EL LLANQUIHUE
LLANQUIHUE • CHILOÉ • PALENA

Fecha: 22/08/2025 Audiencia: 18.600 Sección: ACTUALIDAD
Vpe: $187.372 Tirada: 6.200 Frecuencia: 0
Vpe pág: $876.800 Difusión: 6.200
Vpe portada: $876.800 Ocupación: 21,37%

Columna

Lactancia materna: una responsabilidad colectiva

Evelin Pichinao Gallardo
Coordinadora del Centro de Atención Psicológica de la Universidad Santo Tomás, sede Puerto Montt

Amamantar no es un lujo ni una opción caprichosa, es un derecho fundamental, una necesidad biológica, un acto de amor y, sobre todo, una responsabilidad colectiva. En Chile, a pesar de los avances normativos, muchas madres siguen enfrentando barreras culturales, laborales y psicológicas que impiden ejercer una lactancia efectiva y sostenida. Esto no sólo vulnera sus derechos, sino también los de sus hijos e hijas, quienes merecen acceder sin obstáculos al alimento más completo y protector: la leche materna.

Desde la psicología, está demostrado que la lactancia va mucho más allá del aporte nutricional. Amamantar fortalece el vínculo afectivo, favorece el desarrollo emocional temprano, promueve la autorregulación y brinda seguridad. Cada toma es un encuentro íntimo que no sólo nutre el cuerpo, la mente y el corazón del recién nacido. También favorece el bienestar emocional de la madre y le permite reconocerse en su rol con mayor seguridad y confianza.

> "Necesitamos una transformación profunda que reconozca la lactancia materna como política pública de salud, como acción preventiva de trastornos sicológicos y como parte de la construcción de una sociedad más empática"

Sin embargo, hay madres que interrumpen este proceso por inseguridades, presiones laborales o desinformación, inducida por la industria de productos alternativos.

¿Dónde está el problema? En gran medida, en la falta de redes de apoyo y políticas efectivas. Aunque Chile cuenta con leyes que protegen la lactancia, su implementación es desigual. Muchas mujeres vuelven al trabajo sin condiciones dignas para extraer y conservar su leche, sin horarios adaptables ni espacios adecuados. La cultura empresarial aún no comprende que una madre lactante necesita tiempo y apoyo, no sanción ni juicio.

Unicef ha sido enfática: la lactancia materna es un derecho de la infancia, y su ejercicio pleno debe estar garantizado por el Estado, las instituciones y la comunidad. Necesitamos una transformación profunda que reconozca la lactancia como política pública de salud, como acción preventiva de trastornos psicológicos en la infancia, y como parte de la construcción de una sociedad más empática, equitativa y consciente.

Apoyar la lactancia es apoyar el desarrollo humano desde sus cimientos. No basta con felicitar a las madres por amamantar: hay que acompañarlas y facilitarles el camino. Porque cuando una madre da leche, también da contención, regulación emocional, sentido de seguridad y apego. Y todo esto no es sólo tarea de la madre. Es tarea de todos.

En tiempos marcados por el estrés, la ansiedad y la desconexión social, promover la lactancia materna es también un acto de resistencia emocional y cultural. Como sociedad, debemos dejar de ver este proceso como algo privado que cada mujer debe enfrentar sola. Es urgente comenzar a entenderla como un gesto colectivo de salud mental, de responsabilidad social y de compromiso con el futuro.