





EDITORIAL

Lactancia materna: entre el desafío y la voluntad

Breastfeeding: Between the challenge and the will

Mirith Vásquez-Munive ¹, Margarette María De Lima ²

1. Universidad del Magdalena. Santa Marta, Colombia. Correo: mvasquez@unimagdalena.edu.co - <https://orcid.org/0000-0003-2462-4910>
2. Universidad Federal de Santa Catarina. Florianópolis, Brasil. Correo: mdelima@ufsc.edu.br - <https://orcid.org/0000-0003-2214-3072>

En el decenio de 1990 la Organización Mundial de la Salud y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) planificaron las políticas en lactancia materna y promulgaron en conjunto un documento conocido como la Declaración del Innocenti en que presentaron programas de apoyo a la lactancia materna. En esta declaración tuvo el origen el Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos, la cumbre mundial en favor de la infancia, la estrategia Institución Amiga de la Mujer y la Infancia (IAMI) y se estableció la primera semana de agosto como la semana mundial de la lactancia materna¹.

Lactancia materna es un tema que inmediatamente evoca en la memoria mensajes como amor maternal, nutrición infantil y armonía; aunque, esta es una mirada bastante romántica de lo que es lactar. La lactancia tiene varias aristas donde la mujer toma una decisión y la mantiene únicamente con una férrea voluntad y el apoyo familiar^{3,4}. Optar por el amamantamiento y mantenerse en la decisión, depende de la confluencia de factores demográficos, psicológicos, biológicos, socioculturales y económicos que el personal de atención primaria debe conocer para actuar en congruencia a las condiciones presentadas².

La lactancia trae beneficios para la diada madre-hijo. Los beneficios nutricionales para el bebé se derivan de las grandes concentraciones de macro y micronutrientes en la leche materna: complejos ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga como el ácido docosahexaenoico, el cual es importante para la neurogénesis, la diferenciación neuronal, la mielinización y la sinaptogénesis³. Estos nutrientes se relacionan con la función cognitiva y, en

consecuencia, con el futuro desempeño escolar y laboral.

Los efectos positivos de la lactancia se extienden durante toda la vida dado reducen el riesgo de en la edad adulta de obesidad y enfermedades crónicas transmisibles como diabetes e hipertensión debido a la riqueza en hormonas como leptina y ghrelina encargadas de regular el crecimiento y desarrollo infantil, y el equilibrio energético, siempre que se haya recibido durante los seis primeros meses. Además, la lactancia es emocionalmente relevante porque se construye durante ella un intercambio madre-hijo, una forma de afecto positivo que redunde en alta autoconfianza y autoestima y comportamientos resilientes⁴.

La madre también recoge frutos del amamantamiento: se favorece la involución uterina y reducir el riesgo de la hemorragia posparto gracias a los niveles altos de oxitocina. Asimismo, la oxitocina se relaciona con el establecimiento del vínculo afectivo y disminuye la posibilidad de un episodio depresivo postparto, de embarazos porque es anovulatoria, cáncer de mama y ovario, porque disminuye el tiempo de exposición a estrógenos y progesterona, y de obesidad porque aumenta el gasto energético^{5,6}.

La lactancia materna está contraindicada en caso infección por el virus de la inmunodeficiencia humana en países de medianos y altos ingresos. Es diferente en países de bajos ingresos donde son mayores los beneficios que los riesgos: acceder a la protección que confiere la leche materna, que exponer al bebé al riesgo de infecciones por una mala preparación, utilización y administración de

fórmulas, poco acceso al agua potable y riesgo de desnutrición por inseguridad alimentaria^{7,8}.

Sin embargo, la lactancia materna tiene efectos indeseables: dolor en los pezones y de espalda, pocas horas de sueño y descuido de otras responsabilidades familiares, laborales y sociales de la mujer⁹.

A manera de colofón, se puede afirmar que, en cualquier circunstancia, la lactancia es una herramienta holística que privilegia la salud de la diada madre-hijo, trasciende hacia la familia y sociedad y, en consecuencia, todos los esfuerzos deben confluír para fortalecerla y, aún, en las mejores circunstancias constituye un compromiso, un exigente acto de amor.

REFERENCIAS

1. Políticas públicas en favor de la alimentación infantil. Valero, E. A. (2020). Implementación de estrategias educativas e informativas sobre la RIAMP y los servicios de preparación para la maternidad, paternidad, y las estrategias IAMI/AIEPI comunitario, haciendo uso de la educación Blended Learning. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12749/12323>
2. Becerra-Bulla F, Rocha-Calderón L, Fonseca-Silva DM, Bermúdez-Gordillo LA. El entorno familiar y social de la madre como factor que promueve o dificulta la lactancia materna. *Rev Fac Med.* 2015;63(2): 217-227. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v63n2.44051>
3. Olza I, Ruiz-Berdún D, Villarme S. La culpa de las madres. Promover la lactancia materna sin presionar a las mujeres. *Dilemata.* 2017;(25):217-225.
4. Gil-Estevan MD, Solano-Ruíz MC. Diversidad cultural y lactancia materna: prestación de cuidados culturalmente competentes en atención primaria. *Index Enfem.* 2017;26(3):162-165.
5. Alpízar MJ, Canales J, Moreira RD, Castillo M. Factores que influyen en la duración de la lactancia materna en las estudiantes universitarias. *Enferm Actual Costa Rica.* 2019;(37):110-126.
6. Cortez-Flores C del R, Ortiz-Suarez HS, Jiménez-Ayala VG. Beneficios de la lactancia materna en niños. *MQR Investig.* 2023;7(4):3-16. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.4.2023.3-16>
7. Reséndiz O, Torres C, Arredondo A, García Y, Orozco E. Determinantes de la inseguridad alimentaria y su asociación con prácticas de alimentación y lactancia materna en el primer año de vida. *Global Health Prom.* 2022;29(4):161-170. <https://doi.org/10.1177/17579759221076881>
8. Briceño DC, Ekmeiro SJE. Contenido lipídico y calórico de la leche materna según estado nutricional de la mujer lactante. *Rev Salud Publica Nutr.* 2022;21(3):19-30. <https://doi.org/10.29105/respyn21.3-3>
9. Sosa JL, Chavesta R, Chimpén O. Otras dificultades a la lactancia materna exclusiva, que conllevan al destete precoz en lactantes menores. *Andes Pediatr.* 2022; 93(6):918-919. <http://dx.doi.org/10.32641/andespediatr.v93i6.4525>