



Por un niño
sano en un
mundo mejor

Sociedad Argentina de Pediatría

MIEMBRO de la ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE PEDIATRÍA y de la ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE PEDIATRÍA

SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA 2018

World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)

Lema: **"LACTANCIA MATERNA: LA BASE DE UNA VIDA SALUDABLE"**

La Semana Mundial de la Lactancia materna este año, 2018 se centra en la lactancia materna como la base para una buena salud para toda la vida de los bebés y las mamás.

Es una práctica universal que nivela, que garantiza un comienzo justo en la vida para todos/as. Mejora la salud, el bienestar y las oportunidades de supervivencia de las mujeres, niños, y niñas de todo el mundo, contribuyendo a disminuir la morbilidad infantil y materna.

Sin que suponga un costo familiar extra, la lactancia es una manera económica de alimentar a los bebés con un alimento irremplazable que por sus características en cantidad y calidad de nutrientes y componentes le otorgan beneficios únicos para la salud a corto y largo plazo.

La leche materna está perfectamente diseñada para satisfacer las necesidades nutricionales e inmunológicas del niño y la niña. La lactancia materna es una manera natural y óptima de alimentar a la niñez y promueve el vínculo entre la madre y la niña o niño, independientemente del entorno. A pesar de que las tasas globales de iniciación de la lactancia materna son relativamente altas, la tasa de lactancia materna exclusiva de los recién nacidos al egreso de las maternidades en Argentina es mayor al 90 % y luego disminuye a 37% a los 6 meses de vida. Además, hay grandes diferencias en las tasas de lactancia materna a nivel regional y en el país.

Incrementar la lactancia materna óptima podría evitar más de 823 000 muertes infantiles y 20 000 muertes maternas cada año. No amamantar está asociado con menor inteligencia y da como resultado pérdidas económicas de alrededor de \$ 302 mil millones anuales.

La lactancia Materna previene el hambre y la malnutrición en todas sus formas y garantiza la seguridad alimentaria para bebés, incluso en momentos de crisis favoreciendo la reducción de la pobreza

La nutrición adecuada, la seguridad alimentaria y la reducción de la pobreza son fundamentales para conseguir los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas.

Los Objetivos de la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2018 se centran en la relación de la lactancia materna con la **nutrición**, la **seguridad alimentaria** y la **reducción de la pobreza** y para ello es importante realizar:

ACCIONES

Se puede informar, afianzar, comprometer e impulsar la lactancia materna como la base para una vida saludable.

Estas son algunas acciones a considerar:

INFORMAR: Informar a la población sobre la buena alimentación, la seguridad alimentaria y la reducción de la pobreza

- Crear conciencia de los riesgos y desventajas de la alimentación artificial, especialmente en poblaciones vulnerables.
- Informar a otros sobre los efectos de por vida de la lactancia materna óptima.
- Promover la lactancia materna como una forma de reducir la huella de carbono.
- Informar sobre el costo de no amamantar para las familias y los países.

AFIANZAR: Afianzar la lactancia materna como la base de la vida y de una vida saludable. Incluir la lactancia materna dentro de diferentes agendas políticas (salud, sostenibilidad).

- Incluir la protección, promoción y apoyo de la lactancia materna exclusiva en programas para combatir el sobrepeso y la obesidad.
- Aconsejar a los ministerios, por ejemplo, el Ministerio de Agricultura, que la seguridad alimentaria y nutricional comienza por garantizar una lactancia materna óptima.
- Integrar la lactancia materna en el currículo de pregrado y posgrado de todas las profesiones relevantes.
- Integrar la lactancia materna en programas que aborden la salud y el desarrollo de la mujer, el recién nacido, la niñez y las y los adolescentes.
- Asegurar de que las directrices operativas de las Naciones Unidas de 2017 en la gestión de la alimentación de lactantes, niñas y niños pequeños en situaciones de emergencia se apliquen en todas las intervenciones de ayuda de emergencia.

COMPROMETERSE: Promover el trabajo conjunto y en red de personas individuales y organizaciones comprometiéndolas para lograr un mayor impacto

- Comprometa a organizaciones que trabajan en temas de nutrición, hambruna, seguridad alimentaria, ayuda alimentaria, medio ambiente, cambio climático y reducción de la pobreza.
- Incorpore a jóvenes en el desarrollo de enfoques innovadores para contribuir al cambio.

- Involucre a los hombres y otras fuentes de apoyo familiar para compartir las responsabilidades domésticas y de cuidados.
- Desarrolle la capacidad de equipos multidisciplinarios de profesionales y personas consejeras de la lactancia materna para crear una cadena afectuosa de apoyo para las madres.

IMPULSAR: Desarrollar estrategias de protección, promoción y apoyo a la lactancia materna.

- Promover la implementación de la Iniciativa Hospital y Centros de Salud Amigos de la madre y el niño y los programas comunitarios que aconsejan y apoyar a las madres lactantes.
- Promulgar políticas sanitarias con licencias de maternidad y paternidad, basadas en la protección de la maternidad.
- Implementar y monitorear completamente el Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna.
- Monitorear el impacto ambiental de la cadena de producción, distribución y consumo de fórmula infantil.
- Abogar por una mayor inversión en programas de lactancia materna en todos los niveles.

La lactancia materna es responsabilidad de Todos y Todos (familias, comunidades, agentes de salud, empleadores, organismos de gobierno) tenemos un papel importante para asegurar el crecimiento, el desarrollo y la supervivencia de los niños.

Prevención de la malnutrición en todas sus formas

Efectos positivos permanentes de la lactancia óptima sobre la salud

Existe evidencia científica que la lactancia materna óptima tiene muchos efectos sobre:

- La madre: ayuda con el espaciamiento entre los nacimientos, reduce el riesgo de cáncer de mama y de ovario y disminuye el riesgo de padecer hipertensión.
- El niño o la niña: combate las enfermedades infecciosas, disminuye la incidencia y gravedad de la diarrea, disminuye las infecciones respiratorias y otitis media aguda, previene la caries dental y la aparición de mal oclusiones y aumenta el coeficiente de inteligencia.

Durante mucho tiempo ha sido reconocido que la desnutrición con bajo peso y retraso del crecimiento es común en países de bajos ingresos. Además, el sobrepeso y las enfermedades no transmisibles asociadas son causantes de mayor carga de enfermedad en países de bajos ingresos en comparación con países de altos ingresos.

La ausencia o insuficiencia de lactancia materna se puede relacionar con casos tanto de bajo peso, como de sobrepeso en niños. Esta doble carga de malnutrición tiene consecuencias importantes en la salud a corto y a largo plazo.

La desnutrición infantil, especialmente la emaciación o marasmo, a menudo se debe a la alimentación artificial en entornos de bajos ingresos. La emaciación se puede prevenir indirectamente, por ejemplo, mediante la prevención de diarrea severa. Además de la lactancia materna, muchos factores afectan el crecimiento y desarrollo óptimo de la niñez, incluida la introducción, la cantidad, la consistencia y la frecuencia de la alimentación complementaria.

El riesgo de padecer otra forma de malnutrición, sobrepeso y obesidad, aumenta mientras más alimentación artificial reciba el niño o niña, y esto se está haciendo cada vez más común en todos los contextos.

La lactancia materna también tiene repercusiones en la nutrición materna. La suposición de que las madres padecerán desnutrición y perderán peso debido a la lactancia materna no es válida. Una buena alimentación materna junto con un espaciamiento entre nacimientos óptimo y el acceso a métodos anticonceptivos son los principales factores para prevenir la malnutrición. La lactancia materna exclusiva también ayuda a las madres a regresar a un peso saludable previo al embarazo y posiblemente reduce el riesgo de desarrollar diabetes.

Una lactancia materna óptima ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas y posee efectos positivos para toda la vida, tanto de la niña o el niño, como de la madre.

A nivel mundial, hubo **155 millones** de niños y niñas menores de 5 años con retraso en el crecimiento (desnutrición crónica), 52 millones de personas con desnutrición aguda y 41 millones con sobrepeso (1)

Más de **1.9 mil millones** de adultos (de a partir de 18 años de edad) tenían sobrepeso. De estos, más de 650 millones eran obesos (1)

En países de bajos y medianos ingresos, los bebés que fueron amamantados tenían un **21%** menos de riesgo de muerte en su primer año de vida, en comparación con los bebés que nunca fueron amamantados (2)

Se estima que la lactancia materna reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad en aproximadamente un **10%** en comparación con la alimentación con fórmula (3)

1. Malnutrición infantil (s.f.). Obtenido de <http://www.who.int/gho/child-malnutrition/en/>

2. Akst, J. (2015). Leche materna y obesidad: un estudio relaciona los componentes de la leche materna con el crecimiento de su bebé. Obtenido de <https://www.the-scientist.com/>

3. Sankar, M. J. et al. (2015). Prácticas óptimas de lactancia materna y mortalidad infantil: una revisión sistemática y metaanálisis. Acta Paediatrica, 104, 3-13

Garantizar la seguridad alimentaria y nutricional, incluso en tiempos de crisis

Prácticas para la alimentación óptima de recién nacidos y niños pequeños

La lactancia materna óptima es crucial para la buena salud y el bienestar permanente de mujeres y niños

La OMS y UNICEF recomiendan:

- La iniciación temprana de la lactancia materna dentro de la primera hora después del nacimiento.

- Lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida.
- La lactancia materna continuada hasta los 2 años de edad o más, con la incorporación de alimentos (sólidos) complementarios nutricionalmente adecuados y seguros a partir de los 6 meses.

Las Naciones Unidas definen la seguridad alimentaria como “existe cuando todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos para satisfacer las necesidades alimenticias para una vida productiva y saludable”.

Los primeros 1000 días son cruciales ya que es cuando se construyen las bases del desarrollo humano. La lactancia materna proporciona seguridad alimentaria y nutricional a la niñez desde el comienzo de la vida y contribuye a la seguridad alimentaria y nutricional de toda la familia. Las políticas que protegen, promueven y apoyan la alimentación óptima para lactantes, niños y niñas pequeñas deben incluir la seguridad alimentaria y nutricional para todas las mujeres embarazadas y lactantes.

La lactancia materna es un excelente ejemplo de la profunda conexión entre la salud humana y los ecosistemas de la naturaleza. La leche materna es un alimento natural y renovable que es ambientalmente seguro y ecológico, ya que se produce y se entrega al consumidor sin contaminación, envases ni desechos.

Por el contrario, la alimentación artificial deja un importante impacto medioambiental que contribuye a un agotamiento de los recursos naturales, una degradación del medio ambiente y al cambio climático de diversas maneras. La ganadería lechera contribuye a la producción de gases de efecto invernadero. Además, la producción, el envasado, el almacenamiento, la distribución y la preparación de fórmulas infantiles incluyen el uso considerable de combustibles fósiles y grandes cantidades de agua.

Por lo tanto, la alimentación artificial contribuye a la emisión de gases de efecto invernadero y la escasez de agua que agravan aún más el cambio climático.

El cambio climático conduce a desastres naturales y crisis humanitarias. Las cadenas de suministro poco confiables de leche en polvo y las condiciones anti higiénicas que comúnmente prevalecen en situaciones de emergencia, hacen que la lactancia materna sea la opción más segura.

La lactancia materna es una decisión inteligente que ayuda a garantizar la seguridad alimentaria y nutricional, incluso en tiempos de crisis. Proteger, promover y apoyar la lactancia materna es crucial para la salud de nuestro planeta y su gente.

A nivel mundial, 815 millones de personas padecen de inseguridad alimentaria y malnutrición, y la gran mayoría, 489 millones, vive en países afectados por conflictos (4)

Se estima que el mercado mundial de fórmula infantil alcanzará ventas de casi 70.6 mil millones en 2019 (5)

Se necesitan más de **4000 litros** de agua para producir solo 1kg de polvo de fórmula infantil (6)

La cantidad y calidad de la producción de leche no se ve afectada por el estado nutricional de la mujer, excepto en las mujeres extremadamente desnutridas (que es solo el 1 por ciento) (7)

A nivel mundial, hubo unos 60 millones de refugiados y desplazados, muchos de los cuales son niñas, niños y mujeres en riesgo de múltiples formas de malnutrición, que pueden beneficiarse de la lactancia materna (8)

4. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (s.f.). ¿Cuánto nos falta para alcanzar el #Hambre Cero?

Obtenido de <http://www.fao.org/state-of-food-security-nutrition/en/>

5. Save the Children. (2018). No lo presiones. Por qué la industria de la leche de fórmula debe enmendar sus acciones.

Obtenido de <https://www.savethechildren.org.uk/content/dam/gb/reports/health/dont-push-it.pdf>

6. Linnekar, A. et al. (2014). Fórmula para el desastre. Midiendo el impacto de la alimentación con fórmula frente a la lactancia materna en el medio ambiente.

Obtenido de <http://ibfan.org/docs/FormulaForDisaster.pdf>

7. Durante los desastres, las ventajas de la lactancia brillan (s.f.). Obtenido de <https://www.enonline.net//breastfeedingadvantagesdisasters>

8. Alimentación en emergencias (s.f.). Obtenido de http://www.wpro.who.int/nutrition_wpr/nutrition_emergencies/en/

Romper el ciclo de la pobreza

Costos económicos y ambientales cuando no se amamanta

Los costos a corto y a largo plazo de no amamantar afectan a la sociedad en su totalidad de las siguientes maneras:

- Los bebés que no son amamantados tienen un CI más bajo, lo que reduce sus posibilidades de alcanzar una buena educación, lo que a su vez conlleva a que cuando crezcan sus ingresos sean menores.
- Las bajas tasas de lactancia materna contribuyen a un aumento en la probabilidad de que el bebé contraiga enfermedades, lo que conlleva a mayores gastos en atención médica y tratamientos.
- La producción, el envasado, el almacenamiento, la distribución y la preparación de las fórmulas infantiles contribuyen al daño medioambiental.

Un mundo sostenible comienza con la erradicación de la pobreza en todas sus formas en todos lugares.

Según Pinstup-Andersen, “no todas las personas pobres tienen hambre, pero casi todas las personas que padecen hambre son pobres. Millones viven con hambre y desnutrición porque simplemente no pueden comprar suficientes alimentos, no pueden pagar alimentos nutritivos o no pueden pagar los suministros agrícolas que necesitan para cultivar suficiente comida propia”. El hambre y la pobreza trabajan juntos en un círculo vicioso que impide que las personas alcancen su máximo potencial.

La lactancia materna es una solución universal para dar a cada niño un comienzo justo en la vida. Permite a millones de niños sobrevivir y prosperar, encaminándolos hacia una salud mejor y un futuro más próspero. La leche materna es el alimento nutricional e inmunológicamente más poderoso para bebés y niñas/niños pequeños, un alimento que puede estimular el desarrollo cerebral como nada más lo haría. La lactancia materna estimula el desarrollo cognitivo y el CI de los niños y niñas mejorando

enormemente sus logros educativos, su participación en el mundo laboral y los ingresos a lo largo de su vida. Saltarse esta etapa crítica del desarrollo cerebral durante la infancia puede ocasionar deterioro de las funciones cognitivas y pérdidas económicas significativas.

La lactancia materna mejora la salud y el bienestar de mujeres y la niñez y es la base del desarrollo de un país y del futuro. Es el gran solución universal equiparadora que puede ayudar a romper el ciclo de la pobreza.

1 de cada 5 personas en las regiones en vías de desarrollo todavía viven con menos de \$1,90 al día (9)

La lactancia materna es una de las mejores inversiones en la salud mundial. **Cada \$1 invertido** en la lactancia materna **genera \$35** en beneficios económicos (10)

Duraciones más cortas de la lactancia materna en niños y niñas se asociaron con una pérdida de **2,6 puntos en las puntuaciones de CI** (10)

No amamantar se asocia con pérdidas **económicas de aproximadamente \$302 mil millones** anualmente o 0,49% del producto mundial bruto nacional (10)

9. Pobreza - Desarrollo sostenible de las Naciones Unidas (s.f.). Obtenido de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/poverty/>

10. Fomentando la salud y la riqueza de las naciones: el caso de inversión para la lactancia materna. <http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-collective-investmentcase.pdf>

World Alliance for Breastfeeding Action (WABA).

Resumen

Subcomisión de Lactancia Materna SAP