



1^{ER} CONGRESO NACIONAL DE AYURVEDA

“ABORDAJE INTEGRATIVO DE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA DEL LACTANTE”. AUTORA: DRA. ADRIANA ELASKAR *

En un enfoque de la Medicina integrativa, incluyendo los principales aportes científicos, eficientes y significativos de la medicina convencional y de la medicina ayurveda, se aborda la Alimentación Complementaria del lactante. Se propone orientar a los profesionales de la salud, padres y cuidadores en las variadas posibilidades alimentarias, que favorezcan el crecimiento y desarrollo armonioso del niño desde la lactancia. Teniendo en cuenta la singularidad de cada bebé, su constitución dóshica, y sus múltiples circunstancias. Se tiene en cuenta prioritariamente los principios nutricionales de la medicina ayurveda, en la selección, obtención y preparación de los alimentos y no solo el aspecto material sino también el energético, como lo son las energías amorosas, de no violencia y las constitutivas de cada ser humano singular; esto a su vez se integra a los últimos avances científicos y tecnológicos de la medicina convencional. Atendiendo los aspectos primordiales del lactante: fisiológicos, psicológicos, nutricionales, sociales y espirituales se aclara cuestiones relacionadas con la nutrición natural para lograr una dieta equilibrada. Dado que, la salud integral está determinada principalmente por los hábitos aprendidos en los primeros años de vida, se proponen patrones adaptados de alimentación complementaria del bebé. Estos hábitos adquiridos tempranamente mantienen la salud desde la infancia y ayudan a recuperarla cuando se ha perdido el equilibrio. Conclusión: Este enfoque integrativo de la Alimentación complementaria del lactante, facilita la educación y formación de los profesionales y agentes de salud, haciéndose extensiva, en consecuencia, a todos aquellos que intervienen en el cuidado y educación del niño desde temprana edad. Esto posibilita la generación de hábitos saludables y armoniosos, que serán sostenidos de por vida, asegurando la salud integral del ser humano.

* Médica UNC. Diplomada en Salud Pública- Psicoterapeuta Infantil. Formación Ayurveda .Presidenta de la Fundación Villa Luz para el Desarrollo Humano y Calidad de Vida. -Directora Académica de la Escuela Ayurveda Argentina