

Fuente:La Opinión de Rafaela

Fecha: 05 de agosto de 2009

Título: Lactancia fortalece el vínculo natural y vital más importante

Link: <http://www.laopinion-rafaela.com.ar/opinion/2009/08/05/c980545.php>

Lactancia fortalece el vínculo natural y vital más importante

"La lactancia forma parte integrante del proceso reproductivo y es la forma ideal y natural de alimentar al lactante. Constituye una base biológica y psicológica única para el desarrollo del niño". Así comienza la declaración sobre la lactancia materna de la Organización Mundial de la Salud y de Unicef, que se expresó en 1979.

En el fomento de esta acción que une como ningún otro vínculo a la madre con su hijo, recae en la conciencia de sociedades que pretendan avanzar en el crecimiento de sus expectativas, valorando la salud, la educación, así como la evolución natural.

El amamantamiento es la mejor alimentación para el recién nacido y la nutrición exclusiva hasta los seis meses, prolongándose la importancia hasta el primer año de vida, sin embargo, en los países en vías de desarrollo, la OMS recomienda la lactancia hasta los dos años. De esta manera se reduce la morbimortalidad infantil y las enfermedades infecciosas; aporta óptima nutrición favoreciendo crecimiento y desarrollo; beneficia la salud materna; contribuye a la relación psicoafectiva madre-hijo; colabora en forma efectiva con el espaciamiento de los embarazos, disminuyendo la fertilidad y ahorrando recursos.

El niño está fisiológicamente adaptado para mamar y quienes no le otorgan esta ventaja a sus hijos los dejan carentes de elementos bioactivos de la leche humana, por más que la ingesta sea con fórmulas maternizadas de leche de vaca.

BENEFICIOS NATURALES

La lactancia materna cuenta entre sus beneficios a la nutrición óptima, porque ningún sustituto tiene igual aporte nutritivo en calidad, cantidad y proporciones de sus componentes con la misma biodisponibilidad para el crecimiento y desarrollo, con menor riesgo de desnutrición infantil. Previene la anemia y las microhemorragias intestinales, observables con la leche vacuna, además de que no puede diluirse y es siempre fresca. Protege la salud del niño, con menor riesgo de mortalidad por infecciones y menor incidencia y severidad de ellas, especialmente la diarrea por mala higiene del biberón. Es menor la incidencia de: infecciones respiratorias, alergias, diabetes juvenil, linfomas. Protege la salud materna con la adecuada retracción uterina disminuyendo la metrorragia. Mejora la eficiencia metabólica con óptima utilización de nutrientes. Menor riesgo de cáncer ovárico y mamario con largos amamantamientos. Mejora la relación madre-hijo por el vínculo generado a través de mayor afecto y cariño, además de favorecer el desarrollo psicosocial del niño por contacto piel a piel con su madre al mamar. Evitar la compra de leche vacuna procesada y especialmente las fórmulas lácteas

maternizadas ahorra recursos y se debe tener en cuenta que alimentar de manera adecuada a la madre que lacta, para una mejor producción de leche, es más económico que alimentar artificialmente al lactante.