



Ante las nuevas cifras de pobreza infantil

Destacan el rol de la lactancia materna como el alimento más completo para la salud y el crecimiento del infante

- *Es el mejor alimento para los niños, no genera residuos y no tienen ningún costo. En el contexto de 40,9% de pobreza que atraviesa el país, cifra que asciende a 56,3% en los menores de 14 años,¹ sin dudas debe ser un aliado fundamental de las familias en términos de salud, economía y cuidado del medioambiente para garantizar la seguridad alimentaria de los más pequeños.*
- *Brinda todos los nutrientes que necesitan los niños, entre los cuales se encuentran agua, proteínas, azúcares, grasas, vitaminas, minerales, hormonas, nucleótidos y enzimas.²*
- *Desde la Sociedad Argentina de Pediatría, remarcaron la indicación de que los bebés de hasta 6 meses reciban exclusivamente leche materna y luego, de manera complementaria, hasta al menos los dos años de vida.*

Buenos Aires, 26 de octubre de 2020 – La lactancia materna es el mejor alimento que existe para los niños: brinda todos los nutrientes que necesitan. A la luz de la nueva información que revela que en Argentina el 40,9% de la población está bajo la línea de pobreza, cifra que asciende a 56,3% en los menores de 14 años,¹ desde la Sociedad Argentina de Pediatría destacaron además el beneficio económico que implica una alimentación sobre la base de lactancia materna.

Sin lugar a dudas, poder brindarle a un hijo todos los nutrientes que requiere es una preocupación de todos los padres y madres y, en este contexto socioeconómico, para muchas familias se convierte en un desafío. En este sentido, la lactancia materna, además de tener numerosos beneficios para los niños -muchos de los cuales aún se siguen descubriendo-, no implica ningún costo. Los especialistas de la SAP, en línea con la recomendación de la Organización Mundial de la Salud, instan a que ésta sea la alimentación exclusiva hasta los 6 meses de vida y que, luego, se complemente con otros alimentos, según la edad, hasta al menos los dos años.

“La lactancia materna es única en términos de seguridad alimentaria. Este concepto implica que todos los individuos tengan acceso a una adecuada alimentación, tanto en cantidad como en calidad, que además es accesible, aceptable, apropiada, obtenible de los recursos locales y sobre una base continua y sostenible; la lactancia materna ofrece absoluta equidad para la alimentación de los lactantes en un momento fundamental para su neurodesarrollo”, destacó la **Dra. Adriana**

¹ INDEC. Incidencia de la Pobreza y la Indigencia. Sep'20. https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/eph_pobreza_01_200703093514.pdf

² <http://www.unicef.cl/lactancia/docs/mod01/Mod%20beneficios%20manual.pdf>

Fernández, médica pediatra, especialista en nutrición infantil, miembro del Comité de Nutrición de la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP).

Casi todos los niños comienzan recibiendo leche materna (96%), aunque sólo el 68% lo inicia en la primera hora, un detalle no menor, ya que está demostrado que el acceso temprano del bebé a la lactancia materna disminuye el riesgo de infecciones.³ El porcentaje que alcanza el sexto mes con lactancia exclusiva continúa siendo bajo en nuestro país: es del 43,7% según la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud, llevada adelante por el Ministerio de Salud de la Nación.⁴

Ante la pregunta realizada en dicho relevamiento sobre los motivos de no amamantar, las principales respuestas fueron: “nunca pudo prenderse al pecho” (47,5%), “nunca tuve leche” (28,9%) y “me lo indicó el médico por un problema de salud mío” (11,2%). Aquellas madres que abandonaron la lactancia respondieron: “me quedé sin leche”, “el/la niño/a dejó solo/a” y “el/la niño/a se quedaba con hambre”.⁴ Todas estas razones podrían haberse revertido en su momento con un adecuado asesoramiento y soporte a la mamá que amamanta, salvo aquellos casos en los que la mamá no pueda amamantar por alguna enfermedad propia, pero son situaciones absolutamente excepcionales.

“El éxito de la lactancia materna no es responsabilidad exclusiva de la madre, sino que participan diversos actores: familiares, sociales, el sistema de salud y la educación, entre otros. Para incentivarla, podemos educar en todos los niveles, fomentar actitudes sociales positivas (en la familia, en la comunidad), apoyar con políticas que la protejan en todos los ámbitos, sobre todo en los laborales para la mujer, regular la industria de substitutos de la leche materna, monitorear las intervenciones que se llevan a cabo para fomentar la lactancia y trabajar sobre los resultados obtenidos” aseguró la **Dra. María Luisa Ageitos**, médica pediatra y expresidenta de la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP).

Algo que se ha descubierto recientemente es que la leche materna es única para cada bebé. Se la ha mencionado como ‘el máximo medicamento personalizado’. Existe una interacción materno-infantil durante el amamantamiento definida como un “diálogo biológico”, en el cual el lactante transmite información a la madre sobre sus necesidades y esta responde alterando la cantidad y la composición de la leche.

En la composición de la leche materna se han identificado numerosos nutrientes, como proteínas, hidratos de carbono, grasas, múltiples tipos de vitaminas y minerales, agua y otras sustancias como hormonas, nucleótidos y enzimas. De todas formas, se cree que contiene muchos otros componentes que aún no han podido identificarse.²

Adicionalmente, la lactancia materna ofrece ventajas para la mamá, aumentando el lapso hasta otro embarazo (espaciamiento intergenésico), previniendo la anemia y la depresión puerperal, disminuyendo el riesgo de desarrollar diabetes y algunos tipos de cáncer como de ovario y de

³ Organización Panamericana de la Salud – Organización Mundial de la Salud. Leche Materna desde la Primera hora de vida. shorturl.at/mn8FK

⁴ https://cesni-biblioteca.org/wp-content/uploads/2019/10/0000001565cnt-ennys2_resumen-ejecutivo-20191.pdf

útero, y para la familia y la comunidad contribuye a una infancia saludable, menos costos en hospitalizaciones, medicamentos y consultas, reduce la pérdida de días laborables y produce una menor contaminación ambiental.

La alimentación complementaria con leche de fórmula, que ha crecido mucho en las últimas décadas, debe ser utilizada si hay una indicación del pediatra y en casos puntuales, ya que su calidad, tanto inmunológica como nutricional, no es comparable con la leche materna. Incluso en estos casos, suele ser pertinente seguir estimulando el amamantamiento, según la recomendación del especialista.

Otro de los beneficios centrales de la lactancia materna, que se ha estudiado en detalle en los últimos años, es el del aporte a la formación y mantenimiento de una saludable flora o 'microbiota' intestinal.

“En los primeros meses de la vida se desarrolla la microbiota intestinal, por transferencia de bacterias provenientes de microbiota materna durante parto vaginal, y luego por componentes de la leche materna que aporta bacterias saludables y oligosacáridos que estimulan su crecimiento. Junto al desarrollo de la microbiota, se conforma el sistema inmunológico intestinal, se establecen los mecanismos de defensa y se constituyen los procesos de protección no solo del intestino sino también de todo el organismo. Además, el intestino ‘aprende’ a reconocer como propias las bacterias beneficiosas que ocupan la luz intestinal que contribuyen a la digestión de fibra alimentaria, aportan energía, favorecen la síntesis de vitaminas y mejoran las respuestas de defensa”, asegura la **Dra. María del Carmen Toca**, médica pediatra, miembro del Comité de Gastroenterología Pediátrica de la SAP.

En este sentido, la formación de una microbiota saludable protege al niño, no sólo porque le ayuda a absorber nutrientes y lo protege de infecciones, sino porque también contribuye a prevenir enfermedades. Por esta razón, algunos especialistas destacan que se trata de la primera ‘vacuna’ que recibe un bebé.

“La ausencia de bacterias saludables y el establecimiento de una microbiota alterada, ya sea por una microbiota materna no saludable, por nacimiento por cesárea, falta de leche humana o por haber recibido antibióticos que desequilibraron esta comunidad de microorganismos, puede generar mayor predisposición en los primeros años de vida del bebé a desarrollar infecciones, alergias, trastornos funcionales digestivos, y más tarde enfermedades autoinmunes como las enfermedades inflamatorias intestinales, enfermedades metabólicas como obesidad, síndrome metabólico, diabetes, enfermedades hepáticas y enfermedades del sistema nervioso central”, concluyó la **Dra. Toca**.