



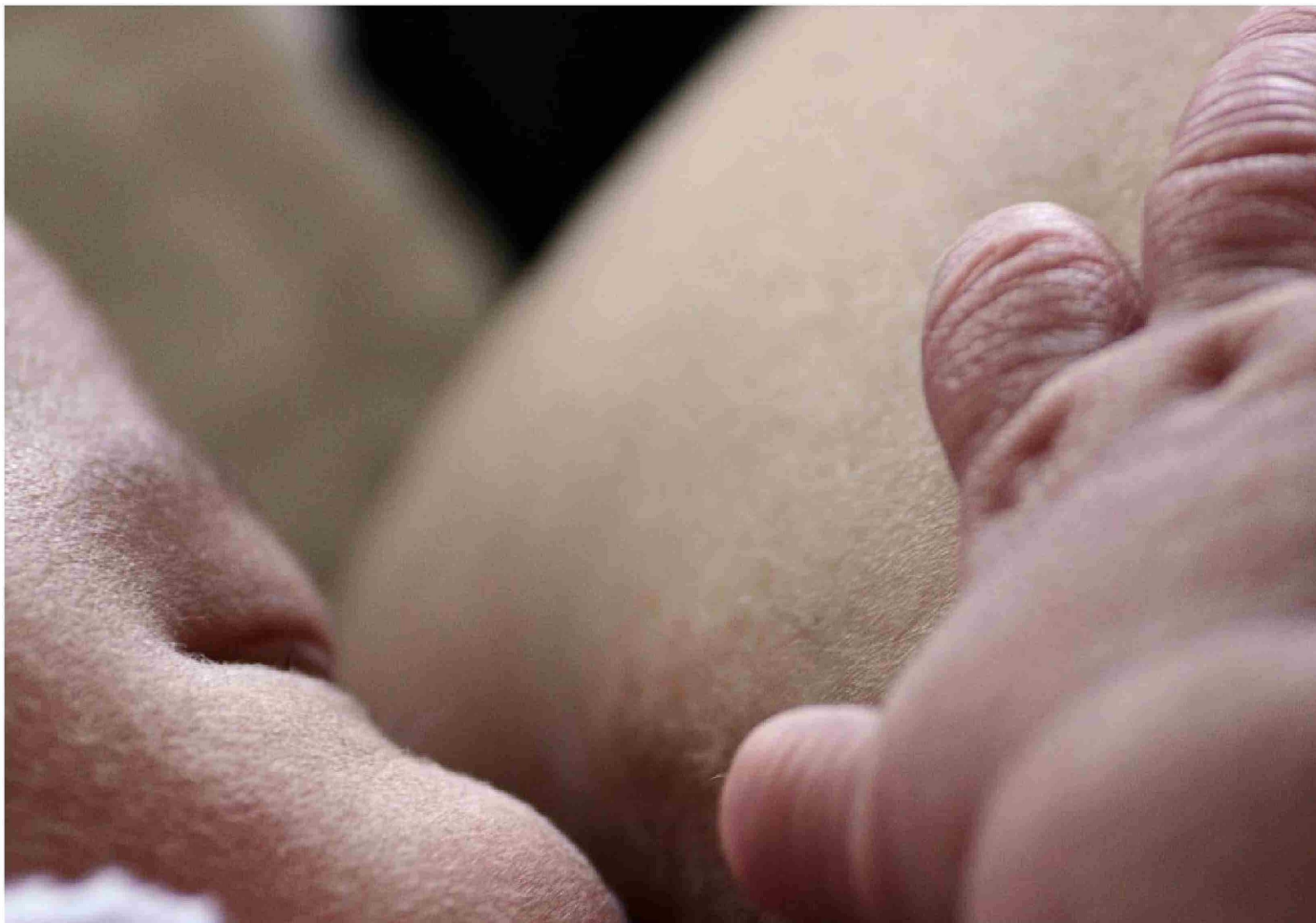
► La investigadora evaluó datos de más de 800 lactantes chilenos entre 1994 y 1996 pertenecientes a familias con ingresos medios a bajos de diversas comunas de Santiago.

Leche materna: el impacto de su ingesta en el peso cuando se llega a adulto

Una investigación tomó datos de lactantes de entre 1994 y 1996, para seguirles la pista si la leche materna influyó en su alimentación con el pasar de los años.



► El estudio ratifica los múltiples beneficios de la lactancia materna.



SIGUE ►►

Francisco Corvalán

La lactancia materna es beneficiosa, tanto para la madre como para el bebé, pero: ¿influirá necesariamente en el estado nutricional del niño en el largo plazo? Un estudio en el que participó la académica del Centro de Investigación en Sociedad y Salud de la Universidad Mayor, Dra. Estela Blanco, se encargó de responder esa pregunta, tras analizar la influencia del tiempo de lactancia exclusiva en el estado nutricional futuro de los menores, hasta que son adultos.

“Yo hubiera querido que los resultados hubieran salido diferentes, pero eso pasa a veces en la ciencia”, anticipa la investigadora.

Estos hallazgos, publicados en la revista *Nutrients*, pueden reflejar la importancia de otras variables no medidas que influyen en un IMC posterior, como, por ejemplo, la actividad física infantil, características maternas y el entorno social, entre otras.

El estudio fue realizado a partir de una investigación previa, realizada por la Universidad de Chile a través del Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos (INTA),

junto a casas de estudios de Estados Unidos. Ha tenido un seguimiento más o menos cada cinco años, desde 1994 en adelante.

“Teníamos datos de lactancia materna y estado nutricional en infancia a los 6 meses, al primer año, luego a los 5, 10, 16 y en adultos sobre 23 años. Era perfecto para poder estudiar esta posible relación”, afirma Blanco.

La investigadora evaluó los datos recogidos de más de 800 lactantes chilenos durante los años 1994 y 1996 pertenecientes a familias con ingresos medios a bajos de las comunas de La Florida, Puente Alto, San Miguel, Mañal y otras del sector suroriente de Santiago. Se analizaron sus conductas en la lactancia materna, y las madres informaron la fecha del primer biberón y del último amamantamiento.

La principal conclusión que emana de este estudio recae en que la evidencia sobre la asociación entre la duración de la lactancia materna (LM) y el índice de masa corporal (IMC) posterior es inconsistente.

Tras el seguimiento, el equipo encontró que la asociación entre la duración de la lac-

tancia materna y un IMC bajo posterior era débil y desaparecía después de los 5 años, lo que está en línea con la evidencia científica de países en desarrollo.

“Vimos una relación protectora, ya que, a mayor lactancia materna exclusiva es menor el índice de masa corporal, pero solo al año de vida. Este efecto dura hasta los 5 años y luego desaparece, lo que es esperable”, explica la investigadora. Esto, porque una exposición temprana influye en un efecto más próximo.

Según afirma la Dra. Blanco, la duración de la lactancia materna es más importante para el estado nutricional al año y va siendo menos importante a lo largo de la vida.

La autora dijo que “se da por hecho que la lactancia materna ayuda a reducir la obesidad infantil. No hay dudas de que hay muchos beneficios para el recién nacido, para la mamá, en la salud a largo plazo, pero específicamente en términos de obesidad y estado nutricional no hay un consenso científico muy sólido”.

A pesar de la falta de evidencia de un efecto protector claro de la lactancia materna

para un IMC más bajo, la Dra. Blanco detalla que los beneficios de la leche materna para otros resultados de salud infantil y materna “son inequívocos y se debe seguir fomentando”, puntualizó.

Para el futuro, la investigadora estipula que es necesario empezar esta investigación con recién nacidos, porque “hay otros estudios que muestran que, aunque sea una mamadera en los primeros días, esto igual influye un efecto protector para la salud. Aún nos falta ese nivel de información”.

“Se podría también calcular cantidad de grasa de los niños y niñas y su cantidad de masa muscular. Podríamos ver otros tipos de efectos en términos de hábitos de alimentación posterior, que no se reflejan en el estado nutricional”, proyecta Blanco.

Eso sí, la científica enfatiza que en ningún momento se debe creer que la lactancia materna no es beneficiosa. “Hay evidencia muy basta sobre los múltiples beneficios de la lactancia materna, tanto para el estado del recién nacido, su salud a largo plazo, y para la madre también”, dijo la investigadora. ●