



Veículo: El deber

Data: 30/07/2014

Título: Lactancia, crea vínculos con tu bebé desde su primer día de vida

Link: <http://www.eldeber.com.bo/nota.php?id=140729213947>

La forma en que te mira o cómo te agarra el dedo mientras amamanta te da idea de que estás creando vínculos afectivos con tu hijo desde sus primeras horas de vida.

En honor a la Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra la primera semana de agosto, hoy te contamos cuáles son los vínculos afectivos y sicológicos que se crean durante este periodo madre-hijo.

También te explicamos las dudas que podás tener respecto de la parte de salud y nutrición que este hermoso acto de amor conlleva, desvirtuando cualquier mito que tengás.

El primer contacto íntimo

Para los expertos, la lactancia es un aspecto fundamental en el desarrollo biosicosocial de un niño porque representa el primer contacto íntimo, de comunicación, confianza, seguridad con su primer amor, la madre.

Es el único modo de contacto del bebé con su madre, ya que a la vez el niño puede percibir la voz, el olor, los latidos, de igual modo que en el vientre. “En pocas palabras, el niño se comunica con el pecho materno y es vital para la conformación de su seguridad afectiva presente y futura, de una personalidad estable y segura”, explica la sicóloga familiar Ingrid Saavedra.

Su colega Fanny Parrado asegura que la lactancia brinda seguridad emocional, fortalece la autoestima, crea vínculos de unión, amor, cariño y protección entre la madre y el bebé.

Ambas coinciden que a través del amamantamiento el bebé recibe estimulación táctil, visual, olfativa, gustativa y oral, ya que la madre al amamantar interactúa con caricias, palabras suaves y dulces, en la mirada intercambian afectos, lo que hace que el bebe desarrolle confianza y seguridad en sí mismo.

“Cuando los primeros vínculos son fuertes y seguros, la persona es capaz de establecer un buen ajuste social, por el contrario la separación emocional con la madre, la ausencia de afecto y cuidado puede provocar en el hijo una personalidad poco afectiva o desinterés social”, explica Saavedra.

Evitá los vínculos negativos

Según indican investigaciones sicológicas, la baja autoestima, la vulnerabilidad al estrés y los problemas en las relaciones sociales están asociados con vínculos poco sólidos.

“Si por razones ajenas a su voluntad, como alguna complicación física en ella o en el bebé, intolerancia a la lactosa, o si es adoptado y la madre no puede darle el pecho, es importante que la madre le dé el biberón en los brazos, hablándole, mirándolo, acariciándolo, el contacto físico es muy importante”, recomienda Parrado.

La especialista comenta que a través de investigaciones en conductas adictivas, como trastornos alimenticios, obesidad, adicciones al alcohol y al cigarro, se pudo constatar en un alto porcentaje que en personas que padecen de estos trastornos el destete ha sido muy precoz o definitivamente no hubo amamantamiento.

“Esto ocasionado por mucha ansiedad, nerviosismo o rechazo de la madre, lo que en lo posterior genera una relación distante, ansiosa o conflictiva con la mamá y ver frente a estas circunstancias hay mayor predisposición a desarrollar adicciones ante la ausencia de satisfacción de la etapa oral por la que pasa todo ser humano”, dice.

La nutrición del bebé

El neonatólogo Ricardo Carazas, que divide su tiempo entre la Unidad de Terapia Intensiva del Hospital Municipal de la Mujer Percy Boland y la clínica Foianini, es tajante al decir que la lactancia materna es importante para el desarrollo neonatal.

Recuerda que entre la década de los 50 y 60 se introdujeron al mercado las leches maternizadas, que por un tiempo fue bien vista, sobre todo por las mujeres que iniciaron su etapa laboral y no tenían el tiempo suficiente para amamantar a sus hijos.

“Luego comenzó esta idea porque se dieron cuenta de que realmente la leche materna tenía muchos beneficios sobre la leche maternizada, desde el inicio precoz de la primera leche que es el calostro”, cuenta Carazas.

El especialista explica que durante los primeros nueve a diez días de lactancia existen tres tipos de leches que van surgiendo mediante el amamantamiento del bebé. Primero está el calostro, luego lo que ellos llaman la segunda leche y finalmente la que tomará el bebé hasta que finalice esta etapa. “Todas son importantes, el calostro, que emana los primeros tres días, es muy rico en inmunoglobulina, que sirve como defensas”, aclara.

Adiós a los mitos

Carazas cuenta que entre las consultas más comunes que las mujeres le realizan está la de los alimentos que deben comer mientras amamantan.

“Yo les digo que sí, porque no hay evidencia de que moléculas grandes de alimentación pasen a través de la leche materna. Si come picante de pollo y no le hace mal, le digo que lo coma, pero si me dice que le encanta comer sandía y le hace daño, que no la coma”, cuenta.

Otro mito que descarta es sobre la idea de que si una mujer ve algo feo o va a un velorio no debe dar de lactar. “Es falso, no pasa nada, indudablemente emociones fuertes maternas pueden producir la liberación de algunas sustancias químicas que podrían llegar a la leche materna, pero en general no hay ninguna contraindicación”.

Sobre las madres que fuman en esta etapa, señala que los estudios demuestran que la mayor cantidad de muertes súbitas ha sido ocasionada por esto.

No existe el “no tuve leche”

Queda demostrado que al tener glándulas mamarias y un sistema hormonal íntegro, toda mujer puede dar de amamantar sin ningún problema.

“El concepto de que yo no tuve leche es un concepto que no existe, porque Dios le ha dado a la mujer glándulas mamarias para que les den el pecho a sus hijos”, explica Carazas.

Incluso las madres que han pasado por una cesárea no tienen ninguna contraindicación para dar de amamantar.

Solo es cuestión de técnica y tiempo. Al principio ocasionará algunas incomodidades y tenés que ser consciente que al decidir ser madre, esto lleva cambios en tu vida. Tené en cuenta que la lactancia no es una tortura, sino tu primer contacto, solo tuyo, con tu bebé