero a su vez concientizar acerca de su necesidad de conservación y protección.

Actividades



Viernes 17 de septiembre 2021
Horario: 8:00 a.m. a 1:30 p.m.
Modalidad Virtual

HORARIO	ACTIVIDAD
8:00 a.m. a 8:15 a.m.	Acto inaugural y saludo de las instancias de la UCR y CCSS
8:16 a.m. a 9:10 a.m.	Charla de apertura: Residuos y Pandemia Expositora: -Ludía Claudia Paz, ONG Salud sin Daño
9:10 a.m. a 10:05 a.m.	Tema: Manejo de residuos durante la pandemia en el contexto de la Universidad de Costa Rica Expositora: MSc. Kattia Elizondo, UGA-UCR
10:05 a.m. a 10:30 a.m.	Receso
10:30 a.m. a 11:25 a.m.	Tema: Estudio comparativo de generación de residuos en los hospitales de la Caja Costarricense de Seguro Social y su impacto ambiental Expositor: Dr. Rigoberto Blanco, Subárea Gestión Ambiental CCSS
11:25 a.m. a 12:20 p.m.	Tema: Buenas prácticas en la gestión y disposición en equipos de protección personal durante la pandemia Expositor: Lic. Osman Mora, DIGECA
12:20 p.m. a 1:15 p.m.	Tema: Gestión de residuos en atención del COVID-19 Expositora: Ing. Ana Zoraida Gomez, Hospital Pablo Tobón Uribe, Colombia
1:15 p.m. a 1:30 p.m.	Despedida- Cierre

*Cada expositor dispondrá 45 minutos para exponer y 10 minutos de preguntas.

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA FM Facultad de Medicina EM Escuela de Medicina

Charla: Crear puentes en ciencias médicas: vincular investigación básica y clínica

Impartida por: **Dra. Zaray Miranda Chacón**
Docente de la Escuela de Medicina, UCR

Fecha: **Martes 7 de septiembre, 2021**
Hora: **05:00 p.m.**

Modalidad: **Virtual**

Contacto: **pec.fm@ucr.ac.cr** ☎ 2511-4512
Dirigido al público universitario y general



ID de reunión: 845 5556 0660
Código de acceso: 825121



Prevención y control

La proximidad de las viviendas a los lugares de cría de los mosquitos vectores es un importante factor de riesgo para el dengue y para otras enfermedades transmitidas por el mosquito *Aedes Aegypti*. Para prevenirlo es que se cuenta con la aplicación de las siguientes medidas:

- Eliminar posibles criaderos.
- Protección personal contra las picaduras de mosquito.
- Medidas de emergencia para el control vectorial, por ejemplo fumigación o pulverización de insecticidas durante los brotes.
- Colaboración comunitaria.
- Vigilar activamente la abundancia de vectores y la composición de las especies para determinar la eficacia de las intervenciones de control.

