

Fuente: El Día de Ciudad Real

Fecha: 26 de octubre de 2010

Título: El valor del oro blanco

Link: <http://www.eldiadeciudadreal.com/noticia.php/22848>

LACTANCIA MATERNA -

El valor del oro blanco

15-NOVIEMBRE-2010. CIUDAD REAL



Asegura que las diferencias que existen entre dar el biberón o el pecho son tantas como “ser de noche o de día”, de ahí que se decante con total rotundidad por la lactancia materna como mejor opción para alimentar a un niño.

Teresa Molina es la coordinadora del grupo Oro Blanco de Ciudad Real. Un grupo de madres, creado hace año y medio en la capital, que sentía la necesidad de tener un espacio donde poder hablar y compartir las dificultades que ha tenido durante la lactancia. Un espacio donde encontrar respuesta a las dudas existentes, pero también un lugar en el que recibir información “veraz” sobre la lactancia materna.

“El grupo Oro Blanco se creó primero en Manzanares hace ahora unos seis años fruto de la inquietud de una mamá que tuvo gemelos y que encontró bastantes dificultades durante la lactancia. Luego, surgió en Ciudad Real y el pasado mes de mayo en Puertollano”, comenta Molina, quien señala que actualmente unas 25 mujeres voluntarias están implicadas a nivel provincial en los tres grupos creados.

En el caso del grupo de Ciudad Real, apunta Teresa Molina, “fuimos cinco madres las que impulsamos su creación” con el fin de tener toda la información necesaria para tomar las decisiones de sus hijos, pero también la suya propia. Y es que, como explica la

coordinadora, la lactancia materna no es algo que atañe sólo a los niños, si no que también afecta a la salud de las madres.

Actualmente, las integrantes del grupo Oro Blanco de Ciudad Real se reúnen el tercer miércoles de mes para conocer de primera mano las ventajas que ofrece la lactancia materna.

Un regalo para toda la vida

Para las madres que integran este grupo de apoyo, la leche materna es “un regalo para toda la vida”. Un regalo que, según Molina, es siempre la mejor opción para el niño, aunque no siempre lo sea para las madres.

Prueba de ello es que son muchas las ventajas que ofrece la leche materna frente a la maternizada. Y es que no sólo protege al bebé durante los primeros meses de vida frente a catarros, bronquiolitis, neumonía, diarreas, otitis o meningitis, si no también de enfermedades futuras como el asma, la alergia, la obesidad, la diabetes o la enfermedad de Chron, favoreciendo también en la edad adulta el desarrollo intelectual.

Pero los beneficios de la lactancia materna también se extienden a la madre. Así, las mujeres que amamantan pierden, más rápidamente, el peso ganado durante el embarazo y es más difícil que padezcan anemia tras el parto o que tengan una hemorragia. De igual forma, poseen menos riesgo de hipertensión y de depresión postparto. Además, los cánceres de ovario y mama son menos frecuentes en aquellas mujeres que dan el pecho, lo mismo que reducen las posibilidades de sufrir osteoporosis.

“Sin lugar a dudas, el calostro es un líquido maravilloso, muy denso que, en muy poca cantidad, ayuda al bebé. Es la primera vacuna, mucho mejor que toda esa batería de vacunas que le ponemos a los niños y que ayuda a eliminar el meconio de éstos, pero también a prevenirles de muchas enfermedades”, matiza Molina, quien reconoce que todavía no se ha encontrado una vacuna tan buena como ésta. Además, el vínculo afectivo que se establece entre la madre y el bebé amamantado es tal que la experiencia que se crea entre ambos es “muy especial, singular e intensa”.

Pero la lactancia materna no sólo es ideal para el niño, sino que desde otro punto de vista, es un alimento ecológico, ya que no necesita fabricarse, envasarse o transportarse, así como económico para la familia, pues puede llegar a ahorrar a ésta cerca de 600 euros en alimentación en un año.

Los grandes Mitos

Teresa Molina además de coordinadora del grupo Oro Blanco de Ciudad Real es madre de Eva. Una niña de 26 meses a la que hoy día sigue dando el pecho. Y eso, pese a los grandes mitos que todavía rondan en la sociedad actual. Mitos que, según Molina, también continúan presentes en el servicio de salud. No obstante, reconoce que las dificultades que antes se encontraban las madres que iban a la consulta médica con su hijo son cada vez menor, es gracias al esfuerzo que los profesionales sanitarios están haciendo por formarse.

“Somos las hijas del biberón. En los 70 hubo un boom del biberón y nuestras madres, en lugar de darnos el pecho, optaron por esta práctica, de ahí que se haya roto esa cadena de sabiduría femenina que se transmitía de madres a hijas”, puntualiza la coordinadora del grupo, quien lamenta que muchas veces las madres no entiendan “ese empeño de darles el pecho a nuestros hijos”.

A ello se suma también los grandes mitos que siguen existiendo en torno a la lactancia materna. Y es que Molina no entiende como puede decirse que los niños de biberón se crían igual que los de pecho, que la mujer que da el biberón está más liberada que la que da de mamar o que la leche se acaba.

“Hay muchísimos mitos que siguen oyéndose, incluso en las consultas de pediatría, y desde luego, es algo muy triste”, matiza la coordinadora, quien reconoce que en otras ocasiones el entorno familiar tampoco entiende por qué “lo hacemos”.

Cuando el niño es pequeño, con unos tres meses, explica Molina, la familia y la gente con la que hablas entiende que le des el pecho, pero a medida que éste va creciendo y haciéndose mayor, “no lo comprenden”.

Es por ello que para la coordinadora del grupo Oro Blanco es muy importante que las madres estén documentadas y que reciban información “veraz”, ya que cuando una madre sabe que lo mejor que puede ofrecerle a su hijo es el pecho, “no haces caso a lo que dice ni tu madre, ni tu suegra”.

“La verdad es que es importante poder encontrarte con otras madres que ya han pasado por eso en un momento de dificultad, pero también con otras que están en las mismas circunstancias, ya que así puedes hablar con ellas y darte cuenta que la angustia que te invade cuando acabas de tener un hijo o darle el pecho es la misma”, asevera Molina, quien reconoce que son muchos los miedos y las dudas que asaltan a las madres.

La realidad de la lactancia

Actualmente, la realidad de la madre que ofrece el pecho a su hijo ha cambiado mucho con respecto a hace unos años. Si antes eran las madres con menos posibilidades económicas las que daban de mamar a su hijo, ahora son las de una clase social media-alta, esto es, profesionales liberales, médicos, personal sanitario o abogados los que se decantan por esta práctica.

“Eso de sacarte la teta en cualquier lado como las gitanas, se ha acabado. Prueba de ello es que quizás hoy, las mujeres con mayores dificultades económicas son las que están abandonando la lactancia materna. Hoy en día, la mayoría de la población gitana o muchas de las jóvenes que tienen un hijo no dan el pecho”, asegura la coordinadora del grupo, quien lamenta que la baja maternal en España sea actualmente de tan sólo 16 semanas, lo que a su juicio hace bastante complicado seguir las recomendaciones de la Asociación Española de Pediatría y de la Organización Mundial de la Salud de dar el pecho hasta los seis meses.

En este sentido, apunta Molina, la población que más recomendable sería que diese el pecho no lo está haciendo, ya que “ahora lo moderno es dar el biberón”.

Para la coordinadora del grupo Oro Blanco de Ciudad Real la connotación que existía en los años 70 de que la mamá moderna era la que daba el biberón y la que ofrecía el pecho no tenía formación está llegando ahora a la población gitana.

Es por ello que desde el grupo de apoyo a la lactancia materna se hace un llamamiento a todas las madres para que descubran los beneficios que reporta un líquido tan valioso como el oro blanco.