

**Fuente : Mujeres Cubanas**

**Fecha : 13 de noviembre de 2008**

**Título : LA LACTANCIA MATERNA: FUENTE DE VIDA**

**Link : <http://www.mujeres.cubaweb.cu/actualidad.asp?art=2730>**

## **LA LACTANCIA MATERNA: FUENTE DE VIDA**

**Por [Aloyma Ravelo](#)**

Durante el primer día del congreso Nacional de Pediatría, una de las mesas redondas versó acerca de la necesidad de la lactancia materna. Diversos participantes, cubanos y extranjeros, coincidieron en la importancia de la lactancia materna hasta los seis meses, como alimento exclusivo.

Varias investigaciones que se presentaron, reconocen que no es solo la primera vacuna que recibe el niño y la niña, sino que los protege contra enfermedades respiratorias y diarreicas, además del significado emocional que tiene para el bebito, el contacto con la madre, sus caricias y protección.

Durante los debates, varias pediatras cubanas pidieron la palabra para expresar su preocupación por el hecho de que en la actualidad, un número de mujeres no desea lactar, a libre demanda, porque no conocen a ciencia cierta sus beneficios o desean incorporarse al trabajo.

Es oportuno aclarar que en Cuba la mujer, después del parto, disfruta de un año de licencia de maternidad, con todo su sueldo retribuido, para que permanezca con su hijo y le ofrezca la lactancia materna, que más que comprobado está que es la mejor leche que un niño puede consumir, por la cantidad de anticuerpos que le pasa la madre por esa vía y, además, porque crece mucho más sano y su desarrollo es mejor y más completo que otros niños y niñas que consumen leche artificial o tienen alimentación mixta.

En entrevista para Mujeres, la doctora Gudelia Brizuela, pediatra de la sala de gastroenterología del hospital infantil de Santiago de Cuba, explica que ocurre con frecuencia que las muchachas menores de 20 años, no desean lactar, y son los hijos de estas chicas quienes terminan ingresados en la sala de gastro, por problemas diarreicos. En cuando a esos niños, en cuanto se le suministra la lactancia como alimento exclusivo, su mejoría es notable.

Muchas madres ponen como pretexto que sus hijos “no se llenan” y les ofrecen otras leches artificiales y esto, de inmediato, repercute en la salud infantil. Lamentablemente,



**Dr. Velter  
Martínez,  
coordinador del  
programa de  
lactancia  
materna**

dice la especialista, solo el 27 por ciento de las mamás, continúan la lactancia, una o dos veces al día, hasta los 11 meses de vida del pequeño.

Un mensaje importante es que mientras más tiempo demos nuestra leche a los hijos, más garantizamos un desarrollo pleno, tanto físico como psíquico.

Por su parte, la doctora Eva Josefa Quintero, de Villa Clara, apasionada defensora de la importancia de lactar, refirió que esta conciencia hay que formarla en la niñez, cuando las niñas juegan a ser mamá, no ofrecerle un pomo de leche de juguete, para que se lo ofrezca a su muñeca, sino que las madres las adiestren para que coloquen la muñeca en su pecho, como si fueran a lactar. De esta forma, las pequeñas se habitan a ver la lactancia como algo natural.

Ella ha investigado que las mujeres de la ciudad, con mayor nivel cultural, lactan menos que aquellas que viven en las zonas rurales y tienen menos nivel cultural. El hecho de que una mujer con título universitario no asimile la trascendencia de la leche humana, es por falta de información y de concientización, ya que cuando se le instruye sobre esto, cuando esa mujer aprende todo lo que significa y los aportes de la lactancia, la asume al menos los primeros cuatro meses.

#### RECUPERAR EL PESO

Algunas mujeres jóvenes creen en el mito de que la lactancia deforma los senos, cuestión que realmente no es cierta porque, terminada la lactancia, los senos vuelven a su normalidad. Otro beneficio que recientemente se dio a conocer es que la lactancia acelera la pérdida de peso en la madre, después del parto.

Promover la lactancia exclusiva es una forma de ayudar también a las mujeres a prevenir el sobrepeso o la obesidad. Realmente, casi todas engordamos demasiado durante el embarazo, pues aprovechar además esta fórmula para eliminar esas libras de más, es otra gran ventaja de lactar.

#### BANCO DE LECHE HUMANA

Por su parte, el doctor Velter Martínez, coordinador del Programa Nacional de Lactancia Materna, impartió una conferencia acerca del Banco de Leche Humana que se desarrolla en el hospital pediátrico de 10 de octubre. Aún está en fase de prueba, y se abastece de las madres que viven cercanas al hospital, y de forma voluntaria, ofrecen leche para ese banco diariamente.

Esa solidaridad entre mujeres resulta algo trascendental que el doctor Martínez destacó, ya que la mayoría de las mujeres que tienen una buena producción de leche, no se niegan a facilitarles a otros recién nacidos ese alimento básico.

Esta leche recolectada, procesada y pasteurizada, se ofrece a aquellos bebés que están ingresados en la sala de terapia intensiva, son niños con madres que tienen el VIH/SIDA, están gravemente enfermas, y otros casos de esta índole.

La mesa redonda ocupó toda la mañana y hubo consenso en que es necesario fomentar campañas de sensibilización en cuanto a la leche humana, tanto en las mujeres como en los papás y el resto de la familia.

#### RECUADRO

Diversos pediatras cubanos y extranjeros hablaron con mucho rigor, a partir de investigaciones realizadas, sobre la importancia de la lactancia materna, durante los primeros seis meses de vida del bebé, como exclusiva alimentación.