

Día Mundial de la Leche: Servicio de Salud Maule destaca que la lactancia materna puede marcar la salud de un niño para toda la vida

Cada 1 de junio se conmemora el Día Mundial de la Leche, una fecha que busca relevar la importancia de este alimento en la nutrición y salud de las personas. En este contexto, el Servicio de Salud Maule destacó el rol fundamental que cumple la lactancia materna durante los primeros meses de vida, señalando que sus beneficios pueden influir positivamente en la salud de niños y niñas incluso hasta la adultez.

La evidencia científica respalda que la leche materna es el mejor alimento para los recién nacidos, ya que entrega todos los nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento y desarrollo, además de componentes únicos que fortalecen el sistema inmunológico y contribuyen a prevenir enfermedades.

Cristian Peña, gestor de Nutrición de la Dirección del Servicio de Salud Maule y encargado re-

gional de la estrategia de lactancia materna, explicó que la leche materna continúa siendo el estándar de oro en la alimentación infantil.

“La lactancia materna es considerada el estándar de oro en la alimentación del recién nacido porque proporciona todos los nutrientes necesarios en la cantidad y calidad adecuada durante los primeros meses de vida. Ninguna leche se puede comparar con la leche materna en este aspecto”, señaló.

Una protección que comienza desde el nacimiento

Además de aportar nutrientes esenciales, la leche materna contiene anticuerpos, enzimas y factores inmunológicos que no pueden ser replicados por ninguna fórmula artificial, entregando una protección natural frente a diversas enfermedades.

Según explicó el especialista, la

lactancia materna contribuye significativamente a prevenir enfermedades infecciosas, especialmente respiratorias y gastrointestinales, que representan una de las principales causas de consulta durante los primeros años de vida.

“La evidencia científica demuestra que la lactancia materna tiene un rol clave en la prevención de enfermedades infecciosas, especialmente gastrointestinales y respiratorias, debido a su alto contenido de inmunoglobulinas y otros factores protectores”, indicó Peña.

Beneficios que acompañan durante toda la vida

Los efectos positivos de la lactancia materna no terminan en la infancia. Diversos estudios han demostrado que quienes fueron amamantados presentan menor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles, como obesidad, diabetes tipo 2 y

enfermedades cardiovasculares. Asimismo, la lactancia materna favorece el desarrollo neurológico y cognitivo, contribuyendo al aprendizaje, la memoria y el desempeño futuro de niños y niñas. “También se asocia a una menor incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles en etapas posteriores de la vida, como obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares. En términos de desarrollo, la lactancia materna contribuye al desarrollo neurológico y cognitivo, impactando positivamente en el aprendizaje y desempeño futuro del bebé”, agregó.

Beneficios para la madre

La lactancia materna también genera importantes beneficios para las mujeres. Entre ellos, favorece la recuperación posterior al parto, disminuye el riesgo de hemorragias y se

asocia a una menor probabilidad de desarrollar cáncer de mama y ovario, además de algunas enfermedades metabólicas.

Por ello, los especialistas destacan que promover la lactancia materna no solo beneficia a los recién nacidos, sino que constituye una de las estrategias de salud pública más efectivas para mejorar la salud de las familias y comunidades.

Una mirada respetuosa a cada realidad familiar

Los especialistas también recalcan que cada experiencia de maternidad es distinta y que existen mujeres que pueden enfrentar dificultades para establecer o mantener la lactancia materna, ya sea por condiciones de salud, tratamientos médicos, problemas en la producción de leche u otras circunstancias personales y familiares.