

Fuente: Diario El Sol

Fecha: 21 de agosto de 2008

Título: Teta libre: cada vez más mujeres optan por la lactancia materna exclusiva

Link: http://www.elsolquilmes.com.ar/noticias.php?n_id=9890&edicion=256

Teta libre: cada vez más mujeres optan por la lactancia materna exclusiva

Según una encuesta realizada en la provincia de Buenos Aires, el 40,4 por ciento de las madres dan de mamar hasta el cuarto mes de vida

Con el objetivo de fomentar el amamantamiento, el programa de Lactancia Materna del ministerio de Salud Provincial realizará mañana a las 10 una jornada de capacitación dirigida al equipo de salud y organismos de la comunidad que apoyen a las mujeres para que den de mamar.

El encuentro se realizará en la República de los Niños de Gonnet y contará con la presencia del ministro Claudio Zin, Mónica Tesone, experta en el tema y asesora de la Liga internacional de la Leche y Gustavo Sager, director del Banco de Leche del Hospital San Martín de La Plata.

De acuerdo a una encuesta sobre lactancia materna a cargo del Ministerio de Salud Provincial el 40,4 por ciento de las mujeres bonaerenses dan de mamar en forma exclusiva hasta el cuarto mes de vida de sus hijos.

El dato, obtenido sobre 57.747 mujeres en centros de salud de 113 municipios, revela una lenta pero sostenida mejoría a través del tiempo. Es que si bien el ideal implicaría que el restante 60 por ciento más de las mujeres amamanten en forma exclusiva hasta el primer semestre -tal como lo recomienda la Organización Mundial de la Salud-, hace una década sólo el 16, 5 por ciento daba la teta sin otro alimento hasta el cuarto mes de vida.

"Hay que tener en cuenta que del total de muertes evitables en menores de cinco años, un 13 por ciento se podría prevenir si la madre le diera el pecho en forma exclusiva hasta los seis meses y junto con otros alimentos hasta los dos años de edad", explicó Antonio Morilla a cargo del subprograma de Lactancia Materna del Ministerio de Salud Provincial.

En rigor, la leche materna es combustible para el desarrollo del sistema nervioso central del bebé y de su estado inmunológico, dado que la madre traspassa a su bebé linfocitos, o células que defienden al organismo, contra gérmenes con los que ella tuvo contacto, de modo tal que esos linfocitos siguen generando anticuerpos en el niño.

Al respecto, Morilla explica que "está probado que los chicos amamantados tienen la mitad de episodios de enfermedades que aquellos que tomaron teta; de hecho los menores de cuatro meses que tomaron leche materna y no otra cosa tienen cuatro veces menos riesgo de sufrir meningitis por haemophilus influenzae".

La enumeración de los beneficios de la lactancia materna para el niño abarca un amplio abanico de ítems que va desde menor riesgo de sufrir infecciones respiratorias, otitis recurrentes, muerte súbita, diabetes y obesidad hasta una mejor comunicación entre madre e hijo.

De hecho, un informe publicado en mayo de este año en los Archivos de Psiquiatría General señalan que la lactancia materna "podría aumentar la interacción verbal entre

madre e hijo, lo que mejoraría el desarrollo cognitivo de los niños".

La necesidad de apoyo

No obstante, los expertos en lactancia, señalan que es fundamental el apoyo de la familia y del mundo del trabajo para que la madre pueda y quiera amamantar.

Hasta el momento, la legislación contempla una licencia de seis meses entre el pre y post parto, "lo ideal sería contar con siete meses pagos para no perder todos los beneficios que implica amamantar tanto para la madre como para el bebé", explica Patricia Barros Skrok, miembro del Programa Materno Infantil de la Provincia y de Ibfan, una red internacional de Grupos Pro Alimentación Infantil.

Como alternativa, la especialista señala que mientras las leyes no acompañan, los que sí pueden hacerlo son los familiares y el grupo de trabajo en el que se inserta la mujer que acaba de tener un bebé "respetando el derecho de amamantar y los tiempos indispensables para sacarse leche aún en horarios laborales", comentó Skrok.

No presionar o inquietar a la mujer que está dando el pecho es clave, porque el estrés conspira contra la lactancia. "El bebé de una mujer que está nerviosa no podrá tomar teta como se merece, porque la oxitocina, que es la hormona que permite que la leche salga del cuerpo se inhibe ante la presencia de adrenalina, vale decir: el estrés retiene la leche, con los consiguientes efectos negativos para el bebé y para la madre, que suele sufrir de nódulos y mastitis, porque si bien produce leche el niño no la puede extraer".

No obstante las bondades de dar de mamar, a buena parte de las mujeres les resulta engorroso ya sea por mitos estéticos, dolores de espalda o creencias acerca de que su leche no alimenta lo suficiente.

Por eso, los expertos recomiendan integrar grupos de apoyo, como los de la Liga de la Leche, Lacmat o Amamanta, que son organismos de la comunidad con sedes en todo el país donde las mujeres se reúnen para intercambiar inquietudes, conocer posturas cómodas, saber cuándo y cómo dar el pecho y, sobre todo, hallar la contención que muchas no encuentran en sus hogares o ámbitos laborales.

Beneficios para la madre

No tener que comprar leche de fórmula implica un ahorro de 3 mil pesos al año para una familia. Pero el beneficio de amamantar no es sólo económico para la madre: la mujer que amamanta tiene menor riesgo de cáncer de mama y de ovarios.

Este año investigadores suecos publicaron un estudio en el que probaron que la lactancia reduce en un 50 por ciento los riesgos de sufrir artritis. Además, ayuda a bajar de peso más pronto luego del parto.

Lactancia y VIH

La leche materna contiene altas concentraciones de VIH en las mujeres que conviven con el virus. Por lo tanto, se recomienda no combinar leche de fórmula con lactancia materna.

El problema es que las leches compradas suelen lesionar el aparato digestivo del bebé, de modo tal que "si luego la madre con VIH le da el pecho es más probable que el virus entre en contacto con la sangre del bebé y se contagie".

Cuando por circunstancias graves, una mujer no puede dar de mamar, la Provincia ofrece

los servicios del Banco de Leche Materna del Hospital San Martín de La Plata.
Allí las mamás que no tienen inconvenientes de salud pueden dar leche en forma cómoda o
higiénica para que sea aprovechada por otros niños.