



**BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA EN COMITAN DE
DOMINGUEZ CHIAPAS.**

Nombre de alumnos: Montoya Aguilar María Fernanda

Materia: Seminario de Tesis.

Catedrático: Cordero Gordillo María Del Carmen.

Grado: 9° cuatrimestre | Nutrición

Turno: Matutino.

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 25 de Mayo de 2020.

DEDICATORIA.

A Dios por guiarme y concederme salud y persistencia para continuar en este proceso formándome profesionalmente en mi carrera.

A mi querida madre y abuela; sabiendo que no existe alguna forma de agradecer toda una vida de sacrificio, esfuerzos y amor, les doy las gracias por ayudarme y acompañarme cada día en el camino de la superación, gracias por compartir este logro juntas.

A mis compañeras, por apoyarme, por los consejos y la mano brindada en momentos difíciles, por ser parte importante de mi vida y por el amor brindado.

A mis docentes, que cumplieron con un rol de guía en mi formación. Gracias por toda esa paciencia y el conocimiento brindado durante todo este proceso.

INDICE.

CAPITULO I.

1. Protocolo de investigación.
 - 1.1. Planteamiento del problema.
 - 1.1.1. Preguntas de investigación.
 - 1.2. Objetivos.
 - 1.2.1. Objetivo general.
 - 1.2.2. Objetivos específicos.
 - 1.3. Justificación.
 - 1.4. Hipótesis.
 - 1.4.1. Variables.
 - 1.5. Metodología.
 - 1.5.1. Técnicas de investigación.

CAPITULO II.

2. Orígenes y evolución del tema.
 - 2.1. Origen de la lactancia materna.
 - 2.1.1. Origen de la lactancia materna en la prehistoria.
 - 2.1.2. Origen de la lactancia materna en la antigüedad.
 - 2.1.3. Origen de la lactancia materna en la edad media.
 - 2.1.4. Origen de la lactancia materna en el siglo XVI – XVIII.
 - 2.2. Lactancia materna moderna.
 - 2.2.1. Lactancia materna en el siglo XX.
 - 2.2.2. Lactancia materna en el siglo XXI.
 - 2.3. Definición de lactancia materna.
 - 2.4. Definición de nutrición.
 - 2.5. Definición de leche materna.
 - 2.6. Definición de seno materno.
 - 2.7. Definición de componentes de leche materna

INTRODUCCIÓN.

La lactancia materna es el proceso por el cual la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, que segregan leche inmediatamente después del parto, aportando todos los nutrientes que un recién nacido requiere hasta los seis meses de edad, por lo que debería de ser el principal y único alimento que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludable.

Desde tiempos inmemorables la lactancia materna ha sido el método recomendado para la alimentación de los niños, diversos autores afirman que la alimentación al seno materno está asociada con diversos beneficios para la salud tanto de la madre como del niño. Sin embargo en muchos lugares, en este caso en la ciudad de Comitán de Domínguez, Chiapas. En el fraccionamiento 28 de agosto, pocos niños reciben lactancia materna exclusiva más allá de algunas semanas después de nacidos, aun así en esta sociedad donde la lactancia materna es algo común, las madres introducen formulas y alimentos complementarios a escasos meses de edad, cuando se espera que solo amamenten a sus hijos.

Los objetivos de mi investigación es dar a conocer principalmente ¿Qué es la lactancia materna? También poder explicar cuáles son los componentes y así mismo dar a conocer los beneficios que se obtiene durante esta práctica. Poder exponer cuáles son las principales técnicas de alimentación al seno materno y ser una fuente de apoyo para conocer como son y en que ayuda estas técnicas para que el recién nacido tenga una mejor succión durante esta práctica de alimentación.

Se busca conocer principalmente cuales son las posturas que la población de dicho fraccionamiento ya mencionado tiene sobre la lactancia materna, buscando conocer a través de las técnicas de investigación adecuadas, el por qué el abandono de esta práctica tan importante en el desarrollo de los recién nacidos, al igual saber lo que piensan de esta práctica y el conocimiento general que se tiene de ella, tanto de lo que es, benefició, técnicas y componentes.

Esta investigación contendrá 3 capítulos donde se plasmara la información más importante, el primer capítulo será todo sobre el protocolo de investigación, donde contendrá información como el planteamiento del problema, objetivos, hipótesis, justificación entre otros temas más. El segundo capítulo es el de origen y evolución que es básicamente historia, desde el origen de la lactancia materna y las etapas que conlleva hasta la actualidad, igual que definiciones y conceptos de este tema. En el tercer capítulo que es el marco teórico se abordó más detalladamente los temas de esta práctica, como son los componentes, tipos de leches, benefició generales que nos aporta la lactancia materna, la importancia, duración e incidencia de esta práctica.

Capítulo I.

1. Protocolo de investigación.

1.1 Planteamiento del problema.

La historia de la lactancia materna es tan antigua como la historia de la humanidad y sus beneficios han sido documentados durante siglos, durante la mayor parte de esta historia la mayoría de madres han alimentado a sus hijos de forma normal y natural a través del seno materno.

Al pasar los años surge una serie de creencias populares y totalmente erróneas con ellas incluidas factores religiosos, socioeconómicos, modas y estilos de vida que colaboraron al rechazo de la lactancia materna, el amamantamiento era considerado como algo indigno, vergonzoso no propio para las clases altas y medias era considerado solo digno para las clases inferiores o animales. De este modo nacen las nodrizas que son mujeres de clases inferiores encargadas de amamantar a los bebés de mujeres de clase alta, al llegar la colonización de América comienza la importancia del vínculo entre madre e hijo y las nodrizas ya no eran tan utilizadas ya que ellas creaban una relación muy estrecha con el bebé, poniendo más importancia a la relación madre e hijo a través del amamantamiento.

La lactancia materna es la forma adecuada y natural para proporcionar el aporte nutricional y emocional al recién nacido, actualmente las madres no amamantan o deciden hacerlo por un periodo muy corto de tiempo y no el tiempo requerido para obtener un mejor desarrollo en el recién nacido y pueden considerar algo no tan relevante ya que desconocen los diversos beneficios que la lactancia materna aporta al neonato, optando por utilizar fórmulas lácteas causando deficiencias de ciertos nutrientes como la inmunoglobulina A que solo se encuentra en el calostro y la leche de la madre por lo cual es importante dar a conocer que el amamantamiento es de gran ayuda y remarcar sus diversos beneficios que aporta a los neonatos.

Se identifica que en la ciudad de Comitán de Domínguez en el fraccionamiento 28 de agosto y sus alrededores, las madres deciden no amamantar a sus hijos por la cultura, miedo, tiempo y la poca información que tienen a este tema, sin tener las técnicas y el conocimiento adecuado a como amamantar. Tomando en cuenta que la lactancia materna exclusiva debe de ser de 0 a 6 meses, al no realizarlo adecuadamente puede causar distintas afecciones en el lactante como son: bajo peso, vínculo afectivo de madre e hijo y ausencia de la inmunoglobulina A ya que también la leche materna ofrece al recién nacido gran protección de infecciones.

1.1.1.Preguntas de investigación.

1. ¿Qué es la lactancia materna?
2. ¿Cuáles son los beneficios de la lactancia materna?
3. ¿Cuáles son las posturas ideológicas sobre la lactancia materna de la población de Comitán de Domínguez Chiapas?
4. ¿Cuáles son los componentes de la leche materna?
5. ¿Cuáles son las técnicas de alimentación al seno materno?

1.2. Objetivos.

1.2.1 Objetivo general.

- Conocer las posturas ideológicas sobre la lactancia materna en Comitán de Domínguez Chiapas.

1.2.2 Objetivos específicos.

- Definir que es la lactancia materna
- Explicar los beneficios de la lactancia materna.
- Describir los componentes de la leche materna.
- Exponer las principales técnicas de alimentación al seno materno.

1.3. Justificación.

La lactancia materna es el primer alimento esencial que se brinda al recién nacido de forma exclusiva durante los primeros seis meses de vida y de forma complementaria hasta los dos años de edad.

La presente investigación va a reflejar conocimientos y teorías relacionadas a la lactancia materna como conocimiento en relación a su importancia beneficios y técnicas de un correcto amamantamiento.

Esta investigación se hace con la finalidad de dar a conocer las posturas ideológicas sobre la lactancia materna que se tiene en Comitán de Domínguez Chiapas, aportando información que servirá de apoyo para la orientación de la población de esta ciudad.

La razón a la que me llevo hacer este trabajo de investigación se basa en la necesidad de conocer acerca de la lactancia materna y que es lo que los lleva a no querer amamantar al neonato los primeros seis meses de vida.

Se considera importante ya que pretende ser una alternativa de apoyo en cuanto a las dudas o nulo conocimiento que tiene la población a cerca de este tema, conocer las necesidades que tienen las mujeres al momento de amamantar y conocer el porqué del abandono.

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños los nutrientes necesarios para un crecimiento y desarrollo saludable. Por lo tanto esta investigación permite poder orientar a la población de Comitán y en específico a las mujeres, sobre las bondades que aporta y así ellas puedan motivarse a seguir con la práctica de la lactancia materna.

Lo que me motivo a realizar esta investigación es porque me he percatado que en los últimos años las mujeres no practican la lactancia materna exclusiva por los tabús o la poca importancia que le dan. Debido a esto la investigación va más allá de informar se busca concientizar a la madre acerca de las consecuencias que traerán al hacer una omisión a la lactancia materna exclusiva.

Por lo tanto el objetivo de esta investigación es dar a conocer los beneficios que aporta la lactancia materna al igual que sus principales componentes en la leche materna y las técnicas adecuadas para una correcta alimentación al seno materno.

1.4. Hipótesis.

La población de la ciudad de Comitán de Domínguez tiene un bajo nivel de conocimiento sobre la lactancia materna.

1.4.1 Variables.

- **Variable independiente:** Lactancia materna.
- **Variable dependiente:** Conocimiento.

1.5. Metodología.

- **Método.**

La investigación científica está encaminada a profundizar el conocimiento de un proceso ya sea teórico, práctico o teórico-práctico, parte del conocimiento científico y lo lleva a la solución de problemas de la sociedad que de una forma u otra no han sido investigados o sus investigación se ha conducido en otra dirección.

La Metodología es la ciencia que nos enseña a dirigir determinado proceso de manera eficiente y eficaz para alcanzar los resultados deseados y tiene como objetivo darnos la estrategia a seguir en el proceso.

La metodología de la investigación o metodología de la investigación científica es aquella ciencia que provee al investigador de una serie conceptos, principios y leyes que le permiten encauzar de un modo eficiente y tendiente a la excelencia el proceso de la investigación científica. El objeto de estudio de la metodología de investigación lo podemos definir como el proceso de investigación científica, el cual está conformado por toda una serie de pasos lógicamente estructurados y relacionados entre sí. (Generalidades sobre metodología de la investigación, 2020.)

- **Metodología: tipo de método.**

Método inductivo.

El método inductivo es un proceso mental que, llega al conocimiento o la demostración de la verdad de los hechos particulares, probados, hace que se pueda llegar a una conclusión general.

Es un método basado en la inducción, es decir una operación mental que consiste en el establecimiento de una verdad universal o una referencia general basada en el conocimiento de un número de datos únicos.

El método inductivo se conoce como experimental y sus pasos son: 1) Observación, 2) Formulación de hipótesis, 3) Verificación, 4) Tesis, 5) Ley y 6)

Teoría. La teoría de la falseación funciona con el método inductivo, por lo que las conclusiones inductivas sólo pueden ser absolutas cuando el grupo a que se refieran será pequeño.

- **Tipo de investigación.**

Investigación documental e investigación de campo.

La investigación de campo es una técnica que se aplica extrayendo datos e información directamente de la realidad a través del uso de técnicas de recolección (como entrevistas o encuestas) con el fin de dar respuesta a alguna situación o problema planteado previamente.

La investigación documental es el método que consiste en la selección y recopilación de información por medio de la lectura y crítica de documentos y materiales bibliográficos de bibliotecas, centros de documentos e información. (Baena, 1985.)

Técnica que se caracteriza por el empleo predominante de registros gráficos y sonoros como fuentes de información y registros en forma de manuscritos e impresos. (Franklin, 1997.)

- **Enfoque metodológico.**

Cualitativo.

Es una vía de investigar sin mediciones numéricas, tomando encuestas, entrevistas, descripciones, puntos de vista de los investigadores, reconstrucciones los hechos, no tomando en general la prueba de hipótesis como algo necesario. (Generalidades sobre metodología de la investigación, 2020.)

1.5.1 Técnicas de investigación.

- a) Consulta bibliográfica
- b) Consulta tipo web
- c) Encuestas.

Capítulo II.

2. Orígenes y evolución del tema.

2.1. Origen de la lactancia materna.

La historia de la lactancia materna llega a ser muy antigua ya que sus principios surgen con la historia de la humanidad, durante la mayor parte de esta historia la mayoría de madres ha alimentado a sus hijos de forma normal y natural a través del seno materno.

Ofrecer leche materna como único alimento al niño hasta los seis meses y de forma complementaria al menos hasta los dos años de edad, es reconocido como el medio ideal durante la historia de esta práctica, para lograr de forma armónica el crecimiento y un desarrollo óptimo del niño.

“La leche materna ha sido durante toda la existencia del ser humano y el único alimento que el recién nacido y el lactante pequeño podían recibir para sobrevivir. Así pues desde la aparición del hombre en la tierra no se ha concebido otro tipo de alimento para la primera etapa de la vida humana.” (Aguilar, 2005.)

Al hablar de la historia de la lactancia materna es hablar de una actividad cultural en la cual interviene una serie de factores con son la clase social, creencias, religión, etnia y educación.

Teniendo en cuenta las necesidades y la importancia de la lactancia materna y la falta de un sustituto eficaz, el pecho de la madre o de la nodriza en las situaciones en las que esta era la opción ideal, suponía la diferencia entre la vida y la muerte del recién nacido (Talayero, 2004).

Se considera que la lactancia materna ha permitido la supervivencia de la especie humana en demasiadas circunstancias. Desde las civilizaciones más antiguas, hasta la modernidad, formando parte de un evolucionado sistema de alimentación y de crianza, que en el ser humano ha sido esencial para su supervivencia como especie y su alto desarrollo alcanzado.

La lactancia materna ha pasado por diferente evolución histórica fundamentado esta historia en tres etapas importantes: la civilización antigua antes del cristianismo, la civilización en la antigüedad influenciado por la iglesia como institución y el monárquico y la edad moderna afectada por la industrialización y la llegada de nuevas tecnología que han puesto en riesgo el equilibrio entre la elección de y la obligación de amamantar.

2.1.1. Origen de la lactancia materna en la prehistoria.

Cada cultura y época de acuerdo a sus conocimientos, creencias, valores y educación, desarrollaron distintas maneras propias de enfrentar la crianza y la práctica de la lactancia materna, se sabe que la mayoría de los pueblos ha respetado y estimulado la lactancia aprovechando sus ventajas, en muchas ocasiones, en las distintas épocas y lugares, en algunas ocasiones la lactancia materna se ha visto afectada por diversas circunstancias.

“Hace 5.000 años, en la época mesolítica, la leche fue considerada como alimento por excelencia, fuente de fortaleza y de vida” (Redondo del rio, 2005, pag.399.).

En la primera época que abarca de la prehistoria al cristianismo se contextualizan diferentes aspectos históricos relacionados con la lactancia materna, práctica que por condiciones biológicas ha estado ligada al desarrollo de la humanidad y que desde los inicios ha supuesto la búsqueda de la mejora de esta práctica.

Por otra parte se encontró referencias en el antiguo testamento, en la que se refiere a la tierra como “Tierra en la que fluye leche y miel” (Génesis 18:8) y hace referencia en el libro del génesis donde Sara, la mujer de Abraham, amamanto a su hijo Isaac a la edad de 90 años.

“La historia de la lactancia materna es tan antigua como la historia de la humanidad; descubrimientos recientes en este tema, combinado con las tendencias mundiales actuales en relación con la lactancia han provocado un renovado interés en esta práctica antigua.” (Gandarias, 1996, pag.2).

En esta época se considera en la mayor parte de las culturas aparecen recomendaciones o normas relacionadas con la lactancia materna: en Babilonia al igual que en Egipto y la India, la lactancia materna se practicaba hasta que el niño cumplía tres años de edad, siendo considerado en Egipto un honor practicar la lactancia.

“La lactancia materna debía darse hasta los 3 años de vida y debía ser exclusivamente administrada por las madres, pero se excusaba a las madres que estaban gravemente enfermas.” (Aguilar, 2005).

La religión y la mitología también intervenían en cada fase de la vida y así en los antiguos sacerdotes, médicos y jueces se esforzaban en potenciar la lactancia materna y en considerar la desaprobación de otras formas de alimentación infantil como fue la lactancia artificial.

2.1.2. Origen de la lactancia materna en la antigüedad.

Fue hasta en el mundo antiguo, tanto como en el oriente como en el occidente donde la lactancia materna tomó otro rumbo. Al principio fue considerado que las mujeres amamantaban al niño durante periodos más largos que los actuales. Como en la edad de la prehistoria la edad común de la práctica de la lactancia materna era hasta los tres años de edad, pero más tarde se consideró un periodo de amamantamiento de dos años de edad, disminuyendo el periodo de duración de esta práctica.

“Textos médicos de la India antigua aconsejan el destete únicamente después del segundo cumpleaños del niño.” (Redondo del río, 2005, pag. 400.)

Fue también en este periodo el inicio del uso de las nodrizas. El tema de las nodrizas se popularizó mucho en estos siglos ya que por creencias erróneas se consideraba que el amamantar era algo indigno, vergonzoso, no propio principalmente para las mujeres de clase alta, por lo tanto buscaban a una mujer que pudiera amamantar a su bebé.

Las nodrizas son personajes importantes ya que amamantaban a los hijos de aquellas madres, por lo general de una clase social más alta, que no querían

brindar lactancia materna por el desgaste que este producía, lo cual, con el tiempo, se fue convirtiendo en un trabajo remunerado económicamente. (Aguilar, 2005).

Solo se recurría a las nodrizas en aquellos casos en los que la lactancia no era posible, y fueron consideradas como profesionales y se alquilaban para ejercer esta práctica.

En ocasiones a algunas de ellas se les concedía el honor de ostentar el título de madre de leche. (Redondo del Rio, 2005).

Sin embargo no todos aceptaban el uso de estos personajes, ya que en algunos lugares como fue en el caso de Egipto, la figura materna gozaba de una gran consideración, además del significado biológico, tenía un fuerte significado ya que se consideraba que se establecía una fuerte relación entre la madre e hijo más allá de la provisión de alimentos para el recién nacido.

“En Egipto, se consideraba un honor practicar la lactancia y las mujeres gozaban de muchos privilegios al punto de obtener altos rangos en la corte del rey” (Aguilar, 2005, pag. 2.).

Los antiguos egipcios, conscientes de la importancia de la lactancia para la supervivencia y el desarrollo de sus hijos, incorporaron la lactancia materna a la dieta y las costumbres de lo que ellos consideraban niños divinos.

“En el amamantamiento tiene lugar algo más que una bebida de eternidad, se trata de una especie de iniciación” (Redondo del Rio, 2005, pag. 4001).

Se entendía como que los muertos se beneficiarían de estos mismos privilegios de renovación a través de la leche materna, hacia el otro mundo.

Pasando a la antigua Grecia, la lactancia materna era muy normal, pero el destete de los niños ocurría a una edad mucho más temprana y el uso de las nodrizas solo tenía un contrato de seis meses, iniciando así la alimentación complementaria, utilizando por un mes la leche de vaca como una sustitución de la leche materna.

“los griegos, en especial la figura de Sorano de Éfeso, considerado el padre de la puericultura, aseguraba que el destete debía realizarse a una edad más temprana y que junto con la destitución, constituía uno de los episodios más importantes y relevantes de la vida del niño” (Aguilar, 2005, pag. 3).

En Grecia se descubrió diversos recipientes y utensilios que eran destinados para la alimentación de los niños, descubiertos en excavaciones arqueológicas. “En el museo británico se conserva uno de los palilleros más antiguos conocidos, el recipiente, un objeto de barro profusamente decorado, se asemeja a una tetera” (Phoenikas, 450aC.)

Muchas de las costumbres que se manejaba en egipcio fueron transmitidos a Grecia y Roma, existen evidencias de que tras el nacimiento de un niño de buena familia era cedido a una nodriza, haciéndose cargo de su alimentación y educación hasta alcanzar su pubertad.

“la figura de las nodrizas, que era bastante solicitada por las clases altas, pues no solo ellas podían acceder a una mejor situación convirtiéndose nodrizas sino que, además de la familia que la contrataba adquiriría cierto prestigio en su comunidad, dado que era un lujo que no todos podían darse” (Aguilar, 2005, pag.3)

Se observa desde entonces como la lactancia materna no solo intervino en la evolución del ser humano sino que simultáneamente pasa de ser un medio de subsistencia nutricional para las personas, pues era el único medio de alimentación para los lactantes y un medio de subsistencia socioeconómica para las mujeres que se dedicaban a esta labor.

En esta misma época pero en Europa al igual que en Grecia a lo largo del tiempo se han encontrado recipientes para alimentación artificial, encontrando boquillas en tumbas de niños europeos en año 2000 A.C.

2.1.3. Origen de la lactancia materna en la edad media.

Desde los primeros tiempos del cristianismo y a lo largo de la edad media, los datos de la alimentación infantil son muy escasos ya que la lactancia materna era muy habitual por las madres y las nodrizas amamantaban sin restricción ya que cada vez más mujeres de clases altas y nobles hacían práctica del contrato de nodrizas.

“en la mayoría de los países del occidente cristiano, la medicina fue relegada a los monasterios y se produjo un abandono gradual de los usos y costumbres heredados del periodo grecorromano, que pasan a ser considerados como paganos, las comadronas asumen el control del periodo neonatal y a ellas concierne también aconsejar sobre la alimentación de los recién nacidos” (Redondo del rio, 2005, pag. 4005).

El uso de nodrizas se volvería normal a partir del siglo XI siendo una práctica remunerada; en algunas áreas hasta los artesanos y los pequeños comerciantes hacían empleo de nodrizas.

El pago por dichos servicios los recibía el marido de la nodriza, pues era el quien salía perjudicado con el desgaste que sufría su esposa (Paricio, 2004).

Se deduce que la lactancia no era solo un medio para la supervivencia, sino era considerado un mecanismo para fortalecer el poder, puesto que en muchas ocasiones las mujeres dejaban a sus propio hijos para convertirse en nodrizas de otros niños, muchas veces por la presión que ejercía su pareja.

Para ser nodriza era necesario que la mujer tuviera ciertas características especiales: apacibilidad, buena familia, cariñosa, jóvenes (entre 25 y 30 años) y con abundante cantidad de leche. (Dixon, 1988).

Se puede afirmar que durante la edad media, el amamantamiento era el terreno de los pobres, cuando el niño se rehusaba a mamar, era costumbre untar los pezones con miel, durante esta etapa el destete probablemente ocurría entre el primer y el tercer cumpleaños.

Se creía que cuando la lactancia materna no era factible para el recién nacido, se debería de alimentar al niño con leche de vaca. El origen de esta práctica no está claro pero estaba al menos en apariencia muy extendida probablemente debido a su simplicidad y bajo coste.

“Para ello se utilizaban fundamentalmente utensilios contruidos en madera o fabricados a partir de cuernos de vaca en los que posteriormente se aplicaba una tetina (a modo de aguante), habitualmente hecha de cuero, lienzo, tela o a partir de pezón de vaca.” (Redondo del Rio, 2005, pag. 406)

Simultáneamente comienza la difusión de biberones fabricados con madera o cuero en Alemania e Italia mientras que en el mundo árabe persevero y avanza en los conocimientos heredados de la cultura grecorromana.

Entrando a la edad media, empiezan a encontrar hallazgos de documentos en los que relatan cambios significativos, el primero conocido desde la prehistoria, parte de la idea de la lactancia materna como un alimento importante, considerado mejor si era suministrada por la propia madre y la segunda exceptúa de aquellas madres que por diferentes razones no podrían amamantar al niño y delegaban estas función a las nodrizas los cuales podrían amamantar de manera directa al niño o bien con el uso de tetillas o biberones.

2.1.4. Origen de la lactancia materna en el siglo XVI – XVIII.

Así como la lactancia materna ha figurado desde el inicio del hombre, el uso de nodrizas ha sido una parte fundamental de la misma historia.

En general durante esta etapa se mantiene las mismas tendencias en cuanto a la lactancia materna, tanto los sacerdotes como los médicos tenían la creencia que él bebe alimentando por una nodriza podría adquirir los vicios de esta a través de la succión. Pero la realidad era otra cada vez más mujeres se rehusaban amamantar a sus propios hijos, las mujeres ricas suponían que amamantar al pasar el tiempo las perjudicarían, ya que las haría parecer mujeres más viejas, no podrían vestirse a la moda y sus pechos se verían caídos, mientras

que las mujeres pobres no tenían otra opción que amamantar a sus hijos y a hijos de otras mujeres.

“Las mujeres y sus esposos tenían la creencia que amamantar retrasaría el retorno de la fertilidad y no podrían tener los numerosos herederos que deseaban” (Paricio, 2004).

Las mujeres nodrizas recibían un salario durante el tiempo que permanecían dado el pecho, así como un alojamiento y pensión completa para ellas.

Pero aún en el supuesto de que una mujer deseara amamantar a su propio hijo, probablemente su marido lo prohibiera.

“Era creencia popular que una mujer que acepte amamantar, aunque sea a su propio hijo, se transforma en una persona tan fuera de la moda y poco gentil, tanto como un caballero que no bebe, dice malas palabras y es profano” (Fildes, 1997, pag. 17).

Las personas acostumbradas a las nodrizas se llevaban a los niños para alimentarlos a su casa, sin embargo la mortalidad infantil fue en aumento, por lo tanto esta actividad está relacionada con la mortalidad infantil muchas veces la causa de esta era por asfixia o a infecciones de las que no estaban exentos los niños, es por eso que a las nodrizas los padres del niño les brindaban estancia para estar más pendiente de ellos.

“Durante el inicio del cristianismo se fomenta aún más el cuidado de los niños pues se les consideraban portadores de un alma inmortal.” (Aguilar, 2005. Pag.5).

Los médicos escritores de estos siglos, siguiendo a sus predecesores romanos, aconsejaban la lactancia materna durante los dos primeros años de la vida del niño.

“La mayoría de las mujeres destetaban a sus hijos ante del decimotercer mes y en la Alemania del siglo XVII lo habitual era amamantar al niño durante el primer año de vida” (Redondo del Rio, 2005).

La tendencia de no amamantar y que los niños sean destetados antes de lo recomendado pudo deberse a las restricciones culturales sobre el amamantamiento.

“Una mujer no debía amamantar cuando estaba embarazada o menstruando, se pensaba que su leche era mala o inexistente en esos momentos y no debía tener relaciones sexuales durante todo el periodo de amamantamiento” (Fildes, 1997, pag. 18)

El destete para los niños que eran alimentados por las nodrizas era una etapa muy dura ya que el niño abandonaba la casa de su nodriza, el único lugar que conocía y vivía a su hogar con su familia, que desde entonces desconocía. Además de los métodos bruscos que eran frecuentemente utilizados, como la aplicación de sustancias amargas sobre los pezones, en lugar del destete progresivo.

En este periodo se dieron acontecimientos importantes uno de ellos fue el declive de las nodrizas y la preferencia de que sea la madre quien se encargue de amamantar a sus propios hijos.

“Con el descubrimiento de América, la lactancia materna jugó un papel importante pues la desnutrición infantil no era un problema propio de nuestro continente, dado que el periodo de la lactancia materna era prolongado” (Aguilar, 2005.)

Otro acontecimiento considerado durante estos siglos fue el inicio y el contagio de algunas enfermedades, la presencia de estas y el contagio que se dio en los infantes, se dio a pensar que dichas enfermedades podían pasar al niño por medio de la leche materna, por lo que se alimentó la idea de que la propia madre es quien debe amamantar a su hijo, dejando a fuera el uso de las nodrizas.

“La importación de la sífilis a América y la exportación de la gonorrea a Europa. La presencia de estas enfermedades y su contagio a niños y niñas pequeños hace pensar de manera acertada” (Aguilar, 2005).

Además en esa misma época se empieza a manejarse la concepción del vínculo madre e hijo, pues ya que las nodrizas al amamantar a los niños, creaban una relación muy estrecha con él bebe que amamantaba, si la madre fuera la que amamantara dicha vinculación fuera más fuerte y además sería parte de un proceso necesario para que la maternidad se diera de manera adecuada, más sana y con el mejor desarrollo para ambos.

De manera de que la lactancia materna sufre una nueva evolución en donde las nodrizas pasaron de ser un medio de representación a nivel social con el pago de nodrizas a ser un medio de vinculación, donde las mujeres que ejercían como nodrizas como medio de subsistencia económica, empieza a quedar de lado, fomentando de una manera más insistente la unión madre e hijo, por medio de la primera alimentación desde el seno materno.

“Junto al destete temprano destaca en este periodo la práctica de la alimentación mixta, teniendo el uso de papillas desde los tres meses” (Redondo del Rio, 2005).

Aun con la introducción de la alimentación artificial y complementaria, empieza la desaparición de las nodrizas y la disminución de la desnutrición y la mortalidad infantil, ya entrando en la edad media.

2.2. Lactancia materna moderna.

La revolución industrial supone otro gran cambio en los sistemas de producción para la humanidad, este cambio también posibilitó la llamada revolución demográfica, debido al espectacular desarrollo de la higiene, la medicina, la técnica y la calidad de vida, inicialmente por el retroceso de la mortalidad, provocó un notable incremento de la población.

“La revolución industrial, se propugna un modelo de mujer libre, dispuesta a incorporarse al trabajo, frente al modelo de mujer, madre, nodriza, maestra condenado como no moderno y propio de las sociedades del pasado.” (Redondo del Rio, 2005).

La función nutricia que la mujer brindaba se fue progresivamente disminuyendo durante esta revolución y con la puesta de las leches industriales que se ofrecían

en el mercado, dio oportunidad a la liberación de las mujeres de la labor de crianza para ser integradas en el mundo del trabajo asalariado.

A lo largo del siglo XIX, la edad comúnmente recomendada de destete era hasta los nueve meses, pero antes de 1915 se había optado por hacerse de siete a ocho meses

De igual manera en esta etapa varios hechos propiciaron al destete precoz, donde las mujeres de bajo recurso acudían a las fábricas, las mujeres de clases media y alta se incorporaban al mundo profesional o se incorporaban a organizaciones sociales de manera voluntaria.

“El puritanismo extremo de la cultura victoriana imperante en Europa hacia que el amamantamiento público fuera inconcebible” (Redondo del rio, 2005, Pag.408.)

Siguiendo con la tendencia del periodo anterior se observó un decline progresivo de las nodrizas, aunque seguían siendo un recurso, pero con una serie de requerimientos para ser contratadas y se vigilaba constantemente su alimentación, salud, temperamento y moral, así como todo aquel factor que pudiera ser un peligro para la leche de los niños a cargo.

Fue a partir de la segunda guerra mundial con la introducción del uso de las leches artificiales y los suplementos de la lactancia, el papel de las nodrizas poco a poco iba en disminución hasta su total desaparición en la década de los años ochenta.

“La desaparición de las nodrizas en los años ochenta, coincide con la aparición del virus de la inmunodeficiencia humana, con la desaparición de las nodrizas, inicia la aparición de una enfermedad de transmisión sexual (sífilis) y termina con la aparición de otra” (Aguilar,2005).

Se consideró necesario, el uso de nodrizas para la alimentación de los infantes, ya que se toma conciencia que a través de la leche, se pueden transmitir enfermedades que a largo plazo serian mortales para él bebe.

Fue a partir de ese momento que la lactancia artificial entro en su apogeo, siendo una esperanza para muchas mujeres.

“A finales de siglo XIX muchos pensaban que la sentencia de muerte se firma cuando el biberón es prescrito” (Fildes, 1997).

La leche de vaca era la más utilizada por su fácil acceso, pero debido a la migración a las ciudades, una menor proporción de la población tenía acceso a la leche pura, recién ordeñada. La tasa de mortalidad infantil fue en aumento en ese entonces en varias comunidades y dos tercios de las muertes infantiles eran consideradas por cólera.

“A menudo se le agregaba tiza para disfrazar el hecho que la leche había sido diluida, frecuentemente con agua contaminada” (Aguilar, 2005.)

Amamantar era peligroso para las madres, ya que el amamantamiento provocaba en la madre, cansancio, fatiga, dolor de cabeza y vértigo. Se tenía la creencia que si la madre sostenía la lactancia más allá del noveno mes, la madre tendría riesgo de sordera, ceguera y locura.

“Los médicos pensaban que amamantar más allá del noveno mes comportaría un incremento de enfermedades mentales y raquitismo. Incluso el nerviosismo podía causar cólicos, dolores y pérdida de peso en su bebe” (Fildes, 1997. Pag 409).

Fue igual en el siglo XIX que algunos médicos aconsejaban suplementar la lactancia materna desde el nacimiento, entre sus razones para recomendarlo estaba la creencia generalizada de que la pérdida de peso fisiológica del recién nacido no era un hecho natural.

“Creían que la leche de las madres podía secarse en cualquier momento y aconsejaba combinar pecho y biberón durante todo el periodo de lactancia, para que posteriormente el destete fuera más fácil.” ((Redondo del rio, 2005, Pag.410.)

Otra de las razones que apoyaban el destete temprano era el miedo a la sobrealimentación, pero en este mismo siglo apporto una novedad que fue la idea

del control de los impulsos naturales de los niños por parte de los adultos, lo que en realidad se extendía más allá de la alimentación.

2.2.1. Lactancia materna en el siglo XX.

En el siglo XX que fue el siglo de los contrastes y de los avances científicos, donde empezando este siglo la pediatría ya independizada de las otras ramas de la medicina, logrando importantes progresos en cuanto a la asistencia del niño.

“Las tasas de mortalidad son todavía muy elevadas. En nuestro país mueren entre 250 y 500 de cada mil recién nacido.” (Redondo del Rio, 2005.)

Al inicio de este siglo existían publicaciones pediátricas, pero la evidencia científica de estas investigaciones dejaban mucho que desear, estos tratados de pediatría dedicaban una gran parte de sus aportaciones a los problemas de alimentación y la nutrición en los niños, estas investigaciones con el paso del tiempo fueron mejorando.

Uno de los médicos con mayor impacto en la primera mitad del siglo XX fue Adalbert Czerny, hablaba por primera vez de los trastornos nutritivos en los niños. Uno de esos trastornos era relacionado con el destete y se trataba de niños donde la leche materna era sustituida por una dieta monótona a base de hidratos de carbono y casi exenta de proteínas y vitaminas, este era conocido como trastorno nutritivo crónico distrofia farinácea.

“Los textos pediátricos dedicaban una extensa parte a la preparación de sustitutivos de la leche de mujer, las prácticas higiénicas en esta época, aunque mejores que en el pasado, eran casi primitivas y la adulteración de la leche seguía siendo habitual” (Redondo del rio, 2005.)

Uno de los hechos más trascendentes fue la comprobación de la inmadurez renal del recién nacido, que explicaba la imposibilidad de ser alimentado con leche de vaca, por su alto contenido en sales y proteínas.

Fue en el año de 1988, donde la OMS y la UNICEF complementa la estrategia indicando el papel que debe de tener médicos, enfermeras, y personal sanitario

en la promoción de la lactancia materna, promoviendo la iniciativa y el seguimiento de esta práctica.

Avanzado el siglo, las aportaciones científicas iban avanzando, clarificándose las recomendaciones nutricionales, Es por ello que el siglo XX puede calificarse como el siglo de los avances científicos y tecnológicos en la alimentación.

2.2.2. Lactancia materna en el siglo XXI.

En el siglo XXI conocido como el año del futuro, las actuales condiciones sociales y económicas de los países desarrollados, también como los avances científicos respaldan por la generación de la lactancia materna.

Se tiene la certeza de que la lactancia materna es el alimento ideal y más completo con el que puede contar los recién nacidos y lactantes.

“Las restricciones socioculturales que separaban a la mujer de su cuerpo, excluyéndola de su función nutricia, están perdiendo sustento y la lactancia materna se presenta como una recuperación de sentidos, ligada a la razón, a la ciencia, a la identidad, a la salud y al bienestar económico y psicológico.” (Aguirre).

La lactancia materna durante el paso del tiempo pasó de ser un medio de sobrevivencia a uno de subsistencia socioeconómica, luego se convirtió en un lujo que se convirtió en una distinción social que solo las mujeres de clases altas se podían dar, sino una preferencia por lo estético que muchas mujeres aun no teniendo las posibilidades se daban.

“Se hace necesaria a una sensibilización social que permita conocer las ventajas científicas demostradas de la lactancia, tanto para él bebe como para la madre.” (Aguilar, 2005, pag. 6)

El pensamiento sobre la lactancia materna al paso del tiempo fue cambiando, que paso de ser considerado como un bien material, que fue negociable por mucho tiempo, a ser considerado como un factor de relación entre madre e hijo, teniendo mucho mayor aceptación en las mujeres, puesto ante la existencia de

las fórmulas lácteas existentes en el mercado, la lactancia materna es tomada como la primera opción en muchas mujeres.

A través de la historia se observó las diferentes tipos de evaluación en la práctica de la lactancia materna, como fue la evolución ante esta situación desde la prehistoria hasta la actualidad que hoy vivimos, siendo que nuestra biología no ha cambiado mucho en los últimos años y la recuperación de información e investigaciones de la lactancia materna ha ayudado a cambiar la perspectiva de ella, donde algunas de la creencias y condiciones culturales y religiosas apoyaban a la resistencia del amamantamiento han quedado atrás volviendo a las mujeres y los recién nacidos el sano derecho de amamantar y ser amamantado.

“Sin embargo, la lactancia materna sigue siendo vigente a pesar de todas las transformaciones tanto en su concepción como en su uso, manteniéndose como la mejor opción para cualquier tipo de lactante de término o no, y no solo a nivel fisiológico, sino también a nivel psicológico y social” (Aguilar,2005.).

2.3. Definición de lactancia materna.

Al hablarse de lactancia materna exclusiva se refiere al momento en donde los bebés son alimentados únicamente con leche materna y no recibe ningún otro alimento.

Se considera como el alimento de elección durante los primeros seis meses de vida, continuando hasta el año de vida o hasta que la madre o el niño deseen, ya que es la forma más nutricional y saludable de alimentar a los bebés.

Según la OMS la “lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludable.” (Organización Mundial de la Salud, 2020.)

Suele ser una forma de proporcionar un alimento ideal para el crecimiento y el desarrollo sano de los lactantes; también es parte integral del proceso reproductivo, con grandes repercusiones en la salud de las madres.

La lactancia materna es un acto natural pero al mismo tiempo es un comportamiento aprendido, contribuyendo a la salud y el bienestar de las madres, ayudando a espaciar los embarazos, reduciendo el riesgo de cáncer de ovario y mama, aumentando los recursos familiares, siendo una forma de alimentación segura y carece de riesgos para el medio ambiente.

Es una práctica donde no solo se involucra a la madre y al recién nacido, sino también a los familiares y al personal de salud que son los encargados de brindar y orientar la información necesaria durante los nueve meses de embarazo, logrando una lactancia materna exclusiva éxitos.

“La lactancia materna exclusiva durante 6 meses es la forma de alimentación óptima para los lactantes. Posteriormente deben empezar a recibir alimentos complementarios, pero sin abandonar la lactancia materna hasta los 2 años o más.” (Organización mundial de la salud, 2020.)

Otra forma de definir la lactancia materna de manera exclusiva, es cuando él bebe no ha recibido ningún alimento solido ni líquido, ni otro tipo de leche que no fuera la materna durante los primeros seis meses de vida.

Esta práctica debe de iniciarse de manera inmediata después del parto, si es posible en el lugar donde se realizó, para establecer una relación estrecha entre la madre y el recién nacido.

El primer estímulo que induce a la producción de leche es la succión del recién nacido, es por eso que es importante que la madre brinde pecho al bebe para que este sea vaciado y tenga una mayor producción de leche materna.

La producción de leche es ajustada a las necesidades y al vaciamiento del pecho durante el día, esta siempre es adecuada al bebe y es todo lo que necesita.

“La succión estimula la secreción de oxitocina y la prolactina de la madre, así como de las hormonas intestinales del recién nacido, importante para la digestión del calostro y de endorfinas que le producen calma y placer.” (Urquizo Aréstegui, 2014.)

2.4. Definición de nutrición.

Por otra parte es importante abarcar en estos temas otras definiciones como es el caso de nutrición, teniendo en cuenta como nutrición a la “ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo.” (OMS, 2020).

Refiriéndose a los nutrientes que componen los alimentos, implicando los procesos que suceden en el cuerpo después de comer, desde la obtención de los alimentos, como la asimilación y la digestión de los nutrientes de los alimentos en el organismo.

Según la UNED nutrición es el “conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos.” (Facultad de ciencias de la universidad nacional de educación, 2020.)

De otra manera FAO lo considera como el “proceso involuntario, autónomo, de la utilización de los nutrientes en el organismo para convertirse en energía y cumplir sus funciones vitales.” (Organización de las naciones unidas para la agricultura y la alimentación, 2020.)

La nutrición es un proceso tan complejo que es realizado por el organismo, donde los alimentos suelen ser consumidos y absorbidos para la utilización de los nutrientes necesarios para el crecimiento y el desarrollo del organismo para el mantenimiento de la vida.

“Siendo la nutrición del recién nacido fundamental para mejorar la supervivencia infantil y fomentar un crecimiento y desarrollo saludable, siendo hasta los 6 meses de vida del lactante donde sus necesidades energéticas y nutrientes empiezan a ser superiores a lo que puede aportar la leche materna, por lo que se hace necesaria la introducción de una alimentación complementaria.”(OMS, 2020.)

2.5. Definición de leche materna.

Al hablar de lactancia materna es necesario definir que es la leche materna, según la OMS, la leche materna es el primer alimento natural de los niños proporcionando toda la energía y los nutrientes que necesitan durante sus primeros meses de vida y sigue aportándoles al menos la mitad de sus necesidades nutricionales durante la segunda mitad del primer año y hasta un tercio durante el segundo año de vida. (Organización mundial de la salud, 2020.)

La leche materna contiene todos los elementos nutritivos que necesitan para su crecimiento y desarrollo, así como las sustancias que lo protegen contra infecciones y alergias.

La leche materna promueve el desarrollo sensorial y cognitivo del recién nacido, además de brindar protección al bebé de enfermedades infecciosas y crónicas. Reduciendo la mortalidad infantil por enfermedades de la infancia, como diarrea o la neumonía.

Para la UNICEF La leche materna contiene anticuerpos especiales que protegen al bebé contra infecciones respiratorias, gripe, asma, infecciones del oído, diarreas, alergias y otras enfermedades.” (Fondo internacional de emergencia de las naciones unidas para la infancia, 2020.)

2.6. Definición de seno materno.

“Cuando se expulsa el feto a la luz del día, este mama la leche de los pechos para nutrirse, sin que nadie se lo enseñe, las mamas están situadas en el pecho y provistas de pezones. Están formados por un material glandular que, mediante una fuerza innata, convierte en leche la sangre que las venas le envían.” (Vesalio, 1543. Pag. 20.)

La lactancia materna y el acto de amamantar son conceptos muy cercanos. El seno materno o el amamantar “Es el proceso por el que la madre alimenta a su

hijo recién nacido a través de sus senos, que segregan leche inmediatamente después del parto.” (Lactancia materna, 2020)

Para la Real Academia Española amamantar es el acto de consentir, mimar excesivamente a alguien y especialmente a un niño. (RAE, 2020.)

El amamantamiento es la forma natural y normal para las mujeres de alimentar a sus hijos, es un acto puro donde la madre ofrece el mejor alimento que una madre puede ofrecer al recién nacido, no solo por el aporte nutricional si no también el aporte emocional que se brinda en ese momento, ya que es una vinculación afectiva que se establece entre la madre e hijo, construyendo una experiencia especial que solo las mujeres pueden experimentar.

El cuerpo de una mujer es tan único y maravillosos que suele estar preparado para esta nueva etapa, desde los cambios que surgen en el cuerpo en la formación del bebe, como en el momento del parto y de la alimentación por los senos, la mama es la estructura anatómica en la cual se encuentra la glándula mamaria, la cual alcanza su máxima capacidad durante la lactancia.

“La glándula mamaria están presentes en ambos sexos, pero en la mujer están poco desarrolladas antes de la pubertad, momento en que inician un desarrollo considerable, hasta alcanzar una estructura anatómicamente compleja, el máximo desarrollo de esta glándula se produce durante el embarazo y especialmente en el periodo posterior al parto y durante la lactancia”. (Valdez, 2010, pag. 65.)

Esta mama está formado por tres estructuras, piel tejido subcutáneo y tejido mamario. Si la madre y el recién nacido se encuentran en buen estado, es recomendable iniciar la lactancia a través del seno materno la más pronto posible, desde el nacimiento, colocando al recién nacido sobre el pecho de la madre, aceptando el contacto de piel con piel en un ambiente tranquilo e íntimo para la madre e hijo.

Aprobando el hecho de cuanto más se ponga al bebe en el pecho de la madre más leche se producirá en la mama

2.7. Definición de componentes de leche materna.

Otro concepto importante y fundamental al hablar de esta práctica de lactancia es el concepto de composición, que es todo aquello que compone o entra en la composición de la leche materna. “Reunir y disponer diversas cosas, formando un solo conjunto, de modo que todas ellas contribuyan a constituir la naturaleza y la bondad del mismo conjunto.” (Ruskin, 1845) además el equipo didáctico de océano lo define como “elemento que forma parte de una cosa o a la parte de una cosa que, junto con otras la compone” (2002).

Como se sabe la leche humana es considerado un líquido producido por las glándulas mamaria, de gran complejidad biológica, constituidos por diversos nutrientes, que la hacen nutricional e inmunológicamente apta para que un bebe sea alimentando con ella en forma exclusiva.

Los componentes de la leche humana, es todo aquel nutriente que conforma este líquido brindando al recién nacido, los principales nutrientes que requiere en esta etapa de la vida.

“Los componentes de la Leche materna son principalmente agua, proteínas, como componente principal destaca la caseína y carnitita, carbohidratos y grasas, así como vitaminas, electrolitos y minerales” (Aguilar, 2005, pag. 35.)

La lactancia en el humano tiene diferentes etapas y cada una varia en relación a volumen, duración y composición.

Cada tipo de leche que se presenta durante la alimentación del recién nacido, tiene diferentes funciones y características, estas consiste en tres etapas: el calostro, leche intermedia y leche madura. La composición de la leche materna varía según la etapa de la lactancia.

La leche materna sufre modificaciones de los elementos que la integran en diferentes etapas, de acuerdo a las necesidades y adaptaciones que requiera él bebe en esos momentos.