

# La importancia de la leche materna

22/05/2021

Esta semana, más precisamente el 19 de mayo, se conmemoró el Día Mundial de la Donación de Leche Humana, rememorando la firma de la “Carta de Brasilia” por parte de representantes de ministerios de salud de América Latina, quienes acordaron promover la donación de este vital alimento humano para ser utilizado en la nutrición de bebés que están hospitalizados por padecer enfermedades graves, bebés prematuros, alérgicos a las fórmulas artificiales o con deficiencias inmunológicas. Dado que el sistema inmune del recién nacido no está tan desarrollado como el de una persona adulta, la leche materna es considerada como la primera vacuna que se recibe en la infancia.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que los recién nacidos reciban solo leche materna hasta los seis meses. Sin embargo, por desconocimiento de las madres y los padres, todavía hoy muchos lactantes son alimentados con sustitutos artificiales que no brindan los beneficios de la leche materna que es, por lejos, el alimento más completo para esta etapa de la vida, porque asegura un óptimo desarrollo nutricional, inmunológico y afectivo.

La falta de espacios tranquilos para que las madres puedan amamantar, las obligaciones que impone el regreso al ámbito laboral tras la licencia por maternidad, y la falta de información sobre las ventajas de la práctica de amamantar, son algunos de los motivos que llevan a reemplazar la leche materna por otro tipo de productos industrializados que no son tan seguros desde el punto de vista nutricional.

Según la Organización Mundial de la Salud, si todos los niños del mundo de hasta 23 meses estuvieran amamantados de forma óptima, cada año se podría salvar la vida a más de 820.000 niños de menos de cinco años en todo el mundo.

Un sondeo sobre mitos y creencias en la población que realizó la Liga de la Leche Argentina, reveló que la mitad de los argentinos consultados equiparó la leche materna con los sustitutos artificiales que se ofrecen en el mercado. Esa creencia contribuye a que la práctica cultural de amamantar a los bebés se pierda de a poco. Y eso es lo que hay que evitar.