



PORTADA

CUBA

MUNDO

DEPORTES

CULTURA

OPINIÓN

CIENCIA

SALUD

Buscar



¿Qué necesitas para amamantar?

Pese a los probados beneficios que tiene la lactancia, muchas madres renuncian a ella demasiado pronto, y a menudo sienten presión para cambiar a fórmulas lácteas

Autor: Lisandra Fariñas Acosta | lisandra@granma.cu
5 de agosto de 2016 22:08:49

Mañana, dicen, es el último día. No creo que una jornada (aunque tenga el mérito de traer al debate lo que puede ser olvidado el resto del año) agote todas las aristas de las cuales pudiera escribirse sobre la lactancia materna. Cumplo entonces con que este no sea un texto tardío, y lo inscribo en la semana mundial que, del 1ro. al 7 de este mes, se dedica a este tema; y dejo abierto el autocompromiso de mostrar más del asunto antes del próximo agosto.



Nadie dijo, al menos a mí, que sería fácil traer un hijo al mundo; que amamantarlo —darle vida a ese instinto de pegarse a tu pecho, aferrándose a ti con todas sus menudas fuerzas— no dolería, aunque quizá olvidaron decir que es un dolor que se agradece.

Nadie dijo tampoco que ese acto sería exclusivo de la madre y el niño. Porque si bien es cierto que el

vínculo entre ambos se estrecha mediante esta práctica, llevarla adelante adecuadamente exige el apoyo de la pareja, y más allá. Requiere el consenso —entiéndase comprensión de cuán importante es amamantar no solo para el niño, sino también para la madre— de toda la familia.

Contrario a lo que los cánones machistas han establecido y sedimentado en siglos de historia, la lactancia materna no es únicamente responsabilidad de las mujeres.

AMAMANTAR, ROLES Y GÉNERO... APUNTES

Pese a los probados beneficios que tiene esta práctica, muchas madres renuncian a ella demasiado pronto, y a menudo sienten presión para cambiar a fórmulas lácteas que pueden contribuir a un crecimiento entrecortado y a una desnutrición por micronutrientes.

Con frecuencia se cuestiona la función “nutridora” de la mujer, cuyo rol alimenticio ha sido visto históricamente como milagroso, y ha sido asumido como fase natural de su también “papel” reproductivo. En el propósito de tratar de entender cómo se construye la cultura materna, que en pleno siglo XXI sigue produciendo lecturas sesgadas desde la perspectiva del género, resulta útil el estudio Discurso médico, cultura de la maternidad y lactancia, de los investigadores Reina Fleitas, Niuva



Ávila, Laritza Solares y Raynier Hernández, publicado en la compilación Género, Salud y Sexualidad del año 2013, por el Centro de Estudios Demográficos. En el discurso médico cubano se ha producido una evolución del tema desde una posición patriarcal, racista y tirana sobre la lactancia y la maternidad, a una donde la visión biomédica-científica prevalece, pero se vuelve más humana, aun cuando no siempre se coloca desde la perspectiva de la mujer, plantean los autores, para quienes una de las problemáticas en este campo es que la visión sobre la lactancia actual está aún centrada más en el niño.

En ese sentido, sostienen que no siempre se valora el peso que tiene la situación de las mujeres en su desarrollo; así como sus efectos sociales reales para ambos. “Se requiere enfatizar más en la maternidad y lactancia voluntaria, en los varios sentidos que ella implica: elección libre, responsable y con educación”.

Alertan entonces que la transición a un modelo de lactancia voluntario, responsable y libre, exige como condición una mujer con educación, pues los nuevos enfoques de salud requieren de un sexo femenino con capacidad para asimilar, comprender y saber elegir sin interferencias moralistas-represivas. “El proceso de elección se produce en las diferentes circunstancias económico-familiares que viven las mujeres; el conocimiento sobre las ventajas del amamantamiento les permite tomar decisiones personales que se evalúan en ese marco”, explican



Lactancia materna exclusiva en menores de seis meses

2016 **33,2 %** vs. 2010 **49 %**

Lactancia continuada hasta los 24 meses

2010 **24 %**



los especialistas.

Las reformas llevadas a cabo no solo desde el ámbito de la salud y educativo, sino en la esfera laboral (igual empleo/ igual salario), son también factores que, a juicio de los investigadores, han contribuido a derribar la visión sexista del trabajo, y en este punto juega un papel decisivo la legislación sobre la maternidad de la madre trabajadora, que permite incluso que sea el padre quien se acoja a las prestaciones de la licencia de maternidad.

Para los especialistas, la nueva política de desarrollo humano del país concretada en diferentes áreas propició un proceso de empoderamiento general de las cubanas que se mueve “no sin contradicciones”. Sin embargo, advierten que “la mejoría en la cantidad y calidad de la participación pública de la mujer no se ha producido a costa de cambios radicales en los roles de género en la familia, donde aún impera una división sexista del trabajo, lo cual provoca una sobrecarga de roles a las mujeres; cuyos efectos se hacen notar en su salud, pesan en los conflictos de pareja y familiares, así como en sus estrategias de fecundidad”.

Aún falta por hacer en cuanto a enfoque de género en nuestra sociedad, y las políticas de salud no escapan a esta realidad. En este sentido, es necesario propiciar información a las mujeres sobre la lactancia, con el fin de elevar su cultura sobre esta práctica.

En Cuba existen 9 Bancos de Leche Humana

En el año 2015:

- **7 579** mujeres recibieron información, orientación y consejería en los Bancos de Leche Humana.
- **3 019** se convirtieron en donantes de leche humana.
- **738,4** litros se recolectaron.
- **1 285** recién nacidos beneficiados.

Primer semestre del 2016:

- **1 169** donantes.
- **349** litros.
- **396** niños beneficiados

Fuente: Encuesta de Indicadores Múltiples por Conglomerados MICS 2014

Pocos días antes de iniciarse esta jornada, en Argentina, se protagonizó un hecho que llama también a reflexionar sobre la tolerancia y los sesgos culturales sobre esta práctica. No es fortuito que algunas campañas desarrolladas en estas fechas exhorten al apoyo social. Siendo breves, la policía local echó de un lugar público a una mujer por amamantar a su hijo. Felizmente, el apoyo popular no esperó. Comparto una frase que leí a raíz del incidente, cuyo autor es el escritor argentino Juan Solá:

“Molesta la teta que asoma bajo la blusa y cae, como caen los duraznos en febrero, sobre los labios diminutos de la cría hambrienta. Molesta la cría que acaricia la teta mientras posa los ojos nuevos en el rostro piadoso de la hembra que amamanta en el parque, en el colectivo, en el cantero. (...) Incomoda la teta cuando es fruta y no morbo, cuando el acto es íntimo a pesar de ser público y ningún otro que no sea hembra o cría comprende. La teta apropiada es la teta que vende lencería, celulares, autos, pero nunca la que da de comer. Qué sabe la cría de momentos adecuados para llorar de hambre. Qué sabe la cría del furioso marketing que condenó a la teta a ser pública para vender, pero nunca para amar”.

LA PRIMERA VACUNA, PARA DOS

Fuente ideal de nutrientes que previene la anemia y la desnutrición, la lactancia materna es considerada como la primera vacuna que recibe el recién nacido. La Organización Mundial de la Salud y el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) recomiendan la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de vida, y luego mantenerla hasta los dos años o más, asociada a una alimentación complementaria, segura y apropiada. Asimismo, plantean que debe iniciarse en la primera hora de haber dado a luz.

Esta práctica se asocia además con una disminución de la pérdida de sangre posparto y de osteoporosis, con menor riesgo de cáncer de mama, de ovario y de endometrio en la mujer.

“Promover la lactancia materna es un elemento clave en la primera infancia, y ello está relacionado con el desarrollo sostenible, en tanto vincula este acto con la nutrición y la seguridad alimentaria, la salud con el desarrollo y la supervivencia, logrando una productividad económica y un potencial educativo completo”, apuntó Gisela Álvarez Valdés, jefa del Grupo Nacional de Puericultura.

“Ninguna de las fórmulas lácteas existentes ha sido capaz de llegar a la calidad de la leche materna y por tanto no la sustituyen”, dijo.

De acuerdo con la experta, la mayoría de los estudios implementados sugieren que los niños alimentados con la leche materna tienen mejores resultados en los test cognitivos realizados en las primeras edades, en comparación con otros niños que han recibido otras formas lácteas, es decir, son más inteligentes.

“Los coeficientes de inteligencia obtenidos de hijos de madres que tienen lactancia materna exclusiva hasta los seis meses son entre ocho y diez puntos superiores a los que no recibieron lactancia materna, y hasta 20 puntos superiores a los que recibieron lactancia mixta”, agregó el doctor Roberto Álvarez, jefe del Departamento Materno Infantil del Ministerio de Salud Pública sobre las ventajas que tiene esta práctica en el futuro intelectual y educativo de los pequeños.

Para el experto, aunque nuestro país ha podido controlar varias enfermedades, las condiciones higiénicas sanitarias que las predisponen siguen existiendo. “El riesgo de adquirir infecciones diarreicas agudas, respiratorias, por ejemplo, sigue presente. Todas pueden ser prevenidas con la lactancia materna, pues la leche humana contiene los anticuerpos específicos contra la mayoría de los agentes que producen diarrea, meningitis, neumonía en los niños/as”.

Desafortunadamente, señaló el doctor Fumero, esa ideal vía de protección no es usada por un 70 % de las madres cubanas de forma exclusiva hasta los seis meses.

Sostuvo que uno de los problemas que Cuba enfrenta y aborda, como el resto del mundo, es la hemorragia obstétrica. Las posibilidades de que ocurra este sangramiento se minimizan extraordinariamente cuando la madre coloca su bebé a lactar en los primeros 30 minutos después de dar a luz, porque la succión del pezón provoca la liberación de la hormona oxitocina, la cual hace que los músculos del útero se contraigan y evita esa hemorragia.

Bajo la premisa de sus innumerables ventajas, el país ha priorizado, con el apoyo de Unicef, la consolidación de una Red de Bancos de Leche Humana, y ya suman nueve los existentes, donde se garantiza una leche altamente confiable, puntualizó la doctora Gisela Álvarez.

Los niños más beneficiados son los pretérminos y de bajo peso al nacer, que por su condición de salud o la de la madre no pueden ser amamantados. “En ellos aumenta la supervivencia, requieren menos tiempo de ventilación y controlan con mayor rapidez las infecciones”.

Al respecto, el doctor Fumero enfatizó en el necesario reconocimiento a las madres donadoras de leche, que no solo alimentan a sus hijos sino que donan para otros que la necesitan. Puede donar, explicó, toda mujer que tenga leche y esté dando de mamar a su hijo. “Los bebés no se quedarán sin leche aunque su mamá la esté donando, al contrario, el hecho de que se extraiga leche para donarla hará que aumente la cantidad”.

Convencer de que la lactancia materna es buena no puede comenzar con el nacimiento del niño, es un proceso que debe iniciarse antes, desde la educación de la familia, y de futuros madres y padres, porque requiere corresponsabilidad, destacó la doctora Gisela Álvarez. “Es un derecho de la mujer escoger cómo alimentar a su hijo, pero lo ideal es que escoja la lactancia materna”. No se necesita más que saber, y querer.



COMPARTIR »



COMENTAR

Nombre

Email

Su comentario

ENVIAR

- » Mostrar respeto a los criterios en sus comentarios.
- » No ofender, ni usar frases vulgares y/o palabras obscenas.
- » Nos reservaremos el derecho de moderar aquellos comentarios que no cumplan con las reglas de uso.

Paul dijo:



6 de agosto de 2016

00:11:40

Responder

Gracias por su reporte. Como padre de familia que soy no puedo enfatizar más este mensaje que debería llegar a los rincones más escondidos de nuestra población. Saludos

Clara dijo:



6 de agosto de 2016

08:43:46

Responder

Muy interesante y educativo y es muy importante que toda mujer lo lea, creo tambien que el escrito para una educacion mas amplia haber explicado, algo con respecto a mamantar al niño en el parque o cualquier lugar publico, recuerdo que el pediatra siempre orientaba que se pusiera del hombro y sobre el brazo un pañal de forma que no molestara al niño para que no adquiriera ninguna bacteria y no tragara aire y siempre toda mama lo utilizaba años atras, el motivo principal era ese, el otro las mujeres antes pensaban y comentaban y es cierto, habla en este articulo de la teta, y pienso que esa teta es la misma de antes de tener el niño, creo que no devia enseñarse como un trofeo, pero lo principal que el niño no adquiriera en ese acto ninguna enfermedad .

#FIICuba2016 FERIA INTERNACIONAL DE TURISMO

Del 3 al 7 de Mayo, 2016
La Habana, Cuba

PODCAST

Granma

Titulares de *Granma* en tu móvil

Edición Especial de Granma en pdf

7

Séptimo Congreso del Partido

Relaciones diplomáticas Cuba-EE.UU.

Cartas a la Dirección

SE ACTUALIZA CADA VIERNES

Demora en el incremento de la pensión

LO ÚLTIMO

18:58:52 **Cuba, a las puertas de la final**

16:08:50 **Pastores por la Paz celebran el cumpleaños de Fidel Castro en su periplo por Cuba**

16:08:45 **Preservar la vida y la obra de grandes creadores cubanos**

16:08:27 **Finalizan obras constructivas en instituciones de salud de La Habana**

OPINIONES



Fidel rescató la dignidad

Miguel Barnet | 4 de agosto de 2016

2 COMENTARIOS



Ser honestos, una actitud definitoria de la calidad humana

María Elena Balán Sainz | 4 de agosto de 2016

0 COMENTARIOS



Si fuera maestra...

Graziella Pogolotti | 31 de julio de 2016

12 COMENTARIOS

SUGERENCIAS

Agosto, mes de gran actividad ciclónica



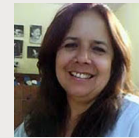


La invulnerabilidad militar, una vez alcanzada, solo podrá mantenerse con su constante perfeccionamiento

El hermano Obama



BLOGS DE LOS PERIODISTAS



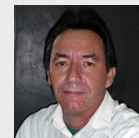
Carmen Ibañez

**Eduardo Muñoz Bachs:
imprescindible siempre**



Julio Martínez Molina

La musa



Pastor Batista Valdés

OTRO Y OTRO NO



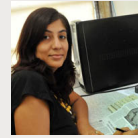
Juvenal Balán

El niño que llevamos dentro.

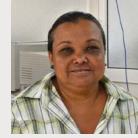


José M. Correa Armas

"Como el Gallo de Morón"



Karina Marrón González
La generosidad



Nuria Barbosa León
Terror y valor

PORTADA

CUBA

MUNDO

DEPORTES

CULTURA

OPINIÓN

CIENCIA

SALUD

¿QUIÉNES SOMOS?

DIRECTORIO DE PRENSA:

PUBLICACIONES EN INTERNET

Juventud Rebelde | Trabajadores. | Cubadebate | AIN | Prensa Latina | Opciones | CubaSi | Cubahora | Cubaperiodistas | JIT

REVISTAS

Bohemia | Cuba Socialista | Mujeres | Tricontinental | La Jiribilla | Alma Mater | Caimán Barbudo | Juventud Técnica | Pionero

TV Y RADIO

TV Cubana | Radio Cubana | Radio Habana Cuba | Radio Progreso | Radio Rebelde | Radio Reloj | Radio Taino | Radio Musical Nacional

ENLACES DE INTERÉS

Partido Comunista de Cuba | Sitio oficial del Gobierno de la República de Cuba | Ministerio de Relaciones Exteriores | Aduana



ÓRGANO OFICIAL DEL COMITÉ CENTRAL DEL PARTIDO COMUNISTA DE CUBA

GRANMA © 2014 | Fundado el 3 de octubre de 1965 | ISSN 0864-0424 | General Suárez y Territorial, Plaza de la Revolución, La Habana.
Cuba | Teléfono: 881-3333
