



Por un niño  
sano en un  
mundo mejor

# Sociedad Argentina de Pediatría

MIEMBRO de la ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE PEDIATRÍA y de la ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE PEDIATRÍA

---

## **Amamantar es tu derecho y el de tu bebé, tu pediatra será tu aliado para lograrlo**

Actualmente se sabe que la nutrición temprana y en especial la alimentación con leche materna afecta la vida actual y futura de cada persona. Las experiencias de los primeros dos años, más el embarazo (Los 1000 días) marcan en forma profunda e indeleble el futuro del individuo. Constituye un ambiente favorecedor de la expresión de sus mejores potencialidades, o por el contrario favorece la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles: obesidad, resistencia a insulina, diabetes tipo 2. Se lo denomina la epigenética.

Los pediatras tenemos la oportunidad de informar, influir, apoyar y sostener la lactancia materna de las madres y familias de nuestros pacientes. Difundimos conceptos clásicos y otros nuevos sobre la leche materna y su poderoso efecto en la salud y el desarrollo de niños y sus madres, en su vida actual y futura. Nuestra palabra y actitud es básica para fortalecer el proyecto de amamantar a ese niño, o por el contrario para poner en duda su capacidad de nutrir a su hijo y debilitar la confianza de cada madre en poder hacerlo.

La sensación de persona única e irremplazable para su bebé, que puede sentir una madre es muy poderosa, y alimenta un vínculo fuerte y necesario para el adecuado desarrollo y crecimiento del bebé. El placer de ambos en el momento de amamantar, es nutrición psíquica para el individuo en formación y recompensa a la madre en todo sus esfuerzos. Además los asocia en un acto único y repetido que fortalece su vínculo y previene alteraciones.

La madre que decide no amamantar, también debe ser asesorada y acompañada. Se trata de una decisión personal, y lo óptimo sería que cuente con ayuda profesional para hacerlo tranquila y confiada.

Las madres con dudas, poca información o malas experiencias anteriores, deben contar con todo el apoyo e información adecuados para superar los obstáculos, evitar el dolor, y lograr una lactancia materna de acuerdo a su proyecto y sus posibilidades.

La madre que trabaja, está probado, que puede continuar amamantando en sus horas de estar con su hijo, y es muy posible que se extraiga leche para alimentarlo en su ausencia. Existe evidencia de la superioridad de esta nutrición sobre ninguna otra; y el niño se enferma menos; ocasionando menos ausentismo laboral materno.

La madre no puede lograr sola su proyecto y deseo de alimentar a su hijo con el mejor alimento, requiere una organización familiar que se lo permita, y reemplazo en sus otras tareas hogareñas. La madre necesita apoyo, información, descanso y buena alimentación.

En su entorno laboral, ella requiere conocer sus derechos y la legislación que la protege; además de un ambiente facilitador de su extracción de leche periódica, y de sus licencias. Muchos Jardines Maternales tienen la necesaria capacitación para ofrecer información y apoyo oportunos.

La atención cálida y respetuosa de su salud y de su embarazo y nacimiento, el cumplimiento de la legislación, y además una familia y un entorno comunitario que la apoyen; de otro modo, no lo puede lograr.

Los equipos de salud y sus integrantes son aliados básicos y necesarios para este proyecto.

De no encontrar el apoyo adecuado, la madre consulta en otras instancias de la comunidad, y pierde la confianza en su equipo profesional. El pediatra tiene la responsabilidad de capacitarse en este como otros temas, de detectar precozmente las dificultades y de atender o derivar según la ocasión. La rápida solución con fórmulas lácteas, no sólo ofrece un alimento de menor calidad sino que disminuyen la producción de leche materna, la confianza en poder hacerlo, y debilitan la técnica adecuada por parte del bebé. Existe numerosa oferta de posibilidades y recursos para capacitarse o actualizar los conocimientos acerca del tema.

Como siempre, la mejor solución es atender en equipos de salud, fuertes, activos y dinámicos, que se alternen en los roles y trabajen en coherencia con un mismo discurso.

### **Subcomisión de Lactancia Materna**