

Fuente:El diariocba.com

Fecha:23/11/10

Título:Apoyo a la lactancia materna

Link: <http://www.eldiariocba.com.ar/noticias/nota.asp?nid=31844>

Apoyo a la lactancia materna

Existen pruebas extensas sobre los beneficios que regala la lactancia materna tanto para la madre como para el bebé y para la sociedad en su conjunto. Tanto es así que en el año 2003 la Organización Mundial de la Salud recomendó Lactancia Materna Exclusiva hasta los seis meses de edad. Sin embargo se está notando en estos últimos años que muchas madres dejan de lactar aún antes de lo que ellas mismas hubiesen querido. Este hecho trae como consecuencia decepción en las madres y problemas de salud, tanto maternos como del bebé, a corto y a largo plazo. Se ha demostrado que las madres que reciben apoyo tanto profesional como no profesional, de personas entrenadas o de ambas, pueden convertirse en un apoyo fundamental para la continuidad de la lactancia materna.

Dentro de los beneficios que ofrece el amamantamiento se pueden nombrar la disminución de la mortalidad de los recién nacidos prematuros (Lucas 1990a), disminución de morbilidad infantil debida a infecciones digestivas, respiratorias y urinarias (Aniansson 1994; Cesar 1999; Howie 1990; Kramer 2001; Lucas 1990b; Marild 2004). También podemos nombrar la protección contra enfermedades en la niñez, como por ejemplo, protección contra la diabetes mellitus insulino dependiente de comienzo juvenil (Sadauskaite 2004; Virtanen 1991), aumento de la presión arterial y obesidad. Por otro lado a la lactancia materna también se la ha podido asociar con mejores rendimientos a nivel cognitivo (Anderson 1999; Fewtrell 2004).

Por lo tanto podemos decir que la lactancia materna está considerada como una gran herramienta que nos regala la naturaleza para defender a los recién nacidos. Existen algunas pruebas que asocian al amamantamiento con tasas más bajas de enfermedad en el niño menor de seis meses.

Amamantar no sólo ofrece beneficios físicos sino que también fortalece el vínculo de unión entre la madre y el niño, ayuda a la mamá a descifrar mejor lo que quiere expresar el bebé en cada llanto, aumenta el autoestima de la puérpera reduciendo o evitando la depresión post-parto (digo con esto que podemos también ayudar a fomentar el amamantamiento de los bebés adoptados).

Cuando se citan los beneficios maternos del amamantamiento no se habla de premios menores ya que ofrecer el pecho a su hijo reduce la incidencia del cáncer de mama, del cáncer de útero, del cáncer de ovario. Sabemos que éstos son los flagelos que más afectan a las mujeres y a los que más les temen. Cuando una mujer me dice que no quiere amamantar por temor a que se le caigan los pechos suelo utilizar una pregunta que por más que parezca dura está muy asociada a la realidad y es la siguiente: "¿Usted qué prefiere, tener los pechos caídos o no tenerlos?" (suele ser obvia la respuesta), "ahora cuénteme cuáles son las causas por las cuales no desea amamantar?". Tenemos que tener bien disociadas las palabras deseo y poder, ya que pueden existir muchas mamás que desean amamantar y no pueden lograrlo, ya sea por falta de apoyo, por falta de información, por falta de oportunidades, por falta de leyes que la protejan, por falta de compromiso social, etcétera; muy diferente es este hecho del no desear. Pongamos otro ejemplo para comprender mejor a lo que me refiero, ¿cómo voy a desear un chocolate si nunca lo probé o peor aún si no conozco que existe?

Sostengo que una sociedad informada y educada está preparada para tomar sus propias decisiones con un criterio amplio y acertado. Es el deber de quienes tienen este conocimiento, en el caso que nos compete, sobre los beneficios del amamantamiento, transmitirlo brindando de esta manera

herramientas y preparando al conjunto de habitantes para apoyar y fomentar la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad del niño.