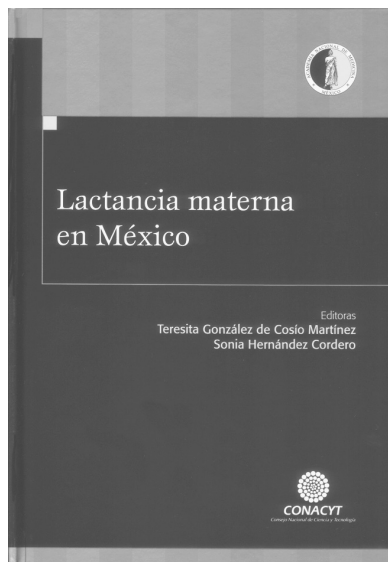



PÁGINAS DE SALUD PÚBLICA



 *González de Cosío-Martínez T, Hernández-Cordero S (eds.). Lactancia materna en México. México: Academia Nacional de Medicina, 2017.*

El libro *Lactancia materna en México* reúne características particulares que le confieren congruencia y valor especiales.

En primer lugar, estuvo coordinado por una verdadera autoridad en el tema de la lactancia materna: la doctora Teresita González de Cosío Martínez. La valiosa experiencia de Teresita, en combinación con las de colaboradores muy reconocidos en los ámbitos académico, político y de organizaciones civiles, otorga

al lector un panorama exhaustivo sobre la situación de la lactancia en México.

Es de destacar también que el libro representa la postura de la Academia Nacional de Medicina en torno a la lactancia materna en nuestro país, lo que le confiere un aval muy importante. Además, cumple con la intención de congregarse en un solo documento la información científica y legal sobre el tema con el propósito de avanzar en una política de apoyo y fomento a la lactancia materna.

Un tercer aspecto que hay que resaltar es el concepto central del libro: la lactancia materna es un fenómeno biológico natural. La alimentación al seno materno constituye una fuente insustituible de nutrientes para el bebé desde el momento del nacimiento hasta los seis meses.

El libro consta de nueve capítulos que abordan la materia desde diferentes perspectivas: se exponen las posturas y recomendaciones institucionales; se analizan las barreras y determinantes culturales, y se presenta la evidencia científica en relación con los beneficios de la lactancia y con los costos de prácticas inadecuadas en relación con ésta. Se discute asimismo la situación de las políticas públicas en torno a la lactancia en nuestro país.

La lectura de esta obra permitirá al lector una visión integral de la lactancia materna en nuestro país. A

continuación expongo algunas consideraciones generales que pude extraer tras mi lectura.

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la lactancia materna exclusiva desde el momento del nacimiento y hasta por dos años.
- Los niños alimentados con leche materna en la primera hora de nacimiento tienen menor riesgo de morir que aquéllos que reciben la leche materna más tarde o quienes no la reciben.
- Si se practica la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses, los niños tienen menor morbilidad por infecciones gastrointestinales, respiratorias y alergias.
- El beneficio de la lactancia materna exclusiva se manifiesta en mejor salud y supervivencia de quienes la reciben frente a quienes son alimentados con leche materna en combinación con fórmula. Además, aquéllos que reciben lactancia materna tienen menor probabilidad de tener sobrepeso u obesidad.
- La leche materna tiene un alto valor nutritivo e inmunológico perfectamente adecuado y beneficioso para el niño. Es óptima como modo de alimentación tanto para el recién nacido a término como para el niño prematuro porque los

ayuda a desarrollar su sistema de defensa inmunológica.

- No se recomienda lactar en caso de galactosemia infantil, de brucelosis o tuberculosis activa de la madre o cuando se es seropositivo para VIH.

¿Qué ha pasado en nuestro país?

La práctica de la lactancia materna se ha ido perdiendo. La mujer, en el curso de su vida, no está familiarizada con las mejores prácticas de alimentación infantil. La información que obstetras, pediatras, enfermeras, nutriólogos y otros profesionales de la salud proporcionan sobre este tema no es óptima. Los obstáculos de esta práctica de alimentación se agudizan en sitios de trabajo. En la página 79 del libro, el lector encontrará un cuadro que resume las prácticas y creencias culturales que más afectan la lactancia materna. Su lectura permitirá comprender las barreras que se imponen ante esta práctica y vislumbrar cómo desarrollar políticas públicas efectivas para promoverla.

Es de gran interés para el lector la descripción del proceso de producción de leche materna, que ocurre en cuatro fases: a) durante el embarazo; b) al momento del parto; c) periodo de establecimiento de la leche, y d)

manutención de la producción de leche de alrededor de 800 ml por día.

Se señala la importancia de orientar a las mujeres y al personal de salud sobre estas fases: comprender, por ejemplo, que el llanto no siempre indica hambre; que existen etapas en las que el bebé aumenta de forma súbita su demanda, pero que de manera eventual regresará el equilibrio; y que la forma de confirmar la adecuada producción de leche es el sano crecimiento y desarrollo del niño.

Hay que destacar que la Secretaría de Salud ha creado la Estrategia Nacional de Lactancia Materna 2014-2018, con el objetivo de aumentar el número de niños que reciban leche materna desde su nacimiento hasta los dos años. Las estrategias incluyen colocar el tema de la lactancia en la agenda; fomentar acciones que ya estaban en marcha, pero cuya evaluación y monitoreo eran nulos; y fomentar la capacidad de los profesionales de la salud.

Igualmente importante es la discusión de la legislación en torno a la lactancia, que incluye aspectos del ámbito laboral, hospitalario y de la publicidad y etiquetado de alimentos. En este sentido se discuten programas de apoyo a la lactancia como el "Hospital Amigo del Niño", un

programa de la OMS y de la UNICEF que orienta a los padres sobre la libre elección de cómo alimentar a sus hijos; el contacto precoz madre e hijo y el cumplimiento del código de comercialización de los sucedáneos de la leche materna; o bien, la inactividad del Centro de Salud Amigo del Niño o la certificación de los hospitales en relación con la lactancia materna.

Al leer este libro queda clara la importancia y el impacto de la lactancia materna sobre la salud, tanto individual como colectiva, con un importante componente preventivo y nutricional. Quiero resaltar que la lactancia materna forma parte de una situación de ciencias sociales; es un tema de hábitos que requiere de la concientización colectiva. Hay que fomentar no sólo el inicio de la lactancia materna, sino continuarla por los periodos que la ciencia define como los más adecuados. Felicito a Teresita González de Cosío y a Sonia Hernández Cordero por su compromiso y por su interés científico. Estoy seguro de que este libro será una pieza importante para el fomento de la lactancia materna.

David Kershenovich.*

* Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán