

## Mitos, beneficios y situación de la lactancia materna en México

Imparte: Dr. Mario Salvador Caba Vinagre

Existen diversos mitos que afectan el establecimiento y desarrollo correcto de la lactancia. Uno de los más importantes es “no me bajó la leche”. Inmediato al parto, el bebé se debe colocar en contacto piel con piel con su madre para estimular la secreción del calostro que son unos pocos mililitros suficientes para el tamaño del estómago del bebé recién nacido, que es del tamaño de una cereza aproximadamente.

Esta cantidad es suficiente para suplir las necesidades del bebé, particularmente las relacionadas con su sistema inmunológico. Desafortunadamente, la madre percibe que no tiene suficiente leche, el bebé pierde peso y generalmente no se le explica que esto es normal y que debe de ponerse el bebé a succionar frecuentemente para una mayor estimulación y así el proceso se desarrolle para que el neonato succione calostro y posteriormente leche de transición y leche madura. La falta de educación en lactancia y de cumplimiento del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna, está en el centro de esta problemática que resulta en que en el propio centro hospitalario se le proporcione inclusive “gratis” muestras de fórmulas lácteas. En ese momento se ha conseguido un nuevo consumidor potencial de sucedáneos de leche. En esta sección, se analizan este y otros mitos de la lactancia, así como sus beneficios y las graves consecuencias para la salud a corto y largo, como riesgo de sobrepeso, obesidad y diabetes, de utilizar otras formas de alimentación durante los primeros 6 meses de vida, con fundamento en literatura científica. Específicamente se analiza también la situación de los índices de lactancia materna en México y las causas de dicha situación.

### Lecturas recomendadas:

- Crossland, D. S., Richmond, S., Hudson, M., Smith, K., & Abu-Harb, M. (2008). Weight change in the term baby in the first 2 weeks of life. *Acta Paediatrica, International Journal of Paediatrics*, 97(4), 425–429. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2008.00685.x>
- Qiao, J., Dai, L. J., Zhang, Q., & Ouyang, Y. Q. (2020). A meta-analysis of the association between breastfeeding and early childhood obesity. *Journal of Pediatric Nursing*, 53, 57–66. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2020.04.024>
- Secretaría de Salud Pública. (2018). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. *Ensanut*, 1, 47. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Teresita Gonzales de Cosio, S. H. C. (2013). Lactancia Materna En México. In *Secretaria de Salud Pública*. <https://www.insp.mx/avisos/3367-lactancia-materna-mexico.html>
- Widström, A. M., Brimdyr, K., Svensson, K., Cadwell, K., & Nissen, E. (2019). Skin-to-skin contact the first hour after birth, underlying implications and clinical practice. *Acta Paediatrica, International Journal of Paediatrics*, 108(7), 1192–1204. <https://doi.org/10.1111/apa.14754>