LITORALPRESS

Fecha: 01-08-2025
Medio: El Sur
Supl. : El Sur
Tipo: Editorial
Título: Editorial: La importancia de la lactancia materna

Pág. : 2
Cm2: 235,5

Tiraje: 10.000
Lectoría: 30.000
Favorabilidad: No Definida

Editorial

La importancia de la lactancia materna

La Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra cada año del 1 al 7 de agosto, busca destacar su importancia y movilizar acciones para proteger, promover y apoyar esta práctica. El lema de este año 2025 es: "Dar prioridad a la lactancia materna: crear sistemas de apoyo sostenibles", que enfatiza la necesidad de construir sistemas que la faciliten y promuevan, por el valor para la salud infantil.

La Organización Mundial de la Salud ha llamado a los Estados para que asignen mayores recursos para proteger, promover y apoyar políticas y programas de lactancia materna, especialmente para las familias más vulnerables que viven en situaciones de emergencia.

Se busca sensibilizar a los empleadores a apoyar a sus trabajadoras para que puedan continuar amamantando a sus hijos y recomienda medidas que incluyen la licencia por maternidad remunerada, horarios de trabajo flexibles y reducidos, y espacios para facilitar la lactancia materna en el trabajo, aspectos en los que nuestro país han mostrado importantes avances.

Favorecer la lactancia materna tiene una serie de beneficios, que incluso alcanzan a las empresas, entre los que destacan una mayor lealtad de las empleadas hacia las empresas, reducción del ausentismo, porque los bebés alimentados así se enferman con menor frecuencia y gravedad; retención de las funcionarias y una mejora en la productividad.

En los últimos años, en Chile ha regresado lentamente la costumbre del amamantamiento. Hace unos treinta años se había hecho común sustituir el "dar pecho", por los "rellenos". Los tiempos eran distintos, la mujer comenzaba a trabajar y había fórmulas o preparados que se estimaba podrían ser un buen sustituto. Esto se prolongó en los '90 por una cuestión de estética y que en algunos casos sigue hasta nuestros días.

La importancia de la lactancia materna está demostrada, puesto que contiene todos los nutrientes que el bebé necesita para poder crecer de manera saludable. Entrega protección contra infecciones respiratorias, gástricas, intestinales y de oído. Evita las diarreas, ayuda a su buen desarrollo neurológico, protege contra las alergias y existe una menor probabilidad de ser obesos en su infancia. Es por eso que se debe seguir fomentando el amamantamiento entre las mujeres, en especial, quienes trabajan.

Pero no sólo se trata de ventajas alimenticias, porque está comprobado que durante la lactancia los bebés se sienten más queridos y aprenden a confiar. Es, además, una efectiva manera de darle consuelo, de estimular su desarrollo y de fortalecer el vínculo con la criatura. La leche materna la protege en forma natural de enfermedades y mantiene en óptimas condiciones el sistema inmunológico. Los estudios han determinado que el niño o niña alimentada así, rara vez tendrá enfermedades respiratorias, digestivas, otitis o alergias, o estas serán de menor intensidad. Asimismo, es menor el riesgo de desarrollar obesidad.

La lactancia materna es una de las formas más eficaces de asegurar la salud y la supervivencia de los niños, pero en el mundo, sólo el 40% de los menores de seis meses son amamantados, dice la OMS.

La OMS recomienda la lactancia materna como fuente de nutrición exclusiva hasta los seis meses de vida. En Chile, la prevalencia de ese modo de alimentación al sexto mes se ha incrementado en más de un 40% durante los últimos treinta años, siendo actualmente un 57%. A pesar de ser una práctica muy conocida, existen dudas y mitos al respecto, sobre todo para madres primerizas. Pero la evidencia científica sostiene que la lactancia materna es uno de los alimentos más seguros y completos, que contribuye al desarrollo emocional, físico, intelectual y psicosocial de la criatura, proporcionando los nutrientes específicos que necesita tanto en calidad y cantidad. La leche materna tiene proteínas, que fortalecen la musculatura del recién nacido; grasas, que es su principal fuente de energía y que también aporta en el crecimiento; y minerales relevantes como el calcio, hierro, magnesio, potasio, entre otros. Favorece el sistema inmunológico, aminorando riesgos de contraer enfermedades infecciosas.