



EDITORIAL

Los retos de la lactancia en un mundo complejo

The challenges of breastfeeding in a complex world

Susana Ares Segura

Hospital Universitario La Paz, Hospital Infantil, Madrid, España

Disponible en Internet el 18 de febrero de 2022



La lactancia materna proporciona beneficios para la salud de las madres y los niños y reduce la mortalidad y la morbilidad infantil. A pesar de las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud y de muchos organismos nacionales e internacionales, las tasas de lactancia materna, y las tasas de lactancia exclusiva a los seis meses siguen siendo más bajas de lo recomendado y pueden variar mucho entre culturas y comunidades¹. La mayoría de los países, independientemente de su grado de desarrollo, y el aumento cada vez mayor de pruebas científicas no han avanzado mucho hacia el logro de la meta mundial del 50% establecida por la Asamblea Mundial de la Salud para el 2025.

Por ello y para concienciar sobre su importancia, el lema escogido para la Semana Internacional de la Lactancia 2021 fue «Proteger la lactancia materna: una responsabilidad compartida». Este lema pretende transmitir a la sociedad que fomentar y apoyar la lactancia materna es responsabilidad de todos. Las prácticas subóptimas de lactancia son un problema de salud pública que requiere esfuerzo e inversión a nivel global².

Los retos de la madre y el niño

La confianza materna en la capacidad de iniciar y mantener la lactancia es el resultado de una interacción entre

la realidad y las expectativas de cada mujer. Empezar a amamantar con expectativas más realistas que idealistas contribuye al éxito de la lactancia. Muchas mujeres tienen la intención de amamantar y luchan desde el principio con los desafíos físicos, como problemas de agarre, sensación de leche insuficiente y malas experiencias. Y todas ellas luchan tratando de integrar la lactancia materna en la vida moderna.

Los retos de la familia

Si adoptamos un enfoque centrado en la mujer, la familia se define como cualquier persona identificada por una madre como alguien con quien tiene una relación cercana. Las actitudes, creencias y expectativas de la familia son un factor importante que contribuye a las decisiones sobre lactancia. Las mujeres describen que el apoyo de su pareja y sus familiares cercanos tiene un impacto positivo o negativo en el inicio y la duración de la lactancia, y parece trascender el origen étnico, el nivel socioeconómico y la edad de la madre.

Los retos del sistema sanitario

Las mujeres acuden con frecuencia a los profesionales de la salud en busca de apoyo. Sin embargo, la información de los profesionales ocasionalmente no contribuye a la confianza de las mujeres en la lactancia y a veces reciben mensajes contradictorios. Fortalecer la formación a los profesionales y el desarrollo de habilidades para practicar la atención centrada en el paciente y la familia es importante³. Además de las evidencias sobre el «porqué» de la lactancia, las mujeres también aprecian mucho la información sobre el «cómo»

Véase contenido relacionado en DOIs:

<https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.04.012>,

<https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.01.019>,

<https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.04.010>

Correo electrónico: susana.ares@salud.madrid.org

<https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2022.01.001>

1695-4033/© 2022 Asociación Española de Pediatría. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

de la lactancia. Las mujeres quieren que alguien con experiencia pase tiempo con ellas desde el principio y les dé consejos técnicos. El conocimiento de los beneficios para la salud no es claramente suficiente para que las mujeres puedan amamantar.

Los retos en la sociedad

La lactancia materna también es un problema social. Los profesionales de la salud pública que trabajan en iniciativas para aumentar las tasas de lactancia deben considerar la lactancia dentro de este contexto más amplio. Las decisiones de alimentación infantil no las toman los individuos basándose únicamente en la evidencia de la investigación sobre lo que es mejor para la salud del niño. Más bien, se trata de decisiones integradas en la vida real que están informadas e influenciadas por muchos factores, incluidas las estructuras, normas, valores, actitudes y creencias de la sociedad. Un reto importante es crear espacios donde las mujeres se sientan cómodas amamantando. Las mujeres describen constantemente sentirse aisladas y excluidas de la sociedad, principalmente debido a la desaprobación en torno a la lactancia en lugares públicos. En particular, los lugares de trabajo se describen como entornos en los que las mujeres sienten mucha incomodidad tanto con la lactancia como para la extracción. Como resultado, muchas mujeres dejan de amamantar antes de lo previsto y generalmente cuando se reincorporan al trabajo. El desarrollo de políticas y prácticas en el lugar de trabajo, y en lugares públicos, pueden contribuir positivamente a aumentar las tasas de lactancia².

Los retos para la comunidad

La lactancia materna es una actividad incrustada culturalmente en un mundo cada vez más complejo. A medida que cambian los papeles de las mujeres en las sociedades modernas, existe una tensión entre la maternidad y los otros roles que desempeñan las mujeres. Cada vez más, tanto hombres como mujeres trabajan fuera del hogar y la crianza de los hijos es una responsabilidad compartida, así como con la familia extendida. Muchas mujeres no pueden permitirse tomar licencias de maternidad prolongadas por razones económicas o profesionales, y puede hacer que la lactancia materna sea un desafío. La maternidad en la sociedad actual es un acto de equilibrio complejo entre garantizar la salud de sus hijos y la realidad de su vida diaria. Aunque la sociedad ha cambiado, se espera que la lactancia materna continúe de la misma manera. La apertura de un discurso público sobre cómo la lactancia materna encaja en el mundo real con todas sus complejidades parece muy importante.

Los retos para la ciencia

Lactancia y coronavirus

La epidemia de coronavirus ha influido de varias formas positivas y negativas en la lactancia. La infección por SARS-CoV-2 ha provocado dudas en las mujeres embarazadas y las madres. La situación actual ha tenido y continúa teniendo un impacto negativo en la calidad de asistencia perinatal, en

la salud materno-infantil y en la promoción y protección de la lactancia materna. Los científicos han tenido que recoger datos en tiempo récord para recomendar que la lactancia materna y las vacunas son seguras para las madres y sus hijos.

Lactancia en unidades neonatales

La leche materna es la forma natural de alimentar a todos los niños, incluidos los niños enfermos y prematuros. En una Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (UCIN), la lactancia materna tiene grandes retos, ya que el recién nacido es separado de su madre por sus condiciones de salud, o por el estado de salud materna. Durante este período crítico, la leche materna es vital, pues otorga el soporte inmunológico y disminuye la morbimortalidad. Las madres de prematuros, experimentan dificultades tanto fisiológicas como emocionales que afectan negativamente al éxito de la lactancia y la madre necesita ayuda. El estrés asociado a la separación entre la madre y el lactante, puede aumentar la probabilidad de complicaciones. Además, la tasa de lactancia durante el ingreso y al alta de los servicios de neonatología se considera cada vez más como un indicador de calidad asistencial imprescindible⁴.

Bancos de leche humana

La leche de donante es un recurso valioso para los niños cuyas madres no pueden proporcionar un suministro adecuado de leche, pero presenta retos importantes, como la necesidad de nuevas formas de pasteurización más eficaces y evitar la pérdida de nutrientes con el procesamiento y la conservación⁵.

Mantener la actividad de los bancos durante la pandemia de COVID-19 ha supuesto un reto. La prioridad ha sido disponer de suficiente leche para los niños receptores, velando por la seguridad de las donantes y de la leche donada.

Retos para la sostenibilidad del medioambiente

La leche materna es un «alimento natural y renovable», ecológicamente racional y producido y entregado al consumidor sin contaminación y sin envase ni desechos innecesarios. Por el contrario, los sucedáneos de la leche materna dejan una gran huella ecológica, requieren el uso de energía para su fabricación, materiales para envasarlos, combustible para su distribución y agua y agentes de limpieza tóxicos para su preparación diaria. La contribución de la leche humana a modalidades de consumo más racionales hace que sea un recurso valioso para alcanzar las metas relacionadas con el cambio climático.

En resumen

Tras un análisis de la situación y los desafíos de la lactancia en el contexto actual, volvemos a la pregunta inicial, ¿cuáles son las percepciones y las dificultades de las madres para el inicio y la duración de la lactancia materna?

La evidencia sobre los beneficios de la lactancia materna es muy valorada por las mujeres y son conscientes de los

desafíos potenciales, tanto las dificultades físicas como las familiares, socioculturales, políticas, y si reciben un buen apoyo, tienen más probabilidades de mantener la lactancia con éxito.

En los últimos años se han logrado extraordinarios avances en la salud reproductiva de la madre y la salud de la infancia. Aun así, se requieren con urgencia el compromiso y las inversiones de los gobiernos, la investigación científica y la sociedad civil para la promoción, la protección y el apoyo a la lactancia materna, con el fin de garantizar la salud de las mujeres y los niños en los próximos años.

Bibliografía

1. Ministerio de Sanidad. Guía sobre práctica clínica sobre lactancia materna. Disponible en: <https://redets.sanidad.gob.es/documentos/GPCLactancia.Osteba.PDF>
2. Mackean G, Spragins W. The Challenges of Breastfeeding in a Complex World A critical. 2013. Disponible en: <https://www.albertahealthservices.ca/ps-1029951-pregnancy-2012-breastfeeding-lit-review.pdf>
3. Vicent Balaguer-Martínez J, Esquivel-Ojeda JN, Valcarce-Pérez I, Ciriza-Barea E, García-Sotro C, López-Santiveri A, et al. Traducción al español y validación de una escala para la observación de una toma de lactancia materna: la «*Bristol Breastfeeding Assessment Tool*». An Pediatr. 2022;96:286–93, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.04.012>.
4. Cabrera-Lafuente M, Alonso-Díaz C, Moral Pumarega MT, Díaz-Almirón M, Haiek LN, Maastrup R, et al. Prácticas de lactancia materna en las unidades neonatales de España. Encuesta internacional Neo-IHAN. An Pediatr. 2022;96:300–8, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.04.010>.
5. Caballero Martín S, Sánchez Gómez de Orgaz MC, Sánchez Luna M. Estudio de calidad de la pasteurización Holder de leche materna donada en una unidad de nutrición personalizada neonatal. An Pediatr. 2022;96:294–9, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpedi.2021.01.019>.