

Fuente: El Universal

Fecha: 28 de abril de 2012

Título: Lactancia, un acto beneficioso para madre e hijo

Link: <http://www.eluniversal.com.co/cartagena/vida-sana/lactancia-un-acto-beneficioso-para-madre-e-hijo-74309>

# Lactancia, un acto beneficioso para madre e hijo

VIVIANA MARTÍNEZ PÉREZ, EL UNIVERSAL | Cartagena de Indias |

“Los beneficios de la lactancia son inmediatos tanto para la madre lactante como para el recién nacido. **Al instante se empieza a proteger al niño contra enfermedades y males futuros, por las propiedades de la leche**, pues son tantas que cualquier otra leche por más que intente asemejarse a la materna, no se llega a parecer. **En la madre los beneficios de lactar también se sienten muy rápido porque le ayuda a regular muchos aspectos que se desequilibran un poco después del parto**, y lo mejor es que todo vuelve a la normalidad en el menor tiempo posible”, afirmó Fabián Rueda, médico pediatra.

## Protección para el bebé

La lactancia ni causa alergia ni es mala para los niños.

“Nadie es alérgico a la leche materna, lo único que podría suceder es que la leche de vaca que tome la madre se pase a través de la materna y esta afecte al bebé, pero es muy poco común. La lactancia fortalece el vínculo madre e hijo, ayuda a desarrollar su sistema neurológico e intelectual, y la leche materna está cargada de sustancias que combaten infecciones y ayudan a prevenir alergias como el asma, infecciones respiratorias, dermatitis, y a largo plazo disminuye el riesgo de padecer diabetes tipo 1 y 2, enfermedad de Crohn, muerte súbita, cáncer infantil (leucemia), y enfermedades vasculares, entre otros males”, señaló Rueda.

Por el hecho de no usar biberón, el Pediatra expresa que lactar previene la obesidad en el niño debido a que, “permite que el bebé se autorregule y no se programe para comer más de lo que le da su estómago. El uso del biberón también aumenta el riesgo de que el niño llegue a tener otitis, debido a la alineación entre éste y la trompa de Eustaquio”.

## En mamá todo regresa a la normalidad

Se ha hablado mucho de los beneficios que tiene la lactancia en los bebés, y un poco menos de los que tiene para la madre.

Lactar no es un acto egoísta, pues la madre también lleva su lado provechoso.

“Lactar le ayuda a la madre a regresar más rápido a su peso normal, mejora la contracción y disminuye el sangrado, demora más el ciclo menstrual (anticonceptivo), evita el cáncer de seno y de ovario, disminuye la posibilidad de padecer diabetes y depresión post parto, mejora la densidad ósea previniendo la fractura de cadera, aumenta la autoestima sobre el papel de madre, ahorra tiempo y dinero”, explicó el Médico Pediatra.