



ENSAYO

Nombre del Alumno: José Manuel Gómez Hernández

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

Cuatrimestre: Ejecutivo

LACTANCIA MATERNA

Como es bien sabido una alimentación correcta es indispensable en cada etapa de la vida, comenzando desde el embarazo hasta la vejez, siendo los primeros años de vida cruciales para un adecuado desarrollo y crecimiento, los cuales se verán reflejados en un óptimo estado de salud. La lactancia materna constituye una característica esencial en el proceso de crecimiento y reproducción humana, sin mencionar los diversos beneficios que aporta tanto a la madre como al bebé. Sin embargo, el proceso de amamantamiento en la primera etapa del desarrollo humano se ha subestimado en los últimos 50 años. Durante este periodo el tema de lactancia materna ha caído en diversas controversias y el amamantamiento disminuye continuamente en las áreas rurales y urbanas tanto en países ricos como en países pobres, no tratándose de causas biológicas sino socioculturales, laborales e institucionales. Pese al conocimiento de las ventajas del amamantamiento, las madres de la actualidad optan con mayor frecuencia a la utilización de sucedáneos de leche humana. ¿Cuál es la causa de que las madres prefieran alimentar a sus bebés con fórmulas infantiles sustituyendo los beneficios de la leche materna? Cada madre desea lo mejor para su hijo por lo que busca la mejor manera de alimentación para él bebé, pero pocas madres conocen los beneficios que la lactancia trae consigo, no olvidando los diversos mitos que llegan a las futuras madres durante el periodo natal, lo que provoca que estas opten por adquirir un sucedáneo antes de alimentar al bebé con su propia leche. El amamantamiento tiene diversas ventajas: estrecha el contacto físico y afectivo entre la madre y su hijo, y es más económica y eficiente que la alimentación con sucedáneos de leche humana. La leche materna es el alimento biológico con más alta nutrición para el niño durante su primer año de vida, además de estar a la temperatura adecuada para él bebé y a su disposición cuando lo necesite. La leche humana es una mezcla de más de doscientos compuestos con propiedades nutritivas y no nutritivas. La leche materna no es estéril, pero es bacteriológicamente segura, tiene los nutrientes perfectos y es de fácil digestión. Además es rica en anticuerpos, lo que protegerá al bebé de infecciones y alergias. El uso de lactancia no solo beneficia al bebé sino también a la madre, previniendo en ella el cáncer de pecho y ovario además de prevenir un nuevo embarazo. Las madres de la actualidad son en la mayoría de los casos mal informadas, y los mitos que se crean sobre el tema provocan que busquen un sucedáneo, suponiendo así que la alimentación del bebé será mejor si es “químicamente preparada.” Sin embargo, al amamantar al bebé, la madre puede atender mejor sus necesidades, lo que hace que lllore menos y suba de peso más fácilmente. El bebé amamantado gana más peso y a mayor velocidad durante los primeros 4 meses que un niño alimentado con fórmula. Ahora bien, el niño fue nutrido de forma continua a través de la placenta mientras se encontraba en el útero de la madre, por lo que no puede tolerar largos periodos de ayuno. Es trascendental para el recién nacido que sea alimentado dentro de la primera hora después de nacido succionando así el calostro de la madre en el que encontrarán todos los nutrientes que necesite. Él bebé deberá ser amamantado cada 3 horas por un tiempo aproximado de 10 min. Algunas madres prefieren amantar a sus bebés los primeros 3 o 4 meses de vida y después

destetarlos para que estos no creen dependencia. Sin embargo, lo ideal es alimentar al bebe los primeros 6 meses con la leche materna y sin necesidad de agua ni te, ni si quiera en climas calurosos.

Si bien las madres conocen los beneficios que la leche materna, olvidan lo que es importante para él bebe pensando en un sentido más estético ante la sociedad. Claro que hace tan solo algunos años, uno podía encontrarse a una mujer amantando a su bebe mientras viajaba por el transporte público, algo que parecía ser totalmente normal, cuando en la actualidad la mayoría de las mujeres prefiere cargar un biberón con algún tipo de formula antes que amamantar a sus hijos frente a alguien más, optando así por una manera menos conflictiva de alimentar a sus bebes. Ahora bien, las madres abandonan la lactancia por situaciones estéticas personales debido a los diversos rumores creados en la sociedad entre los cuales los más frecuentes que son: la lactancia provoca que se estropeen los pechos, amantar a un bebe duele, amamantar descalcifica y produce osteoporosis (lactamor.com). Ahora bien, las madres abandonan la lactancia por situaciones estéticas personales debido a los diversos rumores creados en la sociedad entre los cuales los más frecuentes que son: la lactancia provoca que se estropeen los pechos, amantar a un bebe duele, amamantar descalcifica y produce osteoporosis (lactamor.com). Realmente, éstos son sólo mitos o rumores que seguramente fueron creados por mujeres que tuvieron una mala experiencia lactando, por lo que las madres prefieren “cuidar su salud” y alimentar al niño con suplementos que suponen remplaza la leche materna. Sin embargo, respecto a la lactancia existen tanto buenas como malas experiencias, derivado de las cuales los mitos son desarrollados. Como todo proceso, la lactancia requiere de diversas técnicas para su buen funcionamiento. Si bien él bebe cuenta con el instinto de prenderse al pecho de su madre, ésta debe cooperar en el buen colocamiento del bebe. Lo principal es que, tanto madre e hijo se sientan cómodos y él bebe pueda lactar la leche que necesite. Si él bebe se encuentra en una buena posición la prensión será efectiva y reconfortante para ambos. Si él bebe no está bien prendido al pecho materno, no succionara la cantidad de leche necesaria y entonces sí provocara dolor y daño a los pezones, él bebe estará insatisfecho y por consiguiente querrá mamar demasiado o se negará a mamar.

En conclusión La lactancia materna protege contra el síndrome de muerte súbita infantil. Los bebés que son amamantados tienen un 60% menos de riesgo de morir por síndrome de muerte súbita infantil, comparados con los que no son amamantados. El efecto es aún mayor para infantes que reciben lactancia materna exclusiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

<https://www.unicef.org/mexico/lactancia-materna>

<https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding>