

Lactancia: Solo la mitad de los niños hasta 6 meses fueron alimentados con leche materna

01/08/2025



Cada año se celebra durante la primera semana de agosto la Semana Mundial de la Lactancia Materna, una oportunidad para visibilizar la importancia de esta práctica en la salud y el desarrollo de bebés y niños pequeños y, según estimaciones, **solo el 40% de los lactantes de entre 0 y 6 meses se alimentan exclusivamente con leche materna, a pesar de los amplios beneficios que ofrece.**

Tanto la Organización Mundial de la Salud (OMS) como la Sociedad Argentina de Pediatría recomiendan la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y su continuación, junto a otros alimentos, **hasta los dos años o más.**

La última encuesta nacional sobre lactancia materna, realizada por el Ministerio de Salud de la Nación en 2022, recopiló información de más de 20.000 casos en las 24 jurisdicciones del país. Los resultados arrojaron que el 91,7% de los niños de entre 0 y 6 meses fue amamantado, aunque solo el 53,2% fue alimentado de forma exclusiva con leche materna durante ese período.

Por otro lado, se observó una mejora en la continuidad de la lactancia: **el 80,6% de los niños continuó recibiendo leche materna hasta los 12-15 meses**, lo que representa un avance significativo en relación con mediciones anteriores.

“El inicio de la lactancia es fundamental. Cuando las condiciones de salud lo permiten, se aconseja el contacto piel con piel entre madre e hijo inmediatamente después del nacimiento. Este momento, conocido como ‘período sensitivo’, ocurre en las primeras dos horas de vida y favorece una primera toma espontánea, el reconocimiento del olor materno y el inicio del vínculo», señaló la Dra. Mariana Piccolo.

Asimismo, Piccolo, quien es médica de familia y directora médica del Centro Médico Taliano, añadió: *«Para la madre, la succión estimula la producción de leche gracias a la liberación de oxitocina, lo que contribuye a una lactancia más prolongada»*.

La leche materna no solo es un alimento completo con proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas y minerales, sino que también **contiene anticuerpos e inmunoglobulinas que protegen al bebé contra enfermedades como diarreas, infecciones respiratorias, otitis y asma**. Además, facilita la digestión, promueve el desarrollo del intestino, mejora la salud bucal y se asocia con un mejor desempeño cognitivo en la infancia.

Pero, ¿Qué sucede cuando la madre necesita volver al trabajo o a sus actividades habituales? La respuesta está en la

planificación: es posible armar un banco de leche materna en casa que garantice la continuidad de la lactancia aún en la ausencia física de la madre.

“Crear un banco de leche en casa es una estrategia eficaz para seguir brindando a tu bebé todos los beneficios de la lactancia, aún en momentos en los que no puedas estar presente. Promover, proteger y apoyar esta práctica es una responsabilidad compartida que mejora la salud presente y futura de madres, hijos y comunidades enteras”, indicó la Dra. Piccolo.

¿Cómo armar un banco de leche materna?

Preparación:

- Lavarse las manos con agua y jabón.
- Utilizar un extractor manual o eléctrico.

Recipientes adecuados:

- Frascos de vidrio o plástico duro con tapa.
- Bolsas diseñadas específicamente para almacenar leche materna.
- No usar bolsas comunes ni envases descartables.

Almacenamiento:

- Guardar en porciones pequeñas, según la cantidad que el bebé suele tomar.
- Etiquetar cada envase con la fecha de extracción.
- Colocar los recipientes en la parte trasera de la heladera o freezer.

Conservación:

- En heladera: hasta 4 días.
- En freezer: hasta 6 meses.
- A temperatura ambiente (máx. 25°C): hasta 4 horas.

Uso de la leche almacenada:

- Descongelar en la heladera la noche anterior, a baño maría o bajo agua caliente.
- Nunca descongelar directamente en el fuego ni calentar en microondas.
- Una vez descongelada, utilizar dentro de las 24 horas. No volver a congelar.

NA