



*Prácticas seguras de lactancia materna a madres que acuden a un puesto de salud*

*Safe breastfeeding practices for mothers who go to a health center*

*Práticas seguras de amamentação para mães que vão a um centro de saúde*

Belén Emma Navarrete-Vallejo <sup>1</sup>  
[bnavarrete@stanford.edu.ec](mailto:bnavarrete@stanford.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-5934-3951>

**Correspondencia:** [bnavarrete@stanford.edu.ec](mailto:bnavarrete@stanford.edu.ec)

Ciencias de la Salud  
Artículo de Investigación

\* **Recibido:** 30 de noviembre de 2023 \* **Aceptado:** 22 de diciembre de 2023 \* **Publicado:** 04 de enero de 2024

I. Médico General. Magister en Salud Ocupacional. Magister en Salud Ocupacional, Instituto Superior Universitario Stanford, Riobamba, Ecuador.

**Resumen**

La lactancia materna es una de las formas más eficaces de asegurar la salud y supervivencia materno infantil. Objetivo: Analizar mediante revisión bibliográfica, la lactancia materna como una alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles. Metodología: se realizó una revisión sistemática en bases científicas como: MEDSCAPE, LILACS, Pubmed, UNAM, Dialnet, Progress in Health Sciences, Revista Enfermería Global, Medline Plus, Revista Enfermeria CyL, Redalyc, durante el periodo 2018- 2023. Resultados: La búsqueda literaria reportó un total de 50, tras la aplicación de criterios de selección y lectura evaluativa, se incluyó para el análisis a 25 artículos por su pertinencia y aporte. Conclusión: La lactancia materna a nivel infantil previene enfermedades infecciosas del tracto digestivo y respiratorio, a corto y mediano plazo, y a largo plazo el sobrepeso e hipertensión. A nivel materno los beneficios son: prevención de hemorragias, anemias, cáncer de mama y ovario, diabetes tipo II, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

**Palabras Clave:** Practicas seguras; Lactancia materna exclusiva; Enfermedades.

**Abstract**

Breastfeeding is one of the most effective ways to ensure maternal and child health and survival. Objective: To analyze, through a bibliographic review, breastfeeding as an alternative for the prevention of maternal and child diseases. Methodology: a systematic review was carried out in scientific bases such as: MEDSCAPE, LILACS, Pubmed, UNAM, Dialnet, Progress in Health Sciences, Revista Enfermería Global, Medline Plus, Revista Enfermeria CyL, Redalyc, during the period 2018-2023. Results: The Literary search reported a total of 50, after applying selection criteria and evaluative reading, 25 articles were included for analysis due to their relevance and contribution. Conclusion: Breastfeeding at the infant level prevents infectious diseases of the digestive and respiratory tract, in the short and medium term, and overweight and hypertension in the long term. At the maternal level, the benefits are: prevention of bleeding, anemia, breast and ovarian cancer, type II diabetes, hypertension and cardiovascular diseases.

**Keywords:** Safe practices; Exclusive breastfeeding; Diseases.

**Resumo**

A amamentação é uma das formas mais eficazes de garantir a saúde e a sobrevivência materna e infantil. Objetivo: Analisar, por meio de revisão bibliográfica, o aleitamento materno como

alternativa para prevenção de doenças materno-infantis. Metodologia: foi realizada uma revisão sistemática em bases científicas como: MEDSCAPE, LILACS, Pubmed, UNAM, Dialnet, Progress in Health Sciences, Revista Enfermería Global, Medline Plus, Revista Enfermeria CyL, Redalyc, durante o período 2018-2023. : A Busca Literária reportou um total de 50, após aplicação de critérios de seleção e leitura avaliativa, 25 artigos foram incluídos para análise devido à sua relevância e contribuição. Conclusão: A amamentação ao nível infantil previne doenças infecciosas do aparelho digestivo e respiratório, a curto e médio prazo, e excesso de peso e hipertensão a longo prazo. A nível materno, os benefícios são: prevenção de hemorragias, anemia, cancro da mama e dos ovários, diabetes tipo II, hipertensão e doenças cardiovasculares.

**Palavras-chave:** Práticas seguras; Aleitamento materno exclusivo; Doenças.

## Introducción

Si todos los niños y niñas fueran amamantados, en todo el mundo, cada año se salvarían cerca de 820 mil vidas. En ese marco, el Ministerio de Salud Pública (MSP) conmemora la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2022 promoviéndola como alimento exclusivo y complementario para disminuir la desnutrición infantil de los recién nacidos. El apego precoz consiste en lograr que la madre dé de lactar al bebé en la primera hora de nacido. Actualmente en Ecuador, el 89,4%, es decir, 9 de cada 10 madres, lo practican. Promover los bancos de leche humana (BLH). En nueve hospitales del país tenemos BLH que sirven para alimentar a niños, que nacen con bajo peso o prematuros y necesitan de una incubadora. La normativa para desarrollar las salas de apoyo a la lactancia materna en todas las instituciones del país.

El MSP cuenta con 18.431 salas de apoyo a la lactancia materna, a nivel nacional. Se han desarrollado 1.514 grupos de apoyo a la lactancia materna en los 1.557 establecimientos de salud del país. Estos centran su actividad en reuniones abiertas organizadas por las propias madres. En el Ecuador, de acuerdo a los datos de la ENSANUT 2018, el inicio temprano de la lactancia materna (dentro de la primera hora del nacimiento) ocurre en un 72,7% comparado al 50,6% de los datos reportados en el 2014. (MSP, 2022).

De acuerdo con lo anteriormente planteado, se plantea la siguiente interrogante ¿Las practicas seguras de lactancia materna exclusiva ayuda a disminuir el riesgo de enfermedades? Lo que permite establecer como objetivo la revisión sistemática sobre las practicas seguras de lactancia

materna exclusiva a madres lactantes y gestantes que acuden al puesto de salud El Altar, cantón Penipe, provincia de Chimborazo.

La lactancia materna se considera la alimentación ideal del lactante. Además, la evidencia científica ha demostrado que los niños no amamantados tienen más enfermedades, más graves y más largas, no sólo durante la época de la lactancia, sino muchos años después. Así, la lactancia materna de más de tres meses de duración puede disminuir hasta un 77% el riesgo de otitis media, un 75% el riesgo de infecciones respiratorias de vías bajas, un 40% el riesgo de asma y un 42% el riesgo de dermatitis atópica. Una lactancia materna de más de seis meses de duración puede disminuir también el riesgo de padecer leucemia en un 20% y en un 36% el riesgo de muerte súbita. Además, parece que la lactancia materna disminuye el riesgo de enfermedad celíaca, obesidad y diabetes de tipo 1 y tipo 2 en la edad adulta (MINISTERIO DE SANIDAD, 2017)

La lactancia materna ayuda no solamente a la salud del niño sino también de la madre durante y después del amamantamiento, mientras esta sea exclusiva los 6 primeros meses, disminuye el riesgo de hemorragia postparto, es importante estas tomas cada 2 a 3 horas o a tolerancia del recién nacido, además que ayuda a prevenir el cáncer de mama, ovario, diabetes mellitus tipo 2, ayuda a la remineralización ósea entre otros, ayuda a fortalecer la relación madre e hijo con el contacto físico, que ayudara a su desarrollo emocional y creación de un apego seguro hacia su progenitora, así mismo la madre crea un sentimiento de complacencia y autoestima. “La duración de la lactancia se asoció con mejores puntuaciones cognitivas entre los 5 y los 14 años, incluso después de tomar en cuenta el nivel socioeconómico y la capacidad cognitiva de la madre” (HICKS, 2022).

Por todo ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que todos los lactantes mantengan lactancia exclusiva durante los primeros seis meses y adyacente con otros alimentos adicionales hasta los dos años de edad o más, mientras madre e hijo lo deseen. La Organización Panamericana de la Salud/ Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) invita iniciar el amamantamiento en la primera hora de vida, así como dar el pecho en forma preferente hasta los 6 meses y, de manera suplementaria, hasta los 2 años. "América Latina y el Caribe está entre las regiones con las medias globales de lactancia materna más altos, sin embargo, aún queda mucho por hacer si pretendemos alcanzar la meta del 50% de lactancia materna exclusiva en los primeros seis meses de vida para 2025", afirmó Rubén Grajeda, asesor regional en Nutrición de la OPS.

Actualmente, solo el 38% de los bebés son nutridos con leche materna de manera exclusiva hasta los seis meses en la región de las Américas, y solo 32% extiende con la lactancia hasta los 24

meses. La lactancia materna exclusiva es importante para la salud y desarrollo de los niños a lo largo de toda la vida y disminuye los costos para el sistema de salud, las familias y los gobiernos. Si se instruye durante la primera hora de vida, protege a los recién nacidos de infecciones y evita muertes. Los lactantes tienen un gran riesgo de morir a causa de diarrea y otras infecciones cuando son amamantados solo parcialmente o no son lactados en absoluto. La lactancia materna también mejora el coeficiente intelectual, la elaboración para la escuela y la ayuda a ella, y se asocia con mayores entradas en la vida adulta.

### **Métodos**

Se realizó un estudio de revisión sistemática, con enfoque cualitativo, de teoría fundamentada. La estrategia de búsqueda fue realizada on-line en bases de datos científicas como: (LILACS), Literatura Latinoamericana y del Caribe, (Pubmed) US National Library of Medicine National Institutes of Health, Google Scholar, (UNAM) Universidad Nacional, Dialnet, Progress in Health Sciences, Revista Enfermería Global, MedlinePlus, Revista Enfermería CyL, (Redalyc) Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal.

Los criterios de elegibilidad aplicados son la pertinencia a la pregunta, claridad y reproducibilidad. Además, debió definirse el tipo de pacientes, tipo de intervención y de comparación y los outcomes que deben describir los estudios elegibles para ser incluidos en la RS. También debe definirse el tipo de diseño de los estudios que serán incluidos.

Los diseños adecuados dependen del tipo de RS. Si lo que se busca es evaluar la efectividad de una determinada terapia, el diseño de los trabajos individuales debe ser ECR. Para ello se hizo la revisión de artículos científico, meta análisis, estudio comparativo, duración del seguimiento menor a 3 años, dentro de los últimos 5 años en idioma inglés y español, Fuentes de información. Los datos fueron seleccionados, filtrados y analizados durante los meses de abril 2023. Como estrategia de búsqueda se utilizaron los siguientes descriptores: “Lactancia” “leche materna” and “enfermedades”, o “prevención”, o “patologías”, o “riesgos”, mismos que constan en el listado de Descriptores en Ciencias de la Salud; además de traducciones a otros

### **Procedimiento**

La revisión de la literatura se realizó en tres fases: primero la búsqueda en las principales bases de datos nacionales e internacionales; luego a la selección de datos mediante la aplicación de criterios

de inclusión y exclusión, y finalmente se procedió a la lectura, análisis y revisión de estudios completos, y que fueron presentados en el software Microsoft Office Excel 2016.

## Resultados y discusión

### Resultados

Para la obtención de los resultados, fue necesario realizar una revisión profunda de diferentes artículos, estos se presentan en la tabla 1.

**Tabla 1**

*Resultados de la búsqueda de información en las bases científicas*

<b>Título</b>	<b>Autor</b>	<b>Lugar y Año</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Muestra de Estudio</b>	<b>Tipo de Estudio</b>	<b>Conclusión</b>
La lactancia materna se asocia con un menor riesgo de enfermedad cardiovascular en la vejez	Marlene Busko	Innsbruck, 21 de enero de 2022	Conocer cuál es el estado de la evidencia científica con respecto a la lactancia materna como factor de prevención de la enfermedad cardiovascular en la vejez.	1.192.700 mujeres	Metaanálisis	Las madres que amamantan pueden tener un menor riesgo de enfermedad cardiovascular en el futuro.
La lactancia materna exclusiva puede atenuar el aumento del índice de masa corporal entre los niños genéticamente susceptibles	Dr. Jesús Hernández Tiscareño	7 de julio de 2020	Investigar las tasas de lactancia materna y su aporte al manejo de la nutrición infantil	2.690 niños y 2.576 niñas	Tipo cuantitativa y descriptiva	Se observó que la leche materna exclusiva tiene un efecto protector más fuerte a medida que los niños crecen.
Leche directa de la mama: Mejor	Bridget M. Kuehn	2 de octub	Analizar la importancia de la	Publicación	Descriptivo	La alimentación directa en la mamá

para el peso del lactante, que la leche extraída		re de lactancia materna	2018	directa de la madre			puede dar lugar a menos aumento de peso que aquella con leche natural a través del biberón
La lactancia materna está relacionada con un menor riesgo de accidente cerebrovascular	Nancy A Melville	27 de agosto de 2018	Conocer la correlación entre la lactancia materna exclusiva y un menor riesgo de accidente cerebrovascular	la 80.191 mujeres	Análisis observacio	nal.	Hay una gran variedad de beneficios de la lactancia materna para el niño y probablemente para la madre lo que respalda las guías clínicas basadas en evidencia de la American academy o pediatrics y la OMS
Los médicos no informan a las nuevas madres que la lactancia natural puede reducir el riesgo de cáncer de mama.	Fran Lowry	13 de noviembre de	Describir los beneficios de la lactancia materna	los 724 mujeres	Tipo cuantitativa		No está claro cómo la lactancia natural afecta el riesgo de cáncer de mama, pero la investigación indica que puede estar relacionada con procesos pro inflamatorios coordinados a través de la activación de transductor de señal y activador de transcripción 3.
Las bacterias intestinales pueden ayudar a explicar los beneficios de la	Lisa Rapaport	16 de mayo de 2017	Conocer la correlación entre la lactancia materna y las bacterias intestinales	la 107 binomio de madres-lactantes	Análisis observacio	nal	Las bacterias probióticas presentes en la leche materna se pueden transferir al lactante

lactancia materna.							
Efectos de la promoción de la lactancia exclusiva a largo plazo sobre la adiposidad del adolescente, presión arterial y crecimiento	Jesús Hernández Tiscareño	10 de mayo de 2017	Describir los beneficios de lactancia materna a largo plazo.	los individuos	17.042	Observación, descriptivo, transversal	La intervención promoviendo la lactancia materna no se asoció con niveles reducidos de adiposidad ni menor presión arterial en pacientes pediátricos de 16 años
La lactancia materna podría reducir a la mitad el riesgo de diabetes en mujeres.	Troy Brown	19 de enero de 2018	Analizar el efecto sobre la disminución de diabetes con la lactancia materna	la mujeres	1.238	Descriptivo, retrospectivo	Las madres que amamantaron durante meses después de su parto pueden reducir hasta la mitad su riesgo de desarrollar diabetes de tipo 2 a medida que envejecen.
¿Cómo repercute la alimentación temprana en la lactancia materna exclusiva? Experiencia de un hospital privado en México	María Nayeli Ortega Villegas	3 de agosto de 2022	Conocer los beneficios de alimentación con lactancia temprana	los madres en periodo intraparto y posparto inmediato	1.673	Análisis observacional	La alimentación temprana con leche materna favorece una lactancia exclusiva adecuada, de manera más prolongada, en comparación a los binomios mamá-bebe que no tuvieron ese beneficio
Duración de la lactancia materna asociada con la cognición en niños.	Dr. Rob Hicks	1 de junio de 2022	Describir los beneficios de lactancia asociada con la cognición en niños.	los lactantes	7.855	Descriptivo, retrospectivo	Los lactantes a los que amamantan durante más tiempo obtienen mejores resultados en las evaluaciones cognitivas.

Lactancia materna prolongada: madres con menor perímetro de cintura y disminución de riesgo de enfermedad cardiovascular	Marlene Busko	8 de enero de 2019	Analizar el efecto protector de la lactancia materna	676 mujeres	Observacio nal, descriptivo , trasversal	Las madres que informaron amamantar a sus lactantes por más de seis meses tuvieron un perímetro de cintura medio que fue 3,6 cm más pequeño y 3,1 cm más pequeño que el de las otras madres.
Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica	Nibia Novillo. Junes Robles. Juan Calderón.	30 septi embr e 2019	Describir la importancia de la lactancia desde las primeras horas de vida	50 artículos	Descriptiv o	La lactancia materna fomenta una buena salud física y mental del binomio madre-hijo, pero debe ser apoyada con información eficaz y suficiente.
Beneficios de la lactancia materna en el recién nacido prematuro: Revisión bibliográfica	Laura Ramos Fente	Junio / 2022	Conocer la importancia de la lactancia materna en el recién nacido.		Descriptiv o	La leche donada debe ser la primera alternativa cuando no sea posible alimentar a un RNPT con LM, debido a su efecto protector frente a la morbilidad de los RNPT, siendo la leche de fórmula la última alternativa a utilizar.
Beneficios inmunológicos de la lactancia materna	Diana Monet, Julia Álvarez,	20-Jul-2022	Analizar los beneficios inmunológicos de la lactancia materna.		Descriptiv o	La lactancia materna ayuda a prevenir enfermedades infecciosas de importancia mundial

	Virgen Gross				como la diarrea infecciosa y la neumonía, así como enfermedades crónicas cada vez más importantes como la diabetes
Lactancia materna y su rol preventivo en el cáncer de mama.	Raúl Aguilera, Vanessa Rodríguez, Héctor Barría, Ángel Roco, Pamela Gómez.	31-oct-2022	Conocer cuál es el estado de la evidencia científica con respecto a la lactancia materna como factor de prevención del cáncer de mama.	Descriptivo	El haber amamantado alguna vez presenta un menor riesgo de desarrollar CAM respecto de aquellas mujeres que nunca lo han hecho, siendo altamente favorecedor cuando esta práctica es exclusiva.
Lactancia Materna: un posible beneficio frente a la obesidad infantil.	Paula Rodríguez Pérez.	Junio 2022	Investigar las tasas de lactancia materna y los beneficios frente a la obesidad infantil.	Descriptivo	La lactancia materna exclusiva durante los 6 primeros meses de vida supone factor protector frente al desarrollo de obesidad. Se debe potenciar el soporte enfermero en las gestantes para mejorar los porcentajes de lactancia en nuestro país.
Beneficios de la lactancia materna	Echeverría Capmartín	5 abril 2023	Determinar la relación entre la proporción de los beneficios de la lactancia materna.	Descriptivo	La leche materna, además de nutrir, posee numerosas funciones fisiológicas que otras leches maternizadas no

							pueden proporcionar o lo hacen de manera insuficiente.
Prevalencia y determinantes de la lactancia materna: estudio López	Zorrotzau Ayala	26-Abr-2021	Conocer la prevalencia relacionados con las propiedades inmunológicas de la LM.366 mujeres	la	Tipo cuantitativa y descriptiva.	Unos de cada 5 RN recibieron LME hasta los 6 meses y LM hasta el año.	Sería necesario promover estrategias que favorezcan el amamantamiento, como: suprimir el nido, desaconsejar el sacaleches y el chupete al inicio, iniciar la AC a partir del sexto mes y organizar GAL durante el primer año.
Lactancia materna y COVID-19	Norma Galindo	23-Jun-2021	Describir los beneficios de la lactancia materna y Covid - 19			Descriptivo	Aporta los nutrientes necesarios, reduce el riesgo de padecer infecciones o diarreas en los RN, disminuye la morbimortalidad neonatal y en la etapa adulta reduce la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles.
Análisis de la seguridad y de los beneficios clínicos de la lactancia Materna en hijos de madre con Infección por el	Laakkonen Rito, Sofia	Junio 2021	Investigar las tasas de lactancia materna de madres con infección por el SARS – COV 2	7	muestras de calostro y 37 muestras de la piel de la mama	Observacional, descriptivo, transversal.	Se han detectado anticuerpos contra el SARS- CoV-2 en la LM, con lo que esta puede constituir una fuente de protección hacia el recién nacido.

virus sars-cov-2

Lactancia materna exclusiva y factores asociados en madres que asisten a establecimientos de Salud de lima centro	Carmen Villarreal - Verde	Abril 2020	Analizar la importancia de la lactancia materna	la 140 madres	Tipo cuantitativo y descriptivo	Se encontraron tres factores asociados a la LME: asistencia a seis controles pre natales, parto vaginal y como factor de riesgo, el uso de fórmulas lácteas, uno en cada espacio de tiempo, antes, durante y después del parto.
<i>Lactancia materna y Covid 19</i>	<i>Moisés Edgardo Melgar González</i>	<i>Octubre 2020 a Marzo 2021</i>	<i>Conocer la correlación entre la lactancia materna exclusiva y Covid 19.</i>		<i>Revisión Bibliográfica</i>	<i>Hasta la fecha, no hay evidencia de la presencia de SARS-CoV-2 en la leche materna de las mujeres embarazadas con COVID-19.</i>
Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar	Paulina Brahma; Verónica Valdésb	2017	Analizar la importancia de la lactancia materna y los riesgos de no amantar		Descriptivo	La LM puede prevenir un 13% de la mortalidad infantil en el mundo, y disminuye el riesgo de muerte súbita del lactante en un 36%
<b>El papel de la lactancia materna exclusiva en la diarrea del lactante</b>	Huesca Villascusa, Marta	23-ene-2022	Revisar teoría sobre la lactancia materna y la diarrea del lactante.		Descriptivo	Los resultados mostraron que en la mayoría de estudios se afirma la asociación de lactancia materna con una menor incidencia de diarrea en lactantes, así como su relación

						con los efectos beneficiosos en la microbiota intestinal de los componentes bioactivos de la leche materna, en concreto los HMOs y la IgA.
<b>Dificultades para el Mantenimiento de la lactancia Materna: revisión bibliográfica</b>	Carlos Saus Ortega	15 de May o del 2022	Determinar las dificultades para el mantenimiento de la lactancia materna.	29 artículos en la revisión	Revisión bibliográfica	Las principales dificultades que experimentan las madres a la hora de mantener la lactancia materna son en general, dificultades físicas relacionadas con las mamas y el acto de amamantamiento en sí.

**Fuente:** *Revisión Sistemática*

**Discusión**

La lactancia materna ha sido reconocida por su efectividad en la prevención de enfermedades a nivel infantil por varios investigadores. (MONET, SCIELO, 2022) En un metaanálisis realizado en Innsbruck en 1`192.700 mujeres demostró que las madres que amamantan pueden tener un menor riesgo de enfermedad cardiovascular en el futuro, esto se asocia al tiempo de amamantamiento de la mujer mientras más dure la lactancia menor será el riesgo, los beneficios son para el binomio madre e hijo, (MELVILLE, MEDSCAPE, 2018) se observó en un estudio realizado en el año 2020 en 2.690 niños y 2.576 niñas que la leche materna tiene un efecto protector más fuerte a medida que los niños crecen (AYALA, 2021), sin embargo en niños donde no hubo una lactancia materna exclusiva este beneficio es menor y el beneficio aumenta más cuando el amamantamiento se realiza directamente del seno materno ya que la conservación de la leche materna disminuye el número de

nutrientes de la misma, el peso del lactante será superior si toma leche materna directamente del seno, (LOWRY, MEDSCAPE, 2018)

Hay una gran variedad de beneficios acerca de la lactancia materna para el binomio de madre e hijo que se respalda con las guías de práctica clínica realizadas por la OMS, (VILLASCUSAS, 2022) en un estudio realizado a 80.191 mujeres se puede observar una disminución de esta situación, es importante que existan más estudios acerca de esta correlación para tener un grado de certeza mucho mayor, así mismo existe una correlación con la disminución del cáncer de mama no está claro aún (GALINDO, 2021), en una investigación realizada por Fran Lowry en el año 2018 se indica que puede estar relacionada con procesos pro inflamatorios coordinados a través de la activación de transcripción 3, (ARES, 2018) hay ciertas bacterias probióticas presentes en la leche materna que se pueden transferir al lactante esto le ayudara en varios aspectos para reforzar su sistema inmunológico. (AGUILERA, 2022) En un estudio realizado en 1.238 mujeres (HERNANDEZ, 2017) se visualizó que las madres que amamantaron durante meses después de su parto pueden reducir hasta la mitad su riesgo de desarrollar diabetes de tipo 2 a medida que envejecen (GASTEIZ, 2018)

Los beneficios de la lactancia materna se pueden mantener a corto o largo plazo en el lactante pueden durar hasta la adolescencia un estudio realizado a 17.042 individuos quienes tuvieron lactancia materna exclusiva no hubo una asociación directa entre la reducción de adipocitos ni menor presión arterial, sin embargo, hay que seguir realizando más estudios para ver los beneficios de la lactancia materna. (BROWN, 2018) La alimentación durante la primera hora de vida del recién nacido con leche materna favorece una lactancia exclusiva adecuada, (VILLAREAL, 2020) de manera más prolongada, en comparación a los binomios mamá-bebe que no tuvieron ese beneficio, los lactantes a los que amamantan durante más tiempo obtienen mejores resultados en las evaluaciones cognitivas, existen beneficios de todo tipo y así es que a las madres que informaron amamantar a sus lactantes por más de seis meses tuvieron un perímetro de cintura medio que fue 3,6 cm más pequeño y 3,1 cm más pequeño que el de las otras madres, (BUSKO, MEDSCAPE, 2022)

La leche materna, además de nutrir, posee numerosas funciones fisiológicas que otras leches maternizadas no pueden proporcionar o lo hacen de manera insuficiente, (ORTEGA, 2022) la leche donada debe ser la primera alternativa cuando no sea posible alimentar a un Recién Nacido prematuro con Leche Materna, debido a su efecto protector frente a la morbimortalidad de los

Recién Nacidos prematuros, siendo la leche de fórmula la última alternativa a utilizar, (BUSKO, MEDSCAPE, 2019) la lactancia materna.

ayuda a prevenir enfermedades infecciosas de importancia mundial como la diarrea infecciosa y la neumonía, así como enfermedades crónicas cada vez más importantes como la diabetes, (MELVILLE, MEDSCAPE, 2018) el haber amamantado alguna vez presenta un menor riesgo de desarrollar CAM respecto de aquellas mujeres que nunca lo han hecho, siendo altamente favorecedor cuando esta práctica es exclusiva, la lactancia materna exclusiva durante los 6 primeros meses de vida supone factor protector frente al desarrollo de obesidad. (LOWRY, MEDSCAPE, 2018) Se debe potenciar el soporte enfermero en las gestantes para mejorar los porcentajes de lactancia en nuestro país, la leche materna, además de nutrir, posee numerosas funciones fisiológicas que otras leches maternizadas no pueden proporcionar o lo hacen de manera insuficiente, unos de cada 5 RN recibieron LME hasta los 6 meses y LM hasta el año. Sería necesario promover estrategias que favorezcan el amamantamiento, como: suprimir el nido, desaconsejar el sacaleches y el chupete al inicio, (NOVILLO, 2019) iniciar la AC a partir del sexto mes y organizar GAL durante el primer año, aporta los nutrientes necesarios, reduce el riesgo de padecer infecciones o diarreas en los RN, (FENTE, 2022) disminuye la morbilidad neonatal y en la etapa adulta reduce la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se han detectado anticuerpos contra el SARS-CoV-2 en la LM, con lo que esta puede constituir una fuente de protección hacia el recién nacido, se encontraron tres factores asociados a la LME: asistencia a seis controles pre natales, parto vaginal y como factor de riesgo, el uso de fórmulas lácteas, (MONET, ECIMED, 2022) uno en cada espacio de tiempo, antes, durante y después del parto, hasta la fecha, no hay evidencia de la presencia de SARS-CoV-2 en la leche materna de las mujeres embarazadas con COVID-19, (RODRIGUEZ, 2022) la LM puede prevenir un 13% de la mortalidad infantil en el mundo, y disminuye el riesgo de muerte súbita del lactante en un 36%, los resultados mostraron que en la mayoría de estudios se afirma la asociación de lactancia materna con una menor incidencia de diarrea en lactantes, (MELGAR, 2020) así como su relación con los efectos beneficiosos en la microbiota intestinal de los componentes bioactivos de la leche materna, en concreto los HMOs y la IgA, las principales dificultades que experimentan las madres a la hora de mantener la lactancia materna son en general, dificultades físicas relacionadas con las mamas y el acto de amamantamiento. (VALDES, 2017).

El predominio de la lactancia materna sobre cualquier otro tipo de nutriente, su contenido de grasa, proteínas, componentes inmunes y biológicos activos rescatan un papel importante en el efecto preservador para el binomio madre e hijo.

A nivel infantil, los beneficios de la lactancia materna son: la disminución de mortalidad del lactante, infecciones respiratorias y digestivas, beneficiar el neurodesarrollo y coeficiente intelectual, conjuntamente prevenir enfermedades como leucemia, enterocolitis necrotizante, enfermedad celiaca y enfermedades inflamatorias intestinales, sobrepeso y obesidad.

A nivel materno, los beneficios de la lactancia materna pueden estimar casi de inmediato, porque el amamantar tras el parto disminuye el riesgo de hemorragias, anemia, ayuda a la contracción del útero para la recuperación de su tamaño y favorece a la pérdida del peso ganado durante el embarazo, también se observan a largo plazo con la reducción de la probabilidad de enfermedades a nivel de presión arterial, cáncer de ovario y mama, diabetes y enfermedades cardiovasculares.

Es preciso abrir nuevas líneas de investigación e intervención que accedan a abordar el tema y promover la lactancia exclusiva por sus beneficios a nivel sanitario, social y económico. El promover la lactancia materna debe ser objetivo de las políticas de salud para evitar la morbimortalidad materno infantil.

### **Otros aspectos**

Fuente de financiamiento: Este estudio es autofinanciado

Conflicto de intereses: No existen conflictos personales, profesionales o de otro tipo.

### **Referencias**

AGUILERA, R. (2022). SCIELO.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112022000600032](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112022000600032)

ARES, S. (2018). EEP. <https://www.analesdepediatria.org/es-la-importancia-nutricion-materna-durante-articulo-S1695403315003057>

AYALA, Y. (2021). SCIELO. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112021000100050](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000100050)

BROWN, T. (2018). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5902291>

BUSKO, M. (2019). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5903544>

BUSKO, M. (2022). MEDSCAPE. MEDSCAPE:

<https://espanol.medscape.com/verarticulo/5908437>

- FENTE, L. (2022). UNIVERSIDAD DE CORUÑA.  
[https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/32400/RamosFente\\_Laura\\_TFG\\_2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/32400/RamosFente_Laura_TFG_2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- GALINDO, N. (2021). SCIELO.  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0016-38132021000200201](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-38132021000200201)
- GASTEIZ, V. (2018). GUIA LACTANCIA MATERNA.  
[https://www.aeped.es/sites/default/files/guia\\_de\\_lactancia\\_materna.pdf](https://www.aeped.es/sites/default/files/guia_de_lactancia_materna.pdf)
- HERNANDEZ, J. (2017). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5901490>
- HICKS, R. (01 de JUNIO de 2022). MEDSCAPE.  
MEDSCAPE:  
[https://espanol.medscape.com/verarticulo/5909130?icd=login\\_success\\_fb\\_match\\_norm#=\\_](https://espanol.medscape.com/verarticulo/5909130?icd=login_success_fb_match_norm#=_)
- LOWRY, F. (2018). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5903374>
- LOWRY, F. (2018). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5903374>
- MELGAR, M. (2020). ACTA PEDIATRICA HONDUREÑA.  
<http://www.bvs.hn/APH/pdf/APHVol11/pdf/APHVol11-2-2020-2021-4.pdf>
- MELVILLE, N. A. (2018). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5903100>
- MELVILLE, N. A. (2018). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5903100>
- MINISTERIO DE SANIDAD, S. S. (2017). GUIA PRACTICA CLINICA, LACTANCIA MATERNA. GUIA PRACTICA CLINICA, LACTANCIA MATERNA:  
[https://www.aeped.es/sites/default/files/guia\\_de\\_lactancia\\_materna.pdf](https://www.aeped.es/sites/default/files/guia_de_lactancia_materna.pdf)
- MONET, D. (2022). ECIMED. <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v94n3/1561-3119-ped-94-03-e1915.pdf>
- MONET, D. (2022). SCIELO. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312022000300004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312022000300004&lng=es)
- MSP. (1 de AGOSTO de 2022). Ministerio de Salud Pública. Ministerio de Salud Pública:  
<https://www.salud.gob.ec/gobierno-nacional-promueve-la-lactancia-materna-con-cuatro-estrategias/>
- NOVILLO, N. (2019). ENFERMERIA INVESTIGA. <file:///C:/Users/VALE/Downloads/729-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1545-1-10-20191009.pdf>
- ORTEGA, M. (2022). MEDSCAPE. <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5909475>

RODRIGUEZ, P. (2022). USC.

[https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/29854/2022\\_tfg\\_enfermaria\\_rodriguez\\_1actancia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/29854/2022_tfg_enfermaria_rodriguez_1actancia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

VALDES, V. (2017). REVISTA CHILENA DE PEDIATRIA. Obtenido de

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v88n1/art01.pdf>

VILLAREAL, C. (2020). ISSN. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rfmh/v20n2/2308-0531-rfmh-20-02-287.pdf>

VILLASCUSAS, M. (2022). UOC. <https://openaccess.uoc.edu/handle/10609/139746>

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).