

Advierten en la Sociedad Argentina de Pediatría
en el marco de la Semana Mundial de la Lactancia
**Menos de 4 de cada 10 menores de 6 meses
reciben lactancia materna exclusiva¹**

- Desde la Sociedad Argentina de Pediatría recomiendan la lactancia materna como fuente de alimentación exclusiva hasta los 6 meses y luego complementada con otros alimentos hasta los 2 años de vida.
- Trae beneficios en la salud del niño y de la madre, implica un ahorro económico y promueve a largo plazo un mejor desempeño académico y laboral².
- Se podrían salvar 820 mil vidas por año en el mundo si se aumentara la lactancia materna³.

Buenos Aires, 31 de Julio de 2018– En el marco de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra del 1 al 7 de agosto, los especialistas de la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) destacaron el rol central del amamantamiento, que brinda múltiples beneficios para la salud del bebé y de la mamá. Sin embargo, advirtieron, en Argentina menos de 4 de cada 10 (35%)¹ de los menores de 6 meses recibe leche materna como fuente de alimentación exclusiva, relación que se da también en la gran mayoría de los países de medianos y bajos ingresos.

Se estima que unas 820 mil vidas podrían ser salvadas por año a nivel mundial si se aumentara la lactancia materna³, de las cuales el 87% corresponde a recién nacidos y menores a 6 meses. Entre los beneficios de la lactancia se incluye la disminución de un 36% de la muerte súbita y de un 58% de infecciones del tracto intestinal como diarreas, generalmente causadas por virus, bacterias, parásitos u hongos, y que puede ser muy grave, sobre todo en recién nacidos prematuros. La leche materna genera un efecto protector contra esta enfermedad y contra la neumonía.

La Sociedad Argentina de Pediatría, en línea con las directrices a nivel internacional de la Organización Mundial de la Salud (OMS), recomienda que la lactancia materna sea la vía de nutrición exclusiva hasta los 6 meses de edad, y que luego continúe hasta los 2 años, mientras se van incorporando progresivamente otros alimentos.

En cuanto a la salud de las madres, dar de mamar disminuye el riesgo de padecer cáncer de mama y ovario. Se estima que en el mundo gracias a la lactancia se evitan casi 20 mil muertes

¹ Ministerio de Salud de la Nación. <http://www.msal.gob.ar/images/stories/ryc/graficos/0000001135cnt-lactancia-materna-argentina-2015.pdf>

² Breastfeeding and neurodevelopmental outcomes. Horta, BL; de Sousa, BA; de Mola, CL
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29389723>

³ Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. Lancet. 2016 Jan 30;387(10017):475-90. doi: 10.1016/S0140-6736(15)01024-7. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26869575>

anuales por cáncer de mama y esta cifra podría duplicarse si se mejorasen las prácticas de amamantamiento. Además, se reduciría el riesgo de diabetes tipo 2 y de depresión post parto.

El **Dr. Luis Azula**, médico pediatra y miembro de la Subcomisión de Lactancia de la SAP, subrayó que “otros efectos positivos radican en que la leche humana contiene algunas bacterias y oligosacáridos que contribuyen a establecer una microbiota o flora intestinal saludable, que protege el intestino del bebé, favorece la absorción de nutrientes y previene enfermedades, como alergias o infecciones que pueden afectarlo”.

El impacto económico de la lactancia reside fundamentalmente en que está disponible siempre sin representar una carga al presupuesto de la familia. Proporciona nutrientes de alta calidad, ayudando a prevenir el hambre, el sobrepeso y la obesidad, y representa seguridad alimentaria para la niñez. Mejora la salud y el bienestar de los lactantes y sus madres a corto y a largo plazo, es además una fuente de nutrición sostenible. Además la leche materna es un alimento natural y renovable, ambientalmente seguro, no contaminante y que no deja residuos.

En opinión de la **Dra. Silvia García**, médica neonatóloga, presidente de la Subcomisión de Lactancia de la Sociedad Argentina de Pediatría, “el amamantamiento es una herramienta sanitaria que contribuye a disminuir la morbimortalidad infantil. Genera beneficios sustanciales tanto para los niños como para sus madres y es importante considerar que este impacto se da tanto en países de altos ingresos como de ingresos bajos. Además de fortalecer el vínculo madre-hijo, se asocia a una reducción del riesgo de desarrollar sobrepeso, obesidad y diabetes tipo 2, y aumenta el coeficiente intelectual, lo que a su vez se traduce en un mejor desempeño académico² y en mayores ingresos y mayor productividad a largo plazo”.

“Todas las leches de fórmulas buscan replicar los componentes de la leche humana, que es el mejor alimento: nos mantuvo vivos durante toda la historia de nuestra especie. Por otra parte, se trata de un vehículo para unir aún más a la madre con el hijo, fortaleciendo el vínculo afectivo; este es un elemento insustituible”, amplió el **Dr. Héctor Pediccino**, médico pediatra y neonatólogo, miembro de la Subcomisión de Lactancia de la SAP y Presidente de la filial de la provincia de Córdoba de la Sociedad Argentina de Pediatría.

Otro de los beneficios de la lactancia materna es que reduce el ausentismo laboral⁴. Como los niños se encuentran más protegidos contra agentes patógenos, se enferman menos, y así las madres tienen menor necesidad de faltar al trabajo. Las mujeres deben contar con políticas laborales para que puedan compatibilizar su vida productiva y reproductiva y ser apoyadas por sus empleadores para combinar la lactancia con su empleo, contando con licencias por maternidad, jornadas laborales reducidas y espacios amigos de la lactancia en sus áreas de trabajo. También deben ser apoyadas por la comunidad y sus familias contando con espacios

⁴ Ministerio de Salud de la Nación http://www.msal.gov.ar/plan-reduccion-mortalidad/boletin/2017-08_b06/noti5.php

para el cuidado infantil. Los empleos dignos atienden debidamente las situaciones de las mujeres que amamantan.

Las madres que trabajan o estudian deben saber que Argentina cuenta con leyes de protección a la alimentación natural, que en la mayoría de los territorios les proporcionan 90 días de licencia para que durante ese período estén con sus bebés, brindándoles la mejor opción nutricional, que es la leche que producen.

Además, en este marco, hasta el año o incluso los dos años, las madres tienen como derecho la 'hora de lactancia' por jornada laboral o educativa, que les permite ingresar una hora después o retirarse una hora antes de su horario normal mientras dure la lactancia.

Por otra parte, la OMS y el Ministerio de Salud de la Nación promueven los espacios amigables de lactancia materna en áreas de trabajo o estudio, para que la madre pueda extraerse leche y refrigerarla.

Este año, en el marco de la Semana Mundial de la Lactancia, la SAP a través de la Subcomisión de Lactancia, adhiere a esta iniciativa y lo hace extensivo a sus 44 Filiales en toda la Argentina quienes reforzarán los beneficios de la lactancia materna a través de diversas actividades.

En ocasiones, las mamás desconocen cuál es la mejor manera de amamantar a sus hijos. Al respecto, el **Dr. Azula**, recomendó que "la alimentación recomendada es a libre demanda, sobre todo en las primeras etapas. Es decir, cuando el hijo solicita el pecho, dárselo, sin importar qué hora sea ni hace cuánto tiempo comió. Esto hará que las glándulas mamarias funcionen como una fábrica: a mayor demanda del bebé, mayor producción. Así, se establece una provisión adecuada de leche para su normal crecimiento".