

## De la teoría a la práctica, bases para el amamantamiento exitoso

**Imparte: Psic. Ernestina Edith Nava Bustos**

La leche humana es una mezcla de sustancias activas y vivas que no se puede imitar. Sus componentes tienen simultáneamente diferentes roles: nutricios, inmunológicos, metabólicos y biológicos. La cantidad y características de sus compuestos como proteínas, nucleótidos y aminoácidos, lípidos poli insaturados de cadena larga, hidratos de carbono y otras moléculas son el *Estándar de Oro* para la nutrición de los lactantes.

La lactancia materna brinda beneficios a corto y a largo plazo, tanto al niño como a la madre, entre los que destacan la protección del niño ante una variedad de problemas agudos y crónicos. Los beneficios y las ventajas de lactancia materna cobran cada vez más relevancia debido a la gran cantidad de evidencia científica que las respalda.

Sin embargo existen muchas barreras que impiden que ésta se lleve a cabo de acuerdo a lo que actualmente sabemos. El conflicto de intereses entre la industria, los proveedores de salud y el sector público, entre otros, así como la falta de conocimiento y capacitación sobre el tema por parte de los profesionales de la salud y de la sociedad en general han fomentado creencias culturales y prácticas sociales erróneas que dificultan que las madres puedan amamantar a sus hijos.

Ayudar a las madres a identificar las claves para amamantar enseñándoles los “aspectos técnicos del amamantamiento” es fundamental para apoyarlas a iniciar la lactancia, pero igual de importante es recordar que este es un proceso dinámico que sobrepasa los aspectos técnicos, mamá y bebé se adentraran en una relación íntima e intensa en la que los deseos, la información y las redes de apoyo familiar y social tienen una gran influencia.

Fortalecer la confianza de las madres en su capacidad de amamantar es fundamental para que puedan lograr una lactancia plena y satisfactoria.

### Fuentes recomendadas:

#### Páginas de Internet:

- ❖ <http://www.e-lactancia.org/>
- ❖ <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272435/WHO-RHR-18.12-spa.pdf?ua=1>
- ❖ <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/bfhi-implementation/en/>

#### Videos en Línea:

- ❖ <https://globalhealthmedia.org/videos/videos-spanish/>

#### Guías de Práctica Clínica:

- ❖ Guía de Práctica Clínica Intervenciones de Enfermería para la Promoción de la Lactancia Materna. <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/GPC-SS-823-18/RR.pdf>
- ❖ GPC: Lactancia Materna: Madre con Enfermedad Tratada con Medicamentos. [http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/IMSS\\_637\\_13\\_LACTANCIAMATERNA/637GRR.pdf](http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/IMSS_637_13_LACTANCIAMATERNA/637GRR.pdf)
- ❖ GPC Vigilancia y Atención Amigable del Trabajo de Parto en Embarazo de Bajo Riesgo. <https://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?p=1479>