

DIPLOMATURA DE ESTUDIOS AVANZADOS EN NUTRICIÓN Y SALUD PÚBLICA – CEI – UNR

**Del plato a los brazos – Prácticas
alimentarias y cuidados nutricionales en el
puerperio: proyecto comunitario en los
CAPS de Saladillo (2025)**



 **OBJETIVOS**  **DE DESARROLLO
SOSTENIBLE**

Autor: María Cecilia Bloise

Grado: Diplomatura

Profesor tutor: Guillermo Pablo Scarinci

Lugar y año: Buenos Aires, agosto de 2025

ÍNDICE

1. Tema.
2. Población objetivo.
3. Fundamentación.
4. Diagnóstico de situación.
5. Árbol de problemas.
6. Problema central.
 - 6.a. Priorización de Problemas.
7. Objetivo: general y específicos.
8. Planificación de actividades.
 - 8.a. Planificación inicial 1.
 - 8 b. Planificación desarrollada 1.
 - 8.c. Planificación inicial 2.
 - 8 d. Planificación desarrollada 2.
9. Proceso de seguimiento y evaluación
10. Bibliografía

1. Tema

Del plato a los brazos – Prácticas alimentarias y cuidados nutricionales en el puerperio: intervención comunitaria en los CAPS de Saladillo (2025)

2. Población objetivo:

Beneficiarios directos: Mujeres puérperas (hasta 2 años posparto) que asisten a los Centros de Atención Primaria de la Salud (CAPS) de Saladillo, Buenos Aires.

Beneficiarios indirectos: Familias de las puérperas, lactantes y redes de apoyo cercanas, equipos de salud de los CAPS.

3. Fundamentación

El puerperio es el período que sigue al parto y que implica la recuperación física, emocional y social de la mujer. Tradicionalmente se lo divide en inmediato (primeras 24 horas), mediato (hasta 40 días) y tardío (hasta 6 meses). Sin embargo, la literatura actual extiende este período hasta 24 meses posparto, considerando la prolongación de la lactancia materna, los procesos de adaptación de la madre y la reorganización familiar.

Durante este periodo, se establecen prácticas alimentarias y de cuidado que tienen un impacto directo en la salud de la madre, del recién nacido y en la dinámica familiar y comunitaria. Es una etapa de alta vulnerabilidad, en la que las decisiones sobre alimentación y autocuidado pueden influir de forma decisiva en el desarrollo físico, emocional y social del binomio madre-hijo/a (SEGHNP, 2023).

Desde el punto de vista fisiológico, la lactancia es un proceso biológico regulado por hormonas; la prolactina, responsable de la producción láctea, y la oxitocina, que facilita la eyección de la leche. Factores como el estrés, la fatiga, el dolor, la ingesta insuficiente de nutrientes o la falta de apoyo social pueden interferir en este mecanismo. La Guía de Espacios Amigos de la Lactancia resalta que la disponibilidad de entornos favorables en la comunidad y en el trabajo es determinante para sostener la lactancia exclusiva y prolongada.

La alimentación durante el puerperio no solo impacta en la recuperación materna, sino también en la calidad de la leche, en el crecimiento y desarrollo infantil y en la salud futura de la madre. Según la OMS (2023), las mujeres lactantes requieren una ingesta energética adicional y una dieta variada rica en proteínas, grasas saludables, hierro, calcio, vitamina A y yodo.

El puerperio está condicionado por factores culturales, de género y socioeconómicos que afectan tanto la relación madre-hijo como la capacidad de sostener prácticas saludables, sin embargo, suele ser subestimado en las políticas de salud pública. La *Serie Primera Infancia: Salud y Alimentación* subraya que las políticas y acciones en esta etapa deben incorporar perspectiva de género, soberanía alimentaria y fortalecimiento de redes comunitarias.

La nutrición en los primeros 1.000 días de vida —desde la concepción hasta los dos años— tiene un impacto determinante en el crecimiento, el neurodesarrollo y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT). La lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses es la estrategia más efectiva para asegurar un óptimo desarrollo y protección contra enfermedades infecciosas. No obstante, la transición a la alimentación complementaria y la dieta materna en el puerperio presentan desafíos que requieren acompañamiento profesional, educación alimentaria y contención emocional.

En Argentina, la Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2, 2019) reveló que un 28% de las mujeres en puerperio presenta exceso de peso y un 14% déficit de hierro, lo que puede afectar la calidad de la lactancia y la salud materna. Asimismo, la Encuesta Nacional de Lactancia (ENaLac, 2022) señala que solo el 44% de las madres mantiene lactancia exclusiva hasta los 6 meses, porcentaje inferior a la recomendación de la OMS.

En Saladillo, el Programa “Primeros 1000 Días” representa una fortaleza para la atención primaria. Sin embargo, no siempre se abordan de manera integrada aspectos como la inocuidad alimentaria, la identidad alimentaria local, la nutrición emocional y el fortalecimiento de redes comunitarias de apoyo.

Este proyecto propone una intervención comunitaria transdisciplinaria, con la participación de nutricionistas, psicólogos, obstetras, puericultoras y productores locales. Su propósito es promover una alimentación segura y nutritiva, sostener la lactancia materna y fortalecer los vínculos de cuidado. La iniciativa busca mejorar las prácticas alimentarias y los cuidados nutricionales de las mujeres en puerperio mediante estrategias educativas, de acompañamiento psicosocial y de promoción de la soberanía alimentaria, aprovechando la estructura y dinámica de los círculos de crianza ya existentes en los CAPS.

Su implementación contribuiría a mejorar la salud materno-infantil, reducir la malnutrición y empoderar a las mujeres. Por ello, el abordaje debe ser integral, incorporando la soberanía alimentaria, el reconocimiento de saberes locales y la articulación intersectorial entre salud, educación y desarrollo social.

Los círculos de crianza constituyen un dispositivo comunitario basado en el aprendizaje entre pares, el intercambio de saberes y la contención. Se configuran como espacios seguros donde las madres pueden compartir experiencias, resolver dudas y fortalecer la confianza en sus propias capacidades de cuidado.

La evidencia muestra que estas intervenciones grupales favorecen de manera significativa la salud materno-infantil: potencian la lactancia, mejoran la adherencia a las recomendaciones de alimentación complementaria y fortalecen redes de apoyo comunitario. Al mismo tiempo, promueven la confianza materna y contribuyen a la construcción de vínculos afectivos sólidos, reduciendo el sentimiento de aislamiento que muchas mujeres atraviesan durante el puerperio.

Asimismo, cuando estos espacios incorporan un enfoque de soberanía alimentaria y el rescate de saberes culinarios locales, se amplía el impacto positivo: se favorece una alimentación culturalmente pertinente, accesible y sostenible, que no solo atiende a las necesidades nutricionales inmediatas, sino que también refuerza la identidad, la pertenencia comunitaria y la transmisión intergeneracional de saberes.

Incorporar estos contenidos en los espacios ya existentes en CAPS representa una estrategia costo-efectiva y alineada con los Objetivos de Desarrollo

Sostenible (ODS 2: Hambre Cero, ODS 3: Salud y Bienestar, ODS 5: Igualdad de Género y ODS 10: Reducción de Desigualdades).

4. Diagnóstico de situación

La Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2, 2019) evidencia que las deficiencias en la calidad de la dieta y la inseguridad alimentaria persisten en sectores vulnerables, afectando tanto a mujeres como a niños pequeños. En el puerperio, estos factores se ven agravados por cambios hormonales, desgaste físico, falta de redes de apoyo y, en algunos casos, la presión económica y laboral.

En Argentina persisten brechas significativas:

- Baja prevalencia de lactancia exclusiva hasta los 6 meses.
- Acceso desigual a información clara y basada en evidencia.
- Dificultades para sostener prácticas de alimentación saludables debido a condicionantes socioeconómicos y culturales.

En la ciudad de Saladillo, provincia de Buenos Aires, funcionan en los Centros de Atención Primaria de la Salud (CAPS) diversos dispositivos de acompañamiento, entre ellos los círculos de crianza. Estos espacios grupales, mayormente impulsados por equipos interdisciplinarios, ofrecen un entorno de intercambio, contención y aprendizaje entre mujeres que atraviesan el puerperio. Sin embargo, la incorporación sistemática de contenidos sobre alimentación segura y nutritiva en este contexto aún es incipiente.

Entrevistas con profesionales de salud y observaciones en los círculos de crianza muestran que:

No existe un espacio estructurado de educación alimentaria adaptado al puerperio prolongado (0-24 meses).

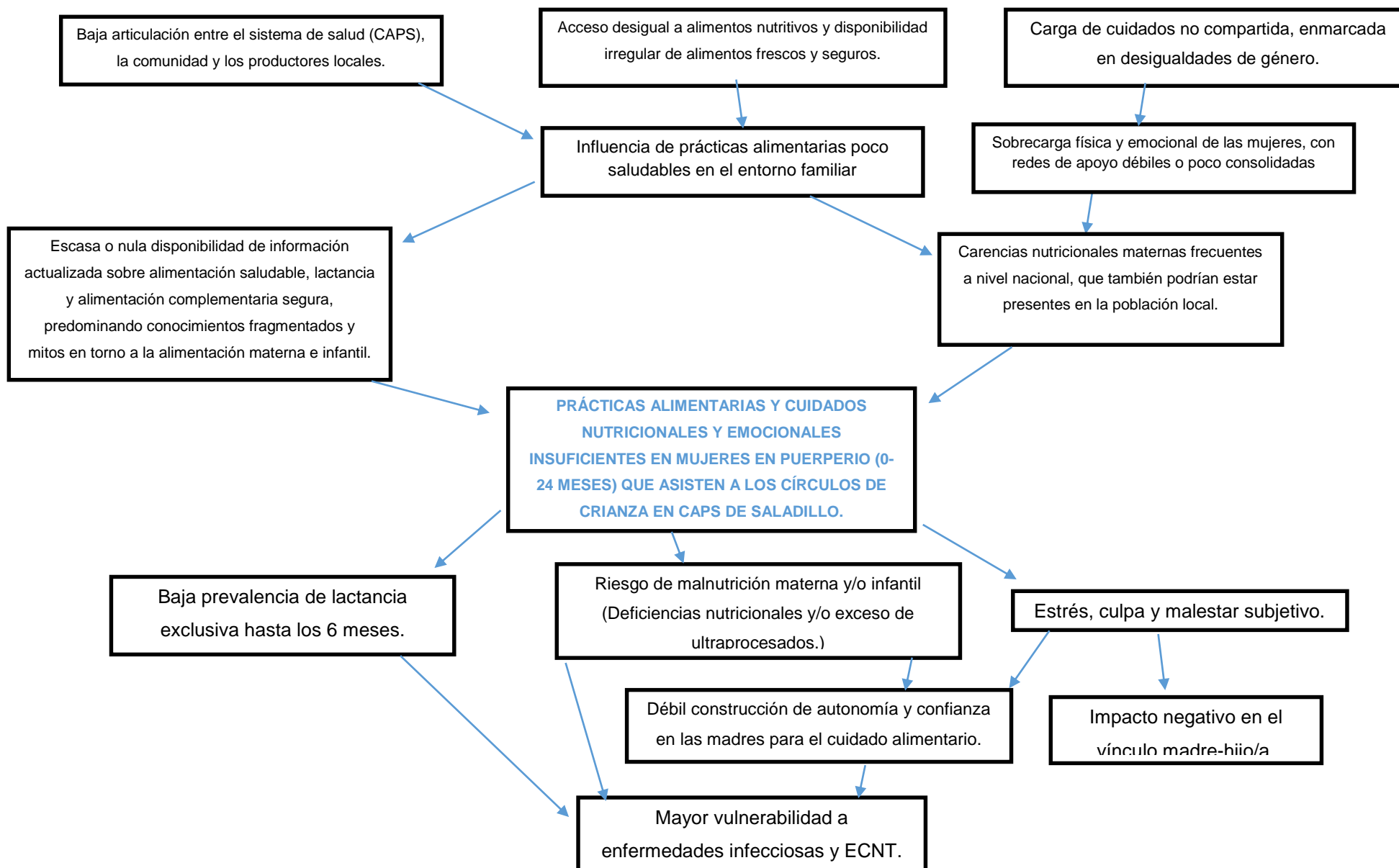
Las consejerías suelen centrarse en la lactancia exclusiva hasta los 6 meses, sin un seguimiento sostenido sobre alimentación complementaria y autocuidado materno.

Se identifican barreras como la falta de tiempo, el cansancio, el desconocimiento de preparaciones nutritivas y la limitada disponibilidad de alimentos frescos en algunos barrios.

No se cuenta con registros locales actualizados de la Subsecretaría de Salud respecto a las prácticas de lactancia y alimentación en el puerperio, lo cual dificulta la planificación y el monitoreo de intervenciones adaptadas al territorio.

Este diagnóstico revela la necesidad de intervenciones comunitarias que integren educación, práctica culinaria y apoyo psicosocial, con un enfoque participativo.

5. Árbol de problema



6. Problema central

Prácticas alimentarias y cuidados nutricionales y emocionales insuficientes en mujeres en puerperio (0-24 meses) que asisten a los círculos de crianza en CAPS de Saladillo.

Causas

- Escasa o nula disponibilidad de información actualizada sobre alimentación saludable, lactancia y alimentación complementaria segura, predominando conocimientos fragmentados y mitos en torno a la alimentación materna e infantil.
- Carencias nutricionales maternas frecuentes a nivel nacional (como déficit de hierro, exceso de peso y baja ingesta de alimentos frescos), que también podrían estar presentes en la población local.
- Baja articulación entre el sistema de salud (CAPS), la comunidad y los productores locales.
- Sobrecarga física y emocional de las mujeres, con redes de apoyo débiles o poco consolidadas (situación documentada a nivel nacional y que se presume también en la población local).
- Influencia de prácticas alimentarias poco saludables en el entorno familiar, observada como tendencia general.
- Carga de cuidados no compartida, enmarcada en desigualdades de género.
- Acceso desigual a alimentos nutritivos y disponibilidad irregular de alimentos frescos y seguros.

Consecuencias

- Baja prevalencia de lactancia exclusiva hasta los 6 meses.
- Riesgo de malnutrición materna y/o infantil (Deficiencias nutricionales y/o exceso de ultraprocesados en la madre.)
- Débil construcción de autonomía y confianza en las madres para el cuidado alimentario.
- Impacto negativo en el vínculo madre-hijo/a.
- Mayor vulnerabilidad a enfermedades infecciosas y ECNT.

- Estrés, culpa y malestar subjetivo.

6.a. Priorización de Problemas

- Baja prevalencia de lactancia exclusiva y continuada en mujeres en puerperio.
- Falta de apoyo nutricional y psicosocial integral para mujeres en puerperio.

7. Objetivos

Objetivo general:

Promover y fortalecer las prácticas alimentarias saludables y los cuidados nutricionales y emocionales de mujeres en puerperio (0-24 meses) en Saladillo, a través de estrategias educativas y participativas en los círculos de crianza de los CAPS.

Objetivos específicos:

Incorporar de manera sistemática contenidos de educación alimentaria, soberanía alimentaria y nutrición segura en círculos de crianza de los CAPS.

Desarrollar estrategias de acompañamiento nutricional y psicosocial para mujeres en puerperio, contemplando diversidad de experiencias (que amamanten o no, lactancia exclusiva o mixta o que interrumpen la lactancia tempranamente).

Fortalecer la formación y capacidad de los equipos interdisciplinarios para abordar la alimentación y el cuidado en el puerperio desde una perspectiva de género y derechos.

Facilitar el acceso a alimentos saludables y de producción local a través de redes comunitarias y articulación con productores locales.

8. Planificación

8.a. Planificación inicial 1

PROBLEMA 1	OBJETIVOS	METAS	ACTIVIDADES	INDICADORES
<p>Baja prevalencia de lactancia exclusiva y continuada en mujeres en puerperio.</p>	<p>General: Promover y fortalecer las prácticas alimentarias saludables y los cuidados nutricionales y emocionales de mujeres en puerperio (0-24 meses) en Saladillo, a través de estrategias educativas y participativas en los círculos de crianza de los CAPS.</p> <p>Específico: Incorporar de manera sistemática contenidos de educación alimentaria, soberanía alimentaria y nutrición segura en los círculos de crianza de los CAPS.</p>	<p>Lograr que al menos el 60% de las mujeres en puerperio que asisten a los círculos de crianza reciban información y acompañamiento sobre lactancia y alimentación complementaria segura durante el primer año de implementación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Talleres participativos sobre lactancia y alimentación complementaria. - Talleres prácticos de cocina nutritiva. - Consejería individual y grupal en lactancia. - Elaboración y distribución de materiales educativos accesibles (guías, folletos, recursos digitales). 	<p>- N° de mujeres en puerperio con información adecuada sobre lactancia y alimentación complementaria / N° total de asistentes a los círculos de crianza.</p>

8.b Planificación desarrollada 1

Título de la actividad:

Talleres participativos de lactancia, alimentación complementaria y cocina nutritiva en círculos de crianza de los CAPS

Objetivo de la actividad:

Brindar información actualizada, contención y experiencias compartidas para fortalecer la lactancia exclusiva hasta los 6 meses y la lactancia continuada junto con alimentación complementaria adecuada hasta los 2 años o más, incorporando herramientas prácticas de cocina nutritiva y accesible.

Fundamentación:

La lactancia materna exclusiva y continuada tiene beneficios comprobados para la salud infantil y materna, pero en muchos casos se interrumpe tempranamente por falta de información clara, mitos, sobrecarga de cuidados o ausencia de redes de apoyo.

Las madres primerizas constituyen un grupo especialmente vulnerable, que requiere acompañamiento cercano y oportunidades de aprendizaje de otras mujeres con experiencias similares.

Los círculos de crianza son espacios comunitarios que favorecen el aprendizaje entre pares, la multiplicación de mensajes saludables y el fortalecimiento de redes.

Complementariamente, los talleres de cocina nutritiva con recetas locales y de bajo costo ofrecen a las mujeres recursos concretos y accesibles para mejorar su alimentación y la de sus familias, integrando el enfoque de soberanía alimentaria y la valorización de la cultura culinaria local.

Metodología:

- Charlas participativas destinadas a primerizas con espacio para el intercambio de experiencias entre madres y la transmisión de mensajes multiplicadores.
- Talleres teóricos-prácticos por parte del equipo de salud sobre lactancia, mitos frecuentes y prácticas seguras de alimentación complementaria.
- Dinámicas grupales en los círculos de crianza (juegos de rol, intercambio de saberes, preguntas disparadoras).
- Talleres prácticos de cocina nutritiva, elaborando recetas locales, de bajo costo. (Los talleres de cocina contarán con la participación de un referente gastronómico local (ej. panadero del local “La carbonera”), que compartirá técnicas y recetas accesibles, integrando saberes tradicionales con las recomendaciones nutricionales del equipo de salud).
- Distribución de materiales educativos accesibles (guías, recetarios comunitarios sencillos, material digital).
- Consejería individual para resolver dudas específicas.
- Registro de participación y evaluación de aprendizajes.

Responsables:

Equipo interdisciplinario del CAPS (nutricionista, obstetra, médico/a, psicólogo/a, trabajador/a social), cocinero local que acompañe los talleres, madres referentes de la comunidad que actúan como multiplicadoras de mensajes.

Beneficiarios:

Mujeres en puerperio (0-24 meses), especialmente primerizas, lactantes y sus familias que participan en los círculos de crianza de los CAPS de Saladillo.

Recursos:

Humanos: equipo de salud, madres referentes, cocinero referente, facilitadores comunitarios.

Materiales: insumos para talleres de cocina, folletería, recetarios impresos o digitales, pizarra/proyector.

Financieros: apoyo municipal para materiales educativos y compra de insumos alimentarios básicos para las prácticas de cocina.

Lugar:

CAPS de Saladillo y, en algunos casos, espacios comunitarios con cocina equipada.

Tiempo:

Encuentros semanales de 1.30hs. durante 4 meses.

Talleres de cocina: quincenales.

Evaluación:

Inicial: Diagnóstico de conocimientos y prácticas previas de lactancia y alimentación complementaria.

Paralela: Asistencia a charlas y talleres, participación activa.

Final:

Nº de mujeres en puerperio con información adecuada sobre lactancia y alimentación complementaria / Nº total de asistentes a los círculos de crianza.

8.c. Planificación inicial 2

PROBLEMA 2	OBJETIVOS	META	ACTIVIDADES	INDICADORES
<p>Falta de apoyo nutricional y psicosocial integral para mujeres en puerperio.</p>	<p>General: Promover y fortalecer las prácticas alimentarias saludables y los cuidados nutricionales y emocionales de mujeres en puerperio (0-24 meses) en Saladillo, a través de estrategias educativas y participativas en los círculos de crianza de los CAPS.</p> <p>Específicos: 1) Desarrollar estrategias de acompañamiento nutricional y psicosocial que contemplen la diversidad de experiencias en el puerperio (lactancia exclusiva, mixta o interrumpida tempranamente).</p>	<p>Que al menos el 60% de las mujeres en puerperio asistentes a los círculos de crianza participen de actividades de acompañamiento integral nutricional y psicosocial durante el primer año de implementación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Grupos de apoyo en los círculos de crianza. - Espacios de orientación nutricional en CAPS. - Visitas domiciliarias a mujeres en situación de mayor vulnerabilidad. - Mensajes multiplicadores a través de madres referentes comunitarias. 	<p>N° de mujeres en puerperio que participaron regularmente de las actividades de apoyo nutricional y psicosocial / total de mujeres asistentes a los círculos de crianza.</p>

8.d. Planificación desarrollada 2

Título de la actividad:

Grupos de apoyo y talleres de autocuidado en los círculos de crianza de los CAPS

Objetivo de la actividad:

Brindar acompañamiento integral a mujeres en puerperio (0-24 meses), fortaleciendo tanto su bienestar nutricional como emocional, y promoviendo redes de apoyo comunitario que favorezcan la corresponsabilidad en los cuidados.

Fundamentación

El puerperio constituye un período de alta vulnerabilidad física y emocional, en el cual muchas mujeres experimentan sobrecarga de cuidados, aislamiento social y falta de acompañamiento integral.

La evidencia indica que los espacios grupales de apoyo reducen síntomas de estrés, fortalecen la autoestima y favorecen la adopción de prácticas alimentarias y de cuidado más saludables.

Integrar un abordaje psicológico y nutricional permite atender simultáneamente los aspectos de la alimentación y la salud mental materna, fundamentales para la calidad de vida de las mujeres y el desarrollo infantil.

Metodología

Grupos de apoyo en los círculos de crianza, coordinados por psicólogo/a y trabajador/a social, con dinámicas de escucha activa, intercambio de experiencias y estrategias de autocuidado.

Derivación y articulación con servicios de salud mental cuando sea necesario. Visitas domiciliarias para mujeres en situación de mayor vulnerabilidad social o emocional.

Espacios de orientación nutricional, coordinados por nutricionista, abordando alimentación segura en el puerperio, mitos frecuentes y estrategias accesibles para una alimentación saludable.

Dinámicas: juegos de roles, técnicas de relajación, actividades sensoriales con alimentos.

Mensajes multiplicadores: inclusión de testimonios y experiencias diversas en los talleres, visibilizando a todas las formas de alimentación del lactante. Madres referentes comparten sus experiencias, favoreciendo el aprendizaje entre pares.

Articulación con productores locales para facilitar el acceso a alimentos frescos y saludables en ferias o bolsones comunitarios.

Responsables:

Equipo interdisciplinario del CAPS (nutricionista, psicólogo/a, trabajador/a social, obstetra, médico/a), facilitadores comunitarios, y madres referentes que actúan como multiplicadoras de mensajes.

Beneficiarios:

Mujeres en puerperio (0-24 meses), especialmente primerizas, lactantes y sus familias que participan en los círculos de crianza de los CAPS de Saladillo.

Recursos:

Humanos: equipo interdisciplinario, facilitadores comunitarios, madres referentes.

Materiales: guías de autocuidado, recursos visuales, afiches/cuadernillos con mensajes clave (cuidado emocional, nutrición).

Financieros: apoyo municipal.

Lugar:

CAPS de Saladillo.

Tiempo:

Encuentros grupales: quincenales de 1.30hs. durante 6 meses.

Visitas domiciliarias: al menos 1 por mes según necesidad.

Evaluación:

Inicial: Encuesta sobre percepción de apoyo (N° de mujeres que manifiestan sentirse sobrecargadas o sin red de apoyo cercana).

Paralela: Registro de asistencia, participación en dinámicas grupales y visitas domiciliarias.

Final:

N° de mujeres en puerperio que participaron regularmente de las actividades de apoyo/ total de mujeres asistentes a los círculos de crianza.

N° de mujeres que reportan sentirse más acompañadas en lo nutricional y emocional, y que incorporaron prácticas de autocuidado en su puerperio/ mujeres asistentes a los círculos de crianza.

9. Proceso de seguimiento y evaluación:

Como se mencionó en la metodología y en los cuadros de planificación, la evaluación del proyecto constará de tres instancias:

La primera se llevará a cabo luego de las primeras actividades grupales (charlas y talleres iniciales), mediante un informe elaborado por las/los Lic. en Nutrición junto al equipo interdisciplinario, registrando la asistencia, participación y principales demandas identificadas.

La segunda instancia se realizará hacia la mitad del proceso, tras la implementación de los siguientes encuentros y talleres, utilizando los mismos criterios de seguimiento, con el fin de observar la evolución de la participación y la pertinencia de los contenidos trabajados.

Por último, la evaluación final se llevará a cabo al cierre del proyecto, donde las/los Lic. en Nutrición junto al equipo interdisciplinario elaborarán un informe global y, de manera participativa, se solicitará a las mujeres en puerperio asistentes que completen un cuestionario breve y/o dinámica grupal de devolución. Esta herramienta permitirá relevar cuáles fueron los contenidos más claros o útiles, qué aspectos necesitan reforzarse, el grado de satisfacción y el impacto de las actividades en sus prácticas de cuidado y alimentación.

Cabe destacar que desde el inicio, el equipo coordinador registrará indicadores de interés, asistencia, interacción y feedback durante los círculos de crianza, lo cual permitirá ajustar la propuesta para mejorar el logro de los objetivos planteados.

10. Bibliografía

CESNI. (2021). *Informe sobre nutrición materno-infantil en Argentina*. Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil.

FAO. (2020). *Sistemas alimentarios sostenibles y soberanía alimentaria*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. <https://www.fao.org>

Ministerio de Salud de la Nación Argentina. (2007). *Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 1)*. Dirección de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades No Transmisibles.

Ministerio de Salud de la Nación Argentina. (2019). *Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2): Informe de resultados*. Secretaría de Gobierno de Salud.

Ministerio de Salud de la Nación Argentina. (2018). *Guías alimentarias para la población argentina (GAPA)*.

Ministerio de Salud de la Nación Argentina. (2021). *Guía práctica de alimentación complementaria*. Dirección Nacional de Abordaje Integral de Enfermedades No Transmisibles.

Ministerio de Salud de la Nación Argentina. (2022). *Lineamientos para la promoción de Espacios Amigos de la Lactancia*. Dirección de Salud Perinatal y Niñez.

Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires. (2022). *Primeros 1000 Días: Estrategias para la salud materno-infantil*.

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Lactancia materna exclusiva y alimentación complementaria*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int>

Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Recomendaciones sobre prácticas óptimas de alimentación infantil*. OPS/OMS.

Rodríguez, M., & López, G. (2020). Perspectiva de género y cuidados en el puerperio. *Revista Argentina de Salud Pública*.

Sociedad Argentina de Pediatría. Comité de Lactancia Materna. (2022). *Recomendaciones sobre lactancia materna y alimentación del lactante*.

Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica. (2020). Recomendaciones sobre alimentación en la primera infancia. *Revista Española de Nutrición Pediátrica*.

UNICEF Argentina. (2022). *Estado de la lactancia materna en Argentina*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

UNICEF & Ministerio de Salud de la Nación. (2018). *Nutrición durante los primeros 1000 días: guía para equipos de salud*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Vázquez, S., & González, C. (2017). *Fisiología de la lactancia materna*. Revista de la Facultad de Ciencias Médicas.

Freire, W., & colaboradores. (2019). *Soberanía alimentaria y salud comunitaria*. FLACSO.