

**E**

Editorial

# Relevancia de la lactancia materna

La OMS le ha pedido a los Estados que asignen más recursos para fomentar el amamantamiento de las guaguas.

Con el lema “Cerrando la brecha: apoyo a la lactancia materna en todas las situaciones”, la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2024 comenzó ayer para destacar la importancia de que todas las madres puedan amamantar con éxito a sus hijos. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha llamado a los Estados para que asignen mayores recursos para proteger, promover y apoyar políticas y programas de lactancia materna, especialmente en las familias más vulnerables. Se busca sensibilizar a los empleadores a apoyar a sus trabajadoras para que puedan continuar amamantando a sus hijos y recomienda medidas que incluyen la licencia por maternidad remunerada, horarios de trabajo flexibles y reducidos, y espacios para facilitar la lactancia materna en el trabajo, aspectos en los que Chile ha mostrado importantes avances.

En los últimos años, en Chile ha regresado lentamente la costumbre del amamantamiento. Hace unos 30 años se había hecho común sustituir el “dar pecho”, por los “rellenos”. Los tiempos eran distintos, la mujer comenzaba a trabajar y había fórmulas o preparados que se estimaba podrían ser un buen sustituto.

Esto se prolongó en los ‘90 por una cuestión de estética y que en algunos casos sigue hasta hoy.

La importancia de la lactancia materna está demostrada, pues contiene todos los nutrientes que el bebé necesita para poder crecer de manera saludable. Entrega protección contra infecciones respiratorias, gástricas, intestinales y de oído. Evita las diarreas, ayuda a su buen desarrollo neurológico, protege contra las alergias y existe una menor probabilidad de ser obesos en su infancia. Es por eso que se debe seguir fomentando el amamantamiento entre las mujeres, en especial, quienes trabajan.

Pero no sólo se trata de ventajas alimenticias, porque está comprobado que durante la lactancia los bebés se sienten más queridos y aprenden a confiar. Es, además, una efectiva manera de darle consuelo, de estimular su desarrollo y de fortalecer el vínculo con la criatura. La leche materna la protege en forma natural de enfermedades y mantiene en óptimas condiciones el sistema inmunológico. Los estudios han determinado que el niño o niña alimentada así, rara vez tendrá enfermedades respiratorias, digestivas, otitis o alergias, o estas serán de menor intensidad. Asimismo, es menor el riesgo de desarrollar obesidad.