



SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA

La semana mundial de la lactancia materna (LM) se celebra la primera semana de cada mes de agosto.

La leche materna es el alimento ideal para todos los bebés, así lo declaran firmemente la OMS y otros organismos internacionales. Por ello, se recomienda que la LM sea la norma durante los primeros seis meses de vida del bebé, y se continúe el amamantamiento junto con otros alimentos complementarios hasta los dos años de edad o más, mientras madre e hijo lo deseen.

La LM conlleva innumerables beneficios para los recién nacidos: prevención de infecciones como la gastroenteritis o infecciones respiratorias, prevención de alergias y obesidad infantil; favorece además el desarrollo óptimo visual, psicomotor y del sistema inmune. La LM resulta además de vital importancia en países en vías de desarrollo para la reducción de la mortalidad y desnutrición infantil. Para las madres el amamantamiento supone un menor riesgo de presentar hemorragia postparto o depresión puerperal, además reduce la probabilidad de desarrollar diferentes tipos de cánceres ginecológicos. En cuanto a los beneficios para la sociedad, hay que recordar que la lactancia materna es el alimento más respetuoso con el medioambiente y además es gratuito.

A pesar de los múltiples beneficios y la posición clara de los organismos internacionales respecto a esta práctica, las tasas de LM siguen siendo muy inferiores a las recomendadas. En España la tasa de LM exclusiva a los 6 meses es del 39%, con resultados similares en Europa, pero también en países en desarrollo, donde la lactancia materna no se inicia ni se mantiene, estando lejos de los estándares de la OMS, lo que conlleva un aumento de la mortalidad infantil y materna que podría ser evitable.

Existen evidencias científicas sólidas que demuestran la importancia de un parto respetado y el contacto piel con piel de la madre y el bebé desde el nacimiento (el llamado método madre canguro en el caso de los recién nacidos prematuros) para favorecer el inicio del amamantamiento en la primera hora de vida. También las hay sobre la ayuda con información y apoyo a esa madre y bebé, evitando ofrecer fórmulas artificiales en ningún lugar del mundo.

Más información: https://apps.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/es/index.html

Autora: Patricia Del Rio Martínez. Pediatra. Hospital Mendaró. Gipuzkoa.