

Fuente: La voz de Utrera

Fecha: 17 de febrero de 2009

Título: Lactancia Materna: El inicio de una buena salud

Link: <http://www.lavozdeutrera.com/wp/?p=4880>

Lactancia Materna: El inicio de una buena salud

Mar, Feb 17, 2009

Andrés Amarillo, Colaboradores



Se diga lo que se diga, la lactancia materna sigue siendo, ha sido y será, el mejor alimento en los inicios de la vida de un bebé.

La ciencia y la medicina avanza a pasos agigantados, y la lactancia artificial o fórmulas adaptadas, como también se llama, es ya muy semejante a la leche materna, pero hay algo que está muy lejos de alcanzar, por no decir nunca, y es el darle en su contenido, en su calidad y en sus factores inmunitarios o defensivos, el punto idóneo en cada momento para el bebé.

Las razones por la que últimamente la lactancia materna se está abandonando pueden ser muchas, motivos laborales, de estética, desgana,... pero a veces es un motivo de poca paciencia o de seguir malos y equivocados consejos de personas allegadas, y me explico. En las primeras semanas de vida el lactante llora por distintos motivos, uno de ellos puede ser por hambre, pero otro, y quizás más frecuente que el anterior, puede ser por gases (cólico del lactante).

La madre cree que el bebé llora porque tiene hambre, le da de comer entonces más a menudo, antes de las 3 horas, cuando el estómago no está aun vacío de la toma anterior, y acumula más gases.

Porque es cierto, el niño se calla al tomar alimento, pero también los gases se pueden aliviar así.

Siempre tiene que tener un punto de referencia, y ese es el peso semanal y su aumento, que debe estar en torno a los 200 gramos, hasta los 3 meses aproximadamente.

Si el lactante en las primeras 2 semanas no ha puesto ese peso, y su “colchón” de peso de nacimiento es óptimo, esperemos una semana más, antes de iniciar una ayuda de leche artificial, o pasarle totalmente a la misma.

Debe ser su pediatra quien tome esa decisión de continuar con lactancia materna exclusivamente, pasar a lactancia mixta o a fórmula artificial en su totalidad.

No debe ser nunca decisión de la madre, de la abuela, o de la vecina, por poner unos ejemplos.

Así pues, en los primeros meses de vida del bebé, utilice, si puede, lactancia materna como alimentación fundamental para la salud del niñ@, controle el peso semanal, que debe estar en torno a los 200 gramos como mínimo, si no consúltelo con su pediatra o puericultor.

El iniciar una lactancia artificial, o fórmula adaptada, por su cuenta, tendrá en otros riesgos disminuir las defensas de su hijo, y sobre todo disminuir su calidad de vida.