

LACTANCIA MATERNA: ALGO MÁS QUE LECHE

Hoy día 1 de agosto de 2024 comienza la semana mundial de la lactancia materna, para recordarnos la importancia que tiene el alimentar a nuestros bebés con ese medio natural que nuestra gran familia de los mamíferos tiene a su disposición.

Felicidad viene de un lenguaje indoeuropeo muy antiguo cuya raíz significa leche, es decir, que se ha asociado ancestralmente el concepto de felicidad al concepto de ese producto que las mujeres han producido y dado desde siempre.

La unión madre e hijo se fomenta mediante ese acto de dar de comer al bebé, que a su vez, recibe no solamente el alimento sino ese tiempo, esa dedicación, ese calor, ese olor y ese sentirse querido por su progenitora.

Además, como ya es sabido, previene de infecciones gastrointestinales y respiratorias, lo cual es una gran causa de mortalidad infantil sobre todo en aquellos países de bajos recursos. Los bebés alimentados con leche materna tienen menos peligro de recibir alimentos contaminados por las aguas empleadas en la preparación de la leche artificial y reduce los riesgos de malnutrición. Igualmente, se reduce la incidencia de alergias y obesidad infantil.

Por otra parte, las madres tienen menor incidencia de otras afecciones relacionadas con el puerperio, como la depresión postparto y hemorragias uterinas, entre otras.

Por todo lo anterior, apoyemos la lactancia materna desde distintos ámbitos (familiar, comunitario, laboral y sanitario) para que esta práctica sencilla y natural sea lo más extendida posible.

Autora: **Irene Antoñanzas Torres**
Grupo de Cooperación, Inmigración y Adopción de la
Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)