

La Lactancia Materna No Tiene Precio

No existe sustituto para la leche humana

Hoja de datos de CIMS

La Organización Mundial de la Salud, asociaciones de cuidado a la salud y agencias gubernamentales de salud ratifican la evidencia científica que demuestra la clara superioridad de la leche humana, y los peligros asociados a los productos lácteos artificiales. La Organización Mundial de la Salud recomienda que las madres den pecho de manera exclusiva al menos durante los primeros seis meses, y que continúen alimentando con leche materna durante dos años o más. La leche humana ofrece beneficios óptimos a todos los bebés, incluyendo prematuros y enfermos. La Asociación Americana de Pediatría alienta a los pediatras a promover, proteger y apoyar la lactancia en sus prácticas privadas, en hospitales, escuelas de medicina, comunidades y a nivel nacional.

Aunque en Estados Unidos un mayor número de madres dan pecho a sus recién nacidos, en 2001 menos de la mitad de aquellas madres que empezaron amamantando lo hicieron de manera exclusiva (sin agregar suplementos de leche artificial o de vaca), y menos de una de cada cinco estaban amamantando exclusivamente a sus bebés a los 6 meses. *Healthy people 2010* tiene como meta que tres cuartos de las madres amamanten desde el nacimiento, que la mitad de ellas siga amamantando al menos hasta el quinto o sexto mes, y que un cuarto de las madres den leche materna a sus bebés hasta el final del primer año.⁴

La leche humana es única. Los nutrientes superiores y las sustancias benéficas presentes en la leche humana no pueden ser duplicados. La lactancia proporciona una salud óptima, beneficios nutricionales, inmunológicos y de desarrollo para los niños, así como protección contra complicaciones del posparto y futuras enfermedades para las madres.

Beneficios de la lactancia para los niños

Sistema inmunológico reforzado y resistencia a las infecciones

- El sistema inmunológico de los bebés no madura completamente antes de los dos años. La leche humana contiene varios agentes que, al ser transferidos a los niños, les ayudan a luchar contra las infecciones. Incluye agentes que actúan contra virus, bacterias y parásitos intestinales.
- La lactancia reduce la incidencia de infecciones respiratorias, infecciones en los oídos, pulmonía, diarrea, e infecciones en el sistema urinario.
- La lactancia ayuda a proteger contra el Síndrome de Muerte Súbita (SIDS).
- La leche humana contiene agentes que aumentan la respuesta inmunológica al polio, tétanos, difteria e influenza.

Protección contra enfermedades crónicas

- La lactancia exclusiva durante un mínimo de cuatro meses reduce el riesgo de la diabetes Tipo I (diabetes mellitus de dependencia a la insulina) en niños con historial de diabetes en la familia.
- La lactancia exclusiva durante un mínimo de cuatro meses reduce la incidencia de asma y eczema.
- Elementos anti-inflamatorios en la leche humana reducen la incidencia de enfermedades del intestino como la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerativa.
- Los bebés que han sido amamantados tienen una menor probabilidad de desarrollar la enfermedad de Hodgkin o leucemia durante la niñez.

Beneficios nutritivos, físicos y mentales

- La leche humana, perfectamente balanceada y de fácil digestión, constituye la forma ideal de nutrición para los bebés. La leche humana es menos estresante para los riñones inmaduros de los bebés, y contiene lípidos y enzimas que promueven una digestión eficiente y una mejor absorción de los nutrientes.
- La composición de la leche humana cambia durante el transcurso de la toma, del día, y a lo largo del tiempo, para ajustarse a las necesidades del bebé.
- La lactancia reduce el riesgo de obesidad en la infancia. Los bebés que han sido amamantados aumentan menos peso y están más delgados al año de nacidos que aquellos niños alimentados a base de fórmula.
- La leche humana contiene ácidos grasos poli-insaturados de cadena larga importantes para el desarrollo del cerebro.
- Niños en edad escolar que fueron amamantados obtienen mejores resultados en exámenes cognitivos y de medición de IQ, así como en exámenes que miden la agudeza visual.
- La lactancia reduce la incidencia de caries dental y la necesidad de ortodoncia.

Beneficios de la lactancia para los bebés prematuros

- Las madres de bebés prematuros producen una leche que es más rica en proteínas y en otros nutrientes que la leche producida por las mamás de bebés nacidos a término.
- La leche humana contiene un enzima que ayuda al bebé a digerir la grasa de manera más eficiente.
- La lactancia en bebés prematuros ayuda a protegerlos contra enfermedades gastrointestinales e infecciosas.
- La leche humana promueve la maduración del tronco cerebral en los bebés prematuros y mejora el resultado de los exámenes de IQ en la infancia.
- La lactancia en los bebés prematuros reduce el costo de hospitalización y su duración.

Beneficios de la lactancia para la madre

- Las mujeres que amamantan inmediatamente después del parto se benefician de un nivel mayor de oxitocina, la hormona que estimula las contracciones uterinas, disminuyendo así el riesgo de hemorragias en el posparto.
- Las mujeres que amamantan tienen mayor posibilidad de perder el peso que aumentaron durante el embarazo y menor probabilidad de padecer obesidad.
- La lactancia reduce el riesgo de cáncer de ovarios y de mama premenopáusicas, de enfermedades del corazón, y de osteoporosis. Mientras más meses haya amamantado durante su vida, mayor será la protección.
- La lactancia exclusiva retrasa el reinicio del ciclo menstrual de 20 a 30 semanas y puede reducir el riesgo de anemia.

El costo de no amamantar

- Las familias estadounidenses gastan 2 billones de dólares al año en fórmula y otros sustitutos de leche humana.
- Adicionalmente, cuesta 1.3 billones de dólares cubrir el tratamiento (visitas médicas y medicamentos) de infecciones respiratorias, infecciones de oído y diarrea en bebés que no han sido amamantados durante el primer año.
- Durante el primer año de vida, el costo de atender infecciones en las vías respiratorias bajas de mil bebés que nunca fueron amamantados, excederá 25,000 dólares.
- El tratamiento de diabetes Tipo I en niños alimentados con fórmula tiene un costo excesivo de más de un trillón de dólares.
- Las aseguradoras privadas y gubernamentales gastan un mínimo de 3.6 billones de dólares al año en el tratamiento médico de condiciones y enfermedades que pudieron haber sido prevenidas con la lactancia.

La fórmula tiene un largo historial de revocaciones debido a la contaminación por bacteria y errores de manufactura que en muchos casos resultaron en enfermedades, daños permanentes o muerte. La información puede consultarse en la siguiente dirección:

<http://www.salerts.com/rcls/category/child.htm>

Fuentes

¹ U.S. Department of Health and Human Services. *HHS Blueprint for Action on Breastfeeding*, Washington, D.C. Office of Women's Health, 2000. Disponible en: <http://www.cdc.gov/breastfeeding/report-blueprint.htm>

² American Academy of Pediatrics Policy Statement, Work Group on Breastfeeding. *Breastfeeding and the Use of Human Milk (RE9729)*. *Pediatrics* 1997; 1035-1039. Disponible en: <http://www.aap.org/policy/re9729.html>

³ Ryan, A. S. Breastfeeding continues to increase into the new millennium. *Pediatrics* 2002; 110: 1103-1109.

⁴ U.S. Department of Health and Human Services. *Healthy People 2010*, Washington, D.C. Office of Disease Prevention and Health Promotion, 2002. Disponible en: <http://www.healthypeople.gov>

United States Breastfeeding Committee. *Benefits of breastfeeding* [issue paper]. Raleigh, NC: United States Breastfeeding Committee; 2002. Available at: www.breastfeeding.org

United States Breastfeeding Committee. *Economic benefits of breastfeeding* [issue paper]. Raleigh, NC: United States Breastfeeding Committee; 2002. Disponible en: www.breastfeeding.org

Walker, Marsha, ed. *Selling Out Mothers and Babies: Marketing of Breastmilk Substitutes in the USA*. Weston, MA: National Alliance for Breastfeeding Advocacy, 2001

CIMS, la coalición para mejorar el servicio materno-infantil, Asociación No Gubernamental reconocida por las Naciones Unidas, es resultado de la colaboración de numerosos individuos, investigadores y más de 50 organizaciones representando a más de 90,000 miembros. Promoviendo un modelo de bienestar para el cuidado materno-infantil que dará mejores resultados en los nacimientos y reducirá los costos de manera significativa, CIMS desarrolló una iniciativa de parto amigable para la madre (*Mother-Friendly Childbirth Initiative*) en 1996. Documento de consenso que ha sido reconocido como un importante modelo para mejorar el cuidado y bienestar de los niños desde el nacimiento, dicha Iniciativa ha sido traducida a varias lenguas y ha ido ganando apoyo en todo el mundo.

Coalition for Improving Maternity Services
P.O. Box 2346
Ponte Vedra Beach, FL 32004
info@motherfriendly.org
Phone toll-free: 888-282-CIMS (2467)
Fax: 904-285-2120

Para una copia gratuita de esta hoja de datos, o de alguna otra publicación de CIMS, por favor contáctenos a www.motherfriendly.org

© 2003 The Coalition for Improving Maternity Services (CIMS). Permiso para reproducir con atribución completa.