

E ENTREVISTA. MARÍA JOSÉ MONTECINOS, directora carrera de Obstetricia, Universidad San Sebastián, sede Valdivia:

“La lactancia es una situación de salud que implica un trabajo interdisciplinario”

ENTRE EL 1 Y 7 DE AGOSTO. Se celebró la Semana Mundial de la Lactancia Materna. Profesional ahondó en su importancia y beneficios. Profundizó también en el parto respetado.

María Alejandra Pino C.
 mariaalejandra.pino@australvaldivia.cl

Entre el 1 y el 7 de agosto, a nivel mundial, se celebró la Semana de la Lactancia Materna. Esta es una campaña que busca crear conciencia y estimular acciones en torno a la promoción y fomento de la lactancia materna.

Desde Valdivia, la carrera de Obstetricia de la Universidad San Sebastián se sumó a esta celebración, haciendo énfasis en que es el mejor alimento para los recién nacidos, debido a que proporciona nutrientes esenciales y fortalece su sistema inmunológico.

Así lo explicó María José Montecinos, quien es académica de la Facultad de Ciencias para el Cuidado de la Salud de la Universidad San Sebastián (USS) y directora de la carrera de Obstetricia en la USS, sede Valdivia. Se trata -complemen-

tó- de “relevar la lactancia materna a nivel mundial y poner realce en todos los beneficios y la importancia de ésta”.

María José Montecinos es matrona por la Universidad Austral de Chile (UACH) y magíster en Salud Pública con Mención en Gestión en Atención Primaria de Salud de la Universidad de Valparaíso.

Es de Paillaco, y desde su etapa universitaria se encuentra establecida en Valdivia. Su carrera profesional la ha desarrollado en el ámbito público de salud, en Mariquina, en el Hospital Base de la capital regional y en el Cesfam de Las Ánimas. En tanto, la academia la ha ejercido, primero en Santo Tomás, en la Universidad Austral de Chile y actualmente en la USS.

Siempre le interesó el área de la salud. Sin embargo, en la carrera de Obstetricia reconoció la labor que se realiza en momentos claves de la vida, como es el nacimiento, “esta-



MARÍA JOSÉ MONTECINOS ES ACADÉMICA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS PARA EL CUIDADO DE LA SALUD DE LA USS.

Tendencia a la baja de la natalidad en el país

Consultada respecto de las cifras de natalidad en Chile, María José Montecinos indicó que “ha mostrado una tendencia a la baja en las últimas décadas, y se ha hecho mucho más evidente en los últimos años”. Sobre lo mismo, agregó que “dentro de Latinoamérica, podría ser el país con más baja natalidad”. Preciso que en el país el promedio es de 1,5 hijos por mujer. Respecto de las razones, explicó que “hay varias, y una de ellas es que muchas mujeres están priorizando el desarrollo profesional, laboral y educativo, lo que hace posponer la maternidad o paternidad. Otras personas han mencionado, incluso, el costo económico de la crianza hoy en día, se muestra como una razón significativa para posponer o limitar la formación de familias numerosas como eran las que existían antes”. Con todo esto, apuntó a que esta tendencia provoca “una menor tasa de recambio poblacional, esto es, que vamos a tener más personas mayores que niños y niñas, y en un momento vamos a tener menos población joven o laboralmente activa, por lo tanto, las repercusiones pueden ir a nivel, incluso, económico y social del país, y también respecto de la carga de enfermedad asociada, debido al envejecimiento, por lo que se prevé un aumento del gasto en salud”.

Super Oportunidades

LAS MEJORES ARENAS SANITARIAS PARA TU GATO

COVEPA
 la mejor solución

AV. PICARTE 1571, ESQ BAQUEDANO, VALDIVIA | www.covepa.cl

mos más cerca de los momentos asociados a la salud y al bienestar más que a la enfermedad”, expresó.

Respecto de su interés por la academia, María José Montecinos comentó que uno de sus objetivos en la vida es ir transformando el cuidado de la salud que realizan los profesionales y, en esa línea, sostuvo que “qué mejor que hacerlo a través de la formación de profesionales que sean íntegros e

integrals. Creo que si bien la atención directa tiene un impacto transformador en nuestros usuarios y usuarias, siento que a través de la docencia ese impacto lo puedo multiplicar. No sólo mediante la docencia se transmite conocimiento y habilidades clínicas, sino que también esta intención de querer cambiar la atención en salud, promoviendo la humanización...”

¿Por qué es importante la lactan-

cia materna en cuanto a las ventajas tanto para el recién nacido como para la madre?

“La lactancia materna es crucial, particularmente, en los primeros días de nacido. Tiene beneficios tanto para los hijos e hijas, pero también para las madres. Hay numerosos estudios que han demostrado la importancia de ésta y los beneficios para la salud. Por ejemplo, indican que los bebés que han sido alimentados exclusivamente

con lactancia materna tienen un riesgo significativamente menor de hospitalizaciones debido a infecciones y enfermedades. Por lo tanto, incluso se habla de que la lactancia materna puede ser la primera vacuna que recibimos cuando nacemos, por todos los componentes inmunológicos que son entregados a través de ella.

(viene de la página anterior)

También, se ha encontrado que tiene un impacto a largo plazo en disminuir los riesgos de obesidad y diabetes tipo 1 en estos niños y niñas alimentados con lactancia materna.

Y en las madres, un beneficio está relacionado con la recuperación post parto, se ha comprobado que es más rápida; tiene efectos también en disminuir el riesgo de diabetes tipo 2 en las mujeres que han dado lactancia materna; incluso, en algunos casos, tiene un impacto en algunos cánceres, como el de mama y ovario, estadísticamente se ve que las mujeres tienen un menor riesgo de desarrollar estos cánceres. A largo plazo, tiene un impacto en la disminución de las enfermedades cardiovasculares que hoy en día también son un problema importante de salud.

En no todos los casos se puede dar la lactancia materna, ¿qué ocurre en éstos?

-Hay situaciones, que son muy puntuales, en donde está contraindicada la lactancia materna. Pero también hay casos en donde existen dificultades para poder entregar directamente esta lactancia materna, por ejemplo, cuando un hijo o hija es hospitalizado; en éstos, hay alternativas como la extracción de la leche materna para posteriormente ser entregada a los recién nacidos.

Hay también hartas aprehensiones respecto del apego. Se ha hablado de que la lactancia materna mejora el apego. Al respecto, la lactancia puede ser uno de los elementos importantes asociados al apego, pero no es el esencial. La verdad es que hay otras formas de poder suplir esto, lo que más lo mejora es la respuesta que uno tiene a sus hijos e hijas, al consolar, al responder cuando ellos requieren algo, eso tiene mayor impacto que la lactancia en sí misma.

¿Existe la suficiente promoción o difusión de la importancia de la lactancia materna?

-Hay información respecto a es-

te fomento e importancia. Hay muchos hospitales o clínicas que se acreditan como "Amigos de la lactancia".

Uno de los elementos fundamentales en estas acreditaciones es la entrega de información. Pero claramente falta llegar más a la comunidad, al territorio, al terreno. Existe una semana que es donde damos más realce, pero esto debiera ser un continuo de enero a diciembre.

¿Esto se debe abordar de forma interdisciplinaria?

-La lactancia es una situación de salud que implica un trabajo interdisciplinario. No es solamente una cuestión de alimentación, sino que involucra aspectos de salud, de salud mental y biopsicosociales en general. Entonces, el desafío específico puede variar en una familia u otra, en una madre u otra, por lo tanto, este enfoque interdisciplinario nos asegura poder abordar todas las dimensiones y cubrir de manera integral. Esto ayuda a cerrar también algunas brechas, en estos casos hay muchas situaciones que nos enfrentan dificultades y que no podemos solo los matrones y matronas, sino que requerimos profesionales que nos apoyen. Por poner un ejemplo, si detectamos una situación en donde hay un problema de succión, respiración y deglución quienes son expertos en esas áreas son los fonoaudiólogos y ellos también se han ido especializando en esta temática, por lo tanto, podemos solicitar apoyo y entregar una atención mucho más integral.

¿Hasta cuántos meses es recomendable el consumo de la leche materna?

-La Organización Mundial de la Salud nos indica que la lactancia materna exclusiva se recomienda hasta los seis meses. Luego de eso empieza la alimentación complementaria, en donde se hace esta mixtura entre la lactancia materna y la alimentación propiamente tal y esto idealmente pudiese per-



ES DE PAILLACO, Y DESDE SU ETAPA UNIVERSITARIA SE ENCUENTRA ESTABLECIDA EN VALDIVIA.

“

En Chile, este concepto se refleja en algunas políticas, como por ejemplo en el programa Chile Crece Más, donde se promueve la atención personalizada en el nacimiento, y debe asegurar este enfoque respetuoso ...”

“

Hay muchos hospitales o clínicas que se acreditan como "Amigos de la lactancia". Uno de los elementos fundamentales en estas acreditaciones es la entrega de información...”

María José Montecinos
Dir. carrera Obstetricia USS

durar hasta los dos años.

PARTO RESPETADO

Cada año, se conmemora también la Semana Mundial del Parto Respetado. El propósito es concientizar respecto de la importancia de los derechos para la madre, su hijo y familia durante el nacimiento.

¿Qué se entiende o en qué consiste el parto respetado?

-Cuando se habla de parto respetado nos referimos específicamente a que la mujer, la gestante, pueda tener el control sobre su experiencia del parto, seguir su ritmo, poder decidir de qué manera va a manejar el dolor, respetar sus preferencias y necesidades de manera individual, y evitar las intervenciones innecesarias.

En lo más concreto, ¿qué implica para las madres y tiene implicancias también para su entorno?

-El concepto de parto respetado implica para las madres el concepto de autonomía, principalmente, y un mayor nivel de satisfacción porque ella está tomando las decisiones respecto a su proceso, y finalmente los profesionales de la salud estamos acompañando ese proceso, más que intervenir. Hay

menor cantidad de estrés cuando las personas pueden decidir respecto de su salud. Y para el entorno significa que nosotros, como profesionales, podamos crear un ambiente de apoyo y respeto, disminuir estas intervenciones innecesarias y optimizar la experiencia del parto para cada familia, y también de manera empática, respetuosa, y por qué no decirlo, compasiva.

¿Esta práctica cuándo se instala y por qué?

-Esto se viene hablando desde la década de los 70. Un obstetra francés, de apellido Leboyer, empezó a hablar de esta temática, empezó a hablar de la humanización de parto. En esa época él escribió un libro que se llama "Por un nacimiento sin violencia" y empieza a dar las primeras directrices respecto a cómo sería una atención más humanizada del nacimiento, donde habla de aspectos en ese entonces ya de, por ejemplo, usar una luz tenue, ser menos invasivos. Pero no es hasta 2004 cuando la Asociación Francesa por el Parto Respetado crea la Semana Mundial, que se celebra en la primera quincena de mayo y que distintos países la van adoptando para visibilizar el modo en que es-

tamos naciendo los seres humanos, y asumiendo los compromisos que esto también trae, como visibilizar esta temática.

¿Cómo este concepto está incorporado en políticas públicas en Chile?

-En Chile, este concepto se refleja en algunas políticas, como por ejemplo en el programa Chile Crece Más, donde se promueve la atención personalizada en el nacimiento, y debe asegurar este enfoque respetuoso y centrado en las necesidades tanto de las madres como de sus bebés y sus familias durante el parto.

También, hoy en día tenemos la Ley Mila, que modifica la ley de derechos y deberes del paciente, y que reconoce el acompañamiento durante el trabajo de parto y establece ciertas medidas del trato digno y respetuoso a quienes brinda el apoyo en este proceso. Por otra parte, tenemos la Ley Domingo, que establece estándares especiales para el acompañamiento en situaciones en donde los padres o madres han sufrido la pérdida gestacional o perinatal, se debe garantizar un trato sensible y respetuoso en estos casos.

Esto es lo que está establecido en nuestro país, pero debemos mejorar algunos aspectos que fortalecen la infraestructura de algunos hospitales, por ejemplo, el Hospital Base Valdivia para poder implementar algunas adecuaciones bajo este concepto de parto respetado, como es el desarrollo de salas de parto integral, que son espacios individuales y especialmente acondicionados para que las madres puedan realizar tanto su trabajo de parto como la recuperación y la atención de su hijo o hija en el mismo lugar y que cuente con todo el equipamiento para asegurar una atención de calidad y segura, y en un entorno totalmente cálido y en donde pueda participar, por qué no, el padre o la persona significativa que ella decida.