



ENSAYO

Nombre del Alumno: Leonardo Daniel Calzada

Nombre del tema: Lactancia Materna

Parcial: 5A

Nombre de la Materia: Enfermería del Niño y Adolescente

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es la mejor elección para nutrir al niño durante el primer año de vida. Sin duda, entre las múltiples ventajas que ofrece son preponderancia nutricional, contribución inmunológica del lactante, mejora la evolución de los bebés prematuros, reduce el riesgo de padecer alergias cuando hay una predisposición genética, aumenta la respuesta inmunitaria de las vacunas, entre otros aspectos. Conjuntamente con ello, la lactancia brinda un punto de mayor interacción entre la madre y el niño, lo que contribuye en el desarrollo del lactante.

La mala nutrición durante las primeras etapas del ciclo de vida puede conducir a daños extensos e irreversibles en el crecimiento físico y el desarrollo del cerebro. En cambio, la buena nutrición tiene un efecto positivo. La lactancia materna es la forma óptima de alimentar a los bebés, ofreciéndoles los nutrientes que necesitan en el equilibrio adecuado, así como ofreciendo protección contra las enfermedades.

En 2012, la Asamblea Mundial de la Salud (WHA) aprobó el objetivo global de nutrición de aumentar la tasa de lactancia materna exclusiva en los primeros 6 meses de edad al menos al 50% para el año 2025. La Organización Mundial de la Salud recomienda que los bebés deben ser amamantados exclusivamente durante los primeros seis meses de vida, y después introducir alimentos complementarios nutricionalmente adecuados y seguros, mientras se continúa con lactancia materna hasta los dos años de edad o más.

Según la OMS y la Unicef, a partir de los dos primeros años la lactancia materna puede extenderse hasta que el niño, la niña o la madre decidan, sin que exista ningún límite de tiempo. La Academia Americana de Pediatría recomienda mantener la lactancia al menos durante el primer año. El Comité de Lactancia de la Asociación Española de Pediatría coincide en sus recomendaciones con OMS y Unicef.

No se sabe cuál es la duración ideal de la lactancia materna en la especie humana. Los referentes sobre los términos y características de la lactancia se comprenden desde el contexto cultural de las madres que lactan, de tal forma que los periodos de lactancia se pueden extender tanto como la variabilidad de culturas existentes en el mundo. Se pueden referir casos en donde se considera un acto únicamente de bebés de pocas semanas o meses, así como también se encuentran casos en los que se ha mantenido la lactancia durante varios años. Algunos estudios antropológicos concluyen que la franja natural de lactancia en humanos se encuentra situada entre los dos años y medio y los siete años.

La leche materna humana es el alimento natural líquido producido por la glándula mamaria de la madre para alimentar al recién nacido. Está constituida por nutrimentos, sustancias inmunológicas, hormonas, enzimas, factores de crecimiento y células inmunoprotectoras que la hacen nutricional e inmunológicamente apta para que un niño sea alimentado con ella en forma exclusiva durante los primeros seis meses de vida. Se recomienda como alimento

exclusivo para el lactante hasta los seis meses de edad y con alimentación complementaria hasta los dos años de edad, ya que contiene la mayoría de los nutrientes necesarios para su correcto crecimiento y desarrollo. Además contiene inmunoglobulinas y otras sustancias que protegen al bebé frente a infecciones y contribuye a estrechar el vínculo madre e hijo, favoreciendo un adecuado desarrollo psicomotor.

Reduce los riesgos de enfermedad del infante ya que estimula su sistema inmunitario. El sistema inmunitario del recién nacido es menor al de una persona adulta en el 1 %, así que la leche materna debe ser considerada como la primera vacuna que se recibe en la infancia, ya que protege contra numerosas infecciones a las que una persona está expuesta durante su primer año de vida. Durante la lactancia se desarrolla y se activa un sistema eficaz contra E. coli, Salmonella, Campilobacter, Vibrio cholerae, Shigella y G. lamblia.

La lactancia materna dentro de la primera hora de nacido el bebé estimula la liberación de la oxitocina, hormona que ayuda a contraer el útero, expulsar la placenta, reducir el sangrado post parto y genera sentimientos de amor capaces de estrechar el vínculo afectivo madre hijo. La lactancia materna exclusiva puede retrasar un nuevo embarazo y a largo plazo las madres que amamantan tienen menos riesgo de sufrir cáncer de mama y de ovario.

La lactancia materna, además de ser el método de alimentación infantil más segura y saludable, también es el menos costoso. La leche materna siempre está lista, no requiere preparación ni necesita combustible, no demanda tiempo adicional para la preparación y esterilización de biberones y ahorra agua. A estas bondades se une el valor ecológico que tiene la lactancia materna al evitar la contaminación del medio ambiente y el agotamiento de los recursos naturales.

Tampoco necesita de grandes industrias para procesar la leche, fabricar empaques y biberones, ni de la ganadería, lo que contribuye a evitar el calentamiento global.

El impacto en el presupuesto familiar por la compra de leches artificiales infantiles, o de tarro, puede resultar nefasto, especialmente cuando se presenta el costo adicional por problemas de salud del niño con enfermedades asociadas a la ausencia de lactancia. Cuando el costo del cuidado médico recae sobre el sistema de salud, el impacto económico es evidente, o cuando la enfermedad del niño ocasiona la ausencia de la madre y del padre al trabajo, los empleadores y la economía también se ven afectados.

Conclusión La lactancia materna es la forma óptima de alimentar a los bebés, ya que proporciona los nutrientes que necesitan de forma equilibrada, al tiempo que protege frente a la morbilidad y la mortalidad debido a enfermedades infecciosas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

<https://www.paho.org/es/campanas/semana-mundial-lactancia-materna-2020#:~:text=La%20lactancia%20materna%20es%20la,mortalidad%20de bido%20a%20enfermedades%20infecciosas.>

https://es.wikipedia.org/wiki/Lactancia_materna

<https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/IHAN--Seccion-2-4-Hojas-Didacticas.pdf>