

## **Editorial**

Recientemente se efectuó en la ciudad de Medellín el XX Congreso Nacional de Pediatría, organizado por el Capítulo antioqueño de la misma especialidad. La idea general que se tiene de este tipo de congresos es que en ellos se convoca a los especialistas del área para compartir los últimos adelantos técnicos y científicos del área respectiva, pero esta vez, se programó un curso preCongreso, al que se convocó a pediatras, profesionales de otras disciplinas, padres de familia y público en general, para reflexionar sobre un tema que no corresponde a los últimos adelantos tecnológicos, pero que está en la conciencia de todos como una gran preocupación: **la crianza.**

Al introducir el tema de la crianza en el momento actual, reconocemos la crisis de la sociedad y nos preguntamos si hay una forma de relacionarnos con los niños que permita alimentar la esperanza de un futuro distinto para ellos y, por tanto, para la sociedad misma.

La gran acogida, demostrada por la asistencia, abre una luz de esperanza y nos demuestra que se está contribuyendo a sembrar una semilla para generar una inquietud y una conciencia colectiva que se esparcirá progresivamente. A propósito de lo anterior, es necesario llamar la atención sobre la expresión “cómo relacionarnos con los niños” en vez de “cómo proceder con ellos”, para mostrar como esencial que no se trata del sometimiento, del silenciamiento, del niño a merced de los padres, sino del reconocimiento de una palabra propia, queriendo decir con ello que el niño es alguien poseedor de un mundo con pensamientos, deseos, sueños y afanes, no para domar, sino para compartir. En otras palabras, el reto es dejarlo ser.

El nombre del curso fue **La crianza humanizada**, lo que supone que, tratándose de humanos, hay una crianza humanizada y otra que no lo es. Independientemente del debate que pueda propiciar la expresión, abre un campo para poner en un lado los comportamientos del adulto con respecto al niño calificables como inhumanos y en el otro lado, aquellos deseables. Se desprende de esto la necesidad de un ejercicio colectivo de reflexión con respecto a la sociedad que queremos, para de esta manera iluminar el camino de la crianza, contando con que éste no está libre de conflictos.

Lo hasta aquí expresado, explica por qué al título mencionado siguieron como contenido varios temas alrededor de la violencia, tales como: ***La imperceptible violencia de los padres, La Crianza sin presión*** y otros. Se insinúa así que la pregunta por la sociedad que queremos pasa por interrogarnos por la violencia y por la búsqueda de alternativas, teniendo como base que la violencia que se ejerce sobre el niño es un buen termómetro de lo que pasa con la sociedad y un indicativo de lo que ella será en el futuro.

*Carlos Alberto Giraldo*

## **Amamantamiento**

**Adriana Arango Córdoba**

*Pediatra*

*Profesora*

*Departamento de Pediatría y Puericultura*

**Facultad de Medicina**

*Universidad de Antioquia*

Proponer el amamantamiento como una oportunidad de establecer una relación afectiva con el nuevo ser, permite a la madre y su entorno mirar la lactancia, no como una receta que le genera grandes angustias, sino como lo que realmente es, **una opción de vida**.

¿Por que es difícil lograr una lactancia placentera para la madre y el hijo? Tal vez, se ha enfocado el tema por las ventajas científicas y se ha olvidado lo fundamental, los protagonistas, seres que precisamente en esta etapa de la vida se ven sometidos a un sinnúmero de sensaciones nuevas, intensas y definitivas para su vida. Para lograr entender este proceso, es importante establecer diferencias entre la leche materna, la lactancia natural y el amamantamiento.

### **Leche materna**

La leche materna ha sido llamada la sangre blanca por las ventajas que confiere al niño, como su poder nutricional, inmunológico y estimulador del crecimiento epidérmico; además, pospone la aparición de alergias y ayuda al crecimiento maxilofacial.

Sus propiedades también benefician a la madre y a la familia, evitando la hemorragia postparto, protegiendo contra el cáncer mamario y aumentando la amenorrea gestacional. Se le reconocen otras características que la convierten en el alimento ideal para los lactantes hasta los seis meses, por ser completo, económico, de fácil consecución y administración y con muy pocas contraindicaciones.

Esta sustancia ecológica ayuda a mantener el equilibrio del medio ambiente, al disminuir la producción de desechos como biberones, latas, papel, y plásticos; también evita el gasto de energía, agua y otras sustancias necesarias en la elaboración y preparación de las fórmulas comerciales. Evita la contaminación con pesticidas y

venenos utilizados en el ganado, que deterioran la calidad y cantidad de las aguas y de los suelos.

## **Lactancia natural**

La lactancia natural es la práctica fisiológica por la cual se obtiene una alimentación para el recién nacido en forma y cantidad adecuadas. La utilización de una técnica adecuada para alimentar el niño al pecho, permite una lactancia sin dolor y una producción láctea acorde con las necesidades del neonato.

Es importante conocer la anatomía y los mecanismos por los cuales se produce la leche materna. Si en este momento se lanzara una gran campaña promocional para que las madres amamanten a sus hijos, muy pocos agentes de salud estarían en condiciones de capacitar a las madres en la etapa gestacional y, peor aún, no podrían resolver las diferentes situaciones que con frecuencia se presentan al alimentar a los recién nacidos al pecho.

Los currículos no tratan estos temas y desafortunadamente, la complejidad de la fisiología de la lactogénesis y del recién nacido, así como del desarrollo neurológico del niño, son escasamente comprendidos por la mayoría de los profesionales de la salud.

Durante la gestación, el cuerpo y la mente de la madre, incluyendo la mama, se preparan para la lactancia. El neonato normal, por su parte, está preparado para succionar al pecho al nacer. Independientemente de que el niño, la madre o ambos estén sanos o con problemas, del apoyo que se les dé, dependerá la aplicación de los principios fisiológicos para poner en marcha el proceso de la lactancia.

Durante la vida de la mujer, la glándula mamaria desarrolla tres funciones diferentes: la mamogénesis, entendida como el crecimiento mamario que se inicia durante la vida embrionaria y culmina con la gestación; la lactogénesis, que es la iniciación de la producción láctea, que se inicia en la gestación y aumenta con el parto y, por último, la galactopoyesis, que es el período de lactancia ya establecida, que empieza pocos días postparto y se prolonga hasta cuando se mantenga el estímulo.

El recién nacido debe ser puesto al pecho rápidamente (30 minutos a una hora después del parto), con lo cual se obtendrá cantidad de leche suficiente para satisfacer sus necesidades. Si por el contrario, se inicia la alimentación con otras sustancias, el reflejo tardará y no se establecerá una producción láctea satisfactoria.

La madre que desee aumentar la cantidad de leche que produce, debe estimular al niño a que chupe más frecuentemente y por un tiempo más prolongado cada vez que lo haga.

Se han identificado mecanismos que permiten a la madre y a su hijo una práctica de lactancia óptima y agradable, los cuales se han denominado ***técnica de lactancia exitosa***.

La mayoría de las madres requieren al principio una capacitación sobre la técnica adecuada para alimentar el niño al pecho, teniendo en cuenta un comienzo temprano después del parto, la frecuencia con que se continúe, la eficacia del niño para pedir el pecho, la posición al pegarse, succionar y retirarse del pecho y el tiempo total que succiona. Cada niño y su madre, más adelante establecerán patrones individuales para lograr una lactancia exitosa.

## **Amamantamiento**

El amamantamiento es la interrelación que se establece entre la madre y su hijo en el momento de la lactancia: esa relación interpersonal única, irrepetible, en la que los límites se establecen sólo con la vivencia de esta experiencia. Es una forma ideal de establecer el vínculo afectivo entre la madre y su hijo, el cual será un eje importante en el desarrollo emocional del niño. En este tipo de relaciones, la decisión de optar o no por ella es individual y, personas extrañas a los protagonistas, difícilmente pueden hacer una intervención acertada.

Este tema en especial —amamantamiento— tiene una significación importante, pues da al personal de la salud, un sinnúmero de razones científicas por las cuales, éste sería el alimento ideal para los recién nacidos; sin embargo, pocas madres alimentan al pecho en forma exclusiva y exitosa.

Se podría asemejar a otros tipos de relaciones intensas que se establecen entre las personas, como la amistad y el amor, entre otras, y que, hablar de ellas y tecnificarlas si no es imposible, por lo menos es muy difícil. Imprime a la práctica de la lactancia, una nueva dimensión, en la que la decisión de aceptar o no establecer esta relación, no es de criterio del personal de salud, sino de sus participantes directamente.

Aunque el personal de la salud no puede “recetar” el amamantamiento, sí puede tratar de establecer las razones por las cuales se ha perdido el deseo de esta práctica y apoyar a las madres y a sus familias en la práctica de la lactancia natural.

Desde hace casi dos décadas, algunas mujeres que querían amamantar a sus hijos y que no encontraban el apoyo de sus familias ni del personal de salud, decidieron unirse y fomentar esta práctica, convirtiéndola en un derecho para ellas, sus hijos y su familia.

Para lograr este objetivo de cambio de actitud, es necesario que las acciones se efectúen en todos los grupos *etéreos* y mientras más temprano, mejores serán los efectos obtenidos. En los programas de crecimiento y desarrollo, en las escuelas y colegios y en el ámbito universitario. Si se espera hasta el momento de la primera lactada, la disposición de esa madre y de su entorno, posiblemente no sea la mejor para adquirir una destreza que requiere tiempo y esfuerzo.

Para una lactancia natural exitosa se requiere el deseo de la madre y su entorno social, un equipo de salud que capacite y apoye a la madre en este campo y planes y programas nacionales de promoción, protección y apoyo que permitan los cambios administrativos requeridos para desarrollar esta práctica. En la actualidad, son pocas las personas que pueden ayudar a otras en el arte de amamantar; por años se ha tratado de justificar la importancia de esta práctica, dando a conocer al personal de la salud y a las familias los beneficios de la lactancia natural; sin embargo, esto no ha sido suficiente para lograr cambios de actitudes en la población.

El paso que se debe seguir es demostrar que el amamantamiento es posible, fácil, agradable y que los más beneficiados seremos los que tengamos la oportunidad de efectuarlo, porque se dará más que leche durante el amamantamiento: se dará un gran paso en obtener las metas para el desarrollo de nuestros hijos y de nosotros mismos.

## **Lecturas Recomendadas**

Arango, A. Lactancia Natural, En: Posada Á, Gómez JF, Ramírez H. eds. *El niño sano*. Medellín, U. de A., 1997, pp 394-409.

Helsing E, Savage F. *Guía práctica para una buena lactancia*. México, Pax-México, 1983.

Osorno J. Hacia una feliz lactancia materna. Texto práctico para profesionales de la salud. Plan nacional de promoción, protección y apoyo a la lactancia materna. Santafé de Bogotá, Gente Nueva, 1987.