

## FACTORES QUE AFECTAN LA DURACIÓN DE LA LACTANCIA MATERNA EN POBLACIONES VULNERABLES DE LATINOAMÉRICA

Lourdes García Munizaga\*\*

<sup>a</sup>Estudiante de Obstetricia, Facultad de Medicina Clínica Alemana de Santiago - Universidad del Desarrollo.

Artículo recibido el 20 de abril, 2021. Aceptado en versión corregida el 10 de julio, 2021.

### RESUMEN

La lactancia materna constituye la mejor forma de darle una alimentación de calidad a los niños; debido a su composición y a sus diversos beneficios. A pesar de esto, a lo largo de los años se ha vuelto una práctica que ha perdido popularidad, y que cada día es suspendida más temprano dentro de la vida del lactante. Esto se debe a diversos factores, tales como el trabajo, la educación acerca del tema, y el aporte que la red de apoyo de la madre le entregará durante el periodo. Las concepciones acerca de la lactancia hoy en día deben ser cuestionadas, es esencial mejorar la preparación que los lugares de trabajo y profesionales de la salud entregan a la madre acerca de esta, especialmente en lugares vulnerables, donde es un método esencial para la supervivencia de los niños en sus primeros años de vida.

**Palabras clave:** Lactancia materna, Lactantes, Educación alimentaria y nutricional, Poblaciones vulnerables.

### INTRODUCCIÓN

La lactancia materna constituye la forma más efectiva de proporcionar una alimentación de calidad y nutritiva al lactante, especialmente si es la única fuente de alimento que se tiene hasta los 6 meses de edad (lactancia materna exclusiva). La leche materna se define como un fluido bioactivo capaz de aminorar el riesgo de contraer enfermedades y disminuir la incidencia y severidad de estas mismas<sup>1</sup>.

Resalta por sus convenientes cualidades: fortalece el vínculo afectivo, sirve como método anticonceptivo, reduce las posibilidades de depresión post-parto, mejora el sistema inmunológico, y al ser gratis, es un gran aporte económico.

Aun así, solo un 40% de los lactantes menores de seis meses reciben leche materna como alimentación exclusiva<sup>2</sup>. Con los años y evolución de las creencias respecto a la crianza, es una práctica que se ve cada día más en desuso y desventaja en comparación a la credibilidad que han adquirido otras formas de alimentación.

Cabe preguntarse entonces, ¿por qué la forma más práctica de nutrir a un niño ha experimentado una disminución de popularidad entre las madres?, existe una infinidad de explicaciones, y todas coinciden con el hecho de que las razones varían según cada madre, ya que dependerá de sus propias experiencias, contextos sociales, culturales, económicos y conocimientos acerca de la práctica.

Sin embargo, se puede consensuar en el hecho de que la lactancia, y su período de duración, se ven directamente afectados por la falta de información que la madre posee acerca de la práctica y por factores tanto sociales como personales.

### DESARROLLO

El nivel de conocimientos que se posee acerca de la lactancia es sumamente influyente en el abandono completo o precoz de esta. Amamantar no es tan

sencillo como se puede llegar a imaginar, consiste de técnicas y conocimientos que deben ser instruidos por un profesional, con la finalidad de preparar a la madre y entregarle herramientas para enfrentar posibles dificultades, y así poder lograr un proceso exitoso y sencillo.

Las complicaciones que puede conllevar son diversas y fácilmente causan frustración en las madres, por ende, es esencial que dispongan de ayuda de un profesional para auxiliarlas.

Un estudio conducido en Bucaramanga, Colombia<sup>3</sup>, reveló que las madres con conocimientos deficientes acerca de la práctica tuvieron una velocidad de abandono de la lactancia exclusiva durante los primeros seis meses de vida del lactante dos veces mayor que aquellas madres con buenos conocimientos. Asimismo, aquellas madres que no recibieron una demostración sobre la técnica adecuada para amamantar o solamente recibieron información sobre los beneficios, presentaron una mayor velocidad de abandono comparado con aquellas que recibieron información sobre la técnica y los beneficios de la lactancia. Adicionado a esto, diversos ensayos clínicos han demostrado que al aumentar los conocimientos de las madres acerca de lactancia mejoran las prácticas de esta, tanto en su iniciación como en su duración<sup>3</sup>

Por otro lado, una investigación conducida a madres originalmente residentes de poblaciones desplazadas (lugares que debido a la falta de seguridad y peligro que provocó el conflicto armado tuvieron que ser abandonados), reportó que solo el 13% de las encuestadas conocían la forma correcta para amamantar, y el 10,5% había suspendido por problemas del pezón o por enfermedades del lactante (13,3%)<sup>4</sup>.

En Latinoamérica, 58 millones de mujeres viven en zonas rurales, en las que se encuentran los focos más duros de pobreza e inseguridad alimentaria<sup>5</sup>.

\*Correspondencia: lgarciam@udd.cl



Estas mujeres, al ser las únicas sostenedoras de sus hogares o al no tener buena situación económica, deben trabajar para mantenerse y a sus hijos. Esto repercute en la lactancia, debido a que en sus trabajos no disponen del tiempo necesario para amamantar a sus hijos, lo que puede causar eventualmente un corte repentino de la práctica.

En barrios pobres de cuatro ciudades colombianas (Cali, Cartagena, Medellín e Ibagué), un estudio acerca de factores asociados a la lactancia evidenció que existe un vínculo directo entre la situación laboral de la madre y la duración de su periodo de lactancia<sup>6</sup>.

En madres en busca de trabajo, su promedio de lactancia exclusiva fue de 4 meses, y en casos de mujeres solteras, en las que ellas constituían el principal ingreso de dinero, fue tan bajo como 2,8 meses en Cali, la población de estrato económico más bajo del estudio<sup>6</sup>.

En la encuesta a mujeres colombianas que vivían en un asentamiento, originalmente pertenecientes a poblaciones desplazadas, se encontró que el 9% de ellas suspendía la lactancia debido al trabajo, y que la ausencia de facilidades para amamantar aquí fue el factor que más afectó en la suspensión<sup>4</sup>.

Por otra parte, la opinión del círculo cercano de la madre y de su pareja (sea o no familiar del lactante), afectará en la lactancia ya que este es un proceso que requiere de paciencia, comprensión y apoyo<sup>4</sup>. Si la mujer no posee esta red, es muy posible que esta se vea afectada. Esto se evidencia al analizar que un 64,6% de las mujeres se ven motivadas a amamantar por el ejemplo de otras familiares que lo hicieron, y un 60,4% por la actitud positiva del esposo, mientras que un 15,6% se vio desmotivada debido a consejos de familiares y por celos del esposo frente al lactante (10,4%)<sup>4</sup>.

Es intrigante por qué es una problemática constante el tema laboral, y por qué no existen flexibilizaciones de las horas de trabajo para disponer del tiempo para amamantar. Según cada país, hay leyes que respaldan la lactancia. En Colombia, el Artículo 238 del Código Sustantivo del Trabajo plantea que se dispone de una hora durante la jornada laboral, la que puede ser dividida en dos tramos de treinta minutos, o unificar estos periodos. Este tiempo es remunerado durante los primeros 6 meses de edad del niño<sup>7</sup>.

No obstante, estos periodos son insuficientes. No todas las mujeres necesitan el mismo tiempo para amamantar, y en el caso de que haya dificultades (de acople, heridas, etc.), se puede necesitar bastante más tiempo. Además, para un lactante no basta con una alimentación durante la jornada de trabajo, y la extracción de leche es un proceso aún más complicado. Sumado a esto, la mayoría de los lugares laborales no poseen un lugar en donde esta se pueda realizar cómoda e higiénicamente, ni un sistema de refrigeración para conservar la leche.

## CONCLUSIÓN

En definitiva, la lactancia materna es una práctica que no ha recibido la suficiente importancia dentro de la sociedad. En ese sentido, se debe aumentar la capacitación y conocimientos que las madres y sus familias poseen acerca del proceso que vivirán, e implementar una facilitación de ayuda profesional en caso de dificultades.

Es urgente incluir la lactancia en el ámbito laboral. Estos lugares deben ser equipados para sus trabajadoras que estén amamantando, ya que su realización no tiene por qué constituir un problema para la madre o el lactante. ¿Por qué entonces conlleva tantas dificultades para practicarla, siendo tan esencial? ¿Por qué una mujer debe elegir entre la nutrición de su hijo y su puesto laboral?

No debería implicar un sacrificio poder entregar la nutrición más óptima a sus hijos, especialmente en casos de madres con situaciones vulnerables, en las que es imprescindible el alivio económico que amamantar puede significar.

Es necesario implementar profesionales de la salud capacitados y presentes a largo plazo para acompañar a las mujeres en este periodo, y así, enseñarles a enfrentar las dificultades que la lactancia pueda presentar, para evitar una suspensión, y lograr que sea un proceso dócil y agradable.

Indiscutiblemente, cabe reflexionar acerca de las prioridades que ha sobrepuesto la sociedad ante esta práctica, y cuestionarse por qué la atención médica está fallando a la hora de obtener lactancias que se mantengan a largo plazo.

La lactancia constituye el proceso más importante nutritivamente del ser humano, por lo que debe ser correctamente instruido y respetado, tanto en su ámbito científico, como también, y sumamente esencial, humanitario.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministerio de Salud de Chile. Lactancia Materna (Internet). Chile: MINSAL; 2015 (citado el 6 de mayo de 2020). Disponible en: <https://www.minsal.cl/lactancia-materna/>
2. Organización Mundial de la Salud. 10 datos sobre la lactancia materna (Internet). Ginebra: OMS; 2017 (citado el 6 de mayo de 2020). Disponible en: <https://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/es/>
3. Camargo F, Latorre J, Porras J. Factores asociados al abandono de la lactancia materna exclusiva. Hacia Promoc. Salud. 2011;16(1):56-72.
4. Magaly E, López N, Prada G, Yanitze K. Conocimientos, actitudes y prácticas relacionados con la lactancia materna en mujeres en edad fértil en una población vulnerable. Rev Chil Nutr. 2008;35(1):43-52.
5. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe [Internet]. FAO; 2020 (citado el 6 de mayo de 2020). Disponible en: <http://www.fao.org/americas/prioridades/seguridad-alimentaria/es/>



6. Rodríguez-García J, Acosta-Ramírez N. Factores asociados a la lactancia materna exclusiva en población pobre de áreas urbanas de Colombia. Rev Salud Pública. 2008;10(1):71-84.
7. Ministerio del Trabajo de Colombia. Preguntas frecuentes acerca de maternidad [Internet]. Colombia:

Mintrabajo; 2020 (citado el 6 de mayo de 2020). Disponible en: <http://pqrsd.mintrabajo.gov.co/atencion/enlinea/preguntasfrecuentes.jsp?q=categoria&v=183&page=1>

