

te los primeros seis meses de vida, sino que también cumple un rol fundamental en la construcción del vínculo afectivo temprano, lo que impacta en el desarrollo neurológico, emocional y psicosocial del lactante. Estudios en neurociencia han demostrado que la lactancia materna activa circuitos de oxitocina y dopamina, fundamentales para la regulación del estrés, la consolidación del apego seguro y el desarrollo de la autoestima del niño/a.

Chile enfrenta una de las tasas más altas de obesidad infantil en América Latina. En este contexto, el periodo postlactancia es una ventana crítica, donde las prácticas alimentarias familiares pueden perpetuar estilos de alimentación obesogénicos. En este día es urgente reconocer la lactancia como un acto integral de nutrición y vínculo y avanzar hacia sistemas alimentarios en la primera infancia que promuevan identidad, sostenibilidad y salud emocional.

Lidia Paz Castillo
Académica UDP