



XVIII Congreso Latinoamericano de Nutrición

ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA UN PLANETA SOSTENIBLE

DEL 11 AL 15 DE NOVIEMBRE, 2018 » GUADALAJARA, JALISCO, MÉXICO

"Lactancia materna: una práctica de alimentación perceptiva con gran resonancia para el logro de los ODS"

Mireya Vilar-Compte, PhD (EQUIDE-Ibero CDMX)

mireya.vilar@ibero.mx

Twitter: @Mvilar213





XVIII Congreso Latinoamericano de Nutrición

ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA UN PLANETA SOSTENIBLE

DEL 11 AL 15 DE NOVIEMBRE, 2018 » GUADALAJARA, JALISCO, MÉXICO

Declaración de Intereses:

No hay ningún interés que declarar.

Contexto

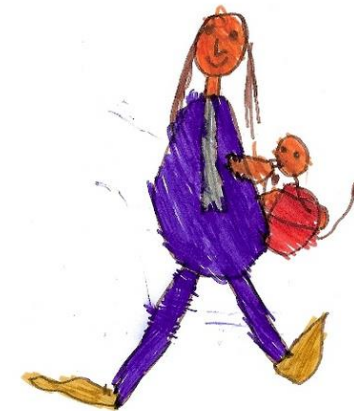
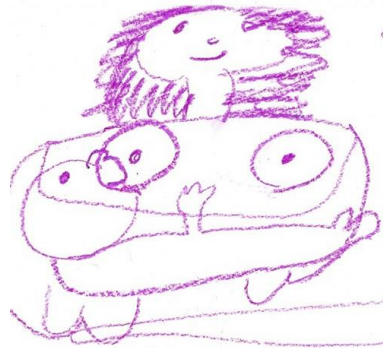
- Lactancia materna:
 - ✓ Uno de los primeros pasos para el camino de los niñ@s hacia un camino saludable.
 - ✓ Debe ser la primera experiencia de una alimentación perceptiva y cariñosa.
 - ✓ Elemento clave para un desarrollo saludable, próspero y sostenible de las naciones.

Objetivos

- Establecer qué es la lactancia materna perceptiva y por qué es necesario fomentarla.
- Analizar cómo la lactancia materna perceptiva se vincula con diferentes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODSs).

¿Qué implica la lactancia materna perceptiva?

- Madre responde a las señales del bebé, así como a sus propios deseos, en el proceso de amamantar.
- ✓ Amamantar responde a elementos vinculados a la nutrición, pero es también un acto de amor, apoyo y vínculo afectivo entre la madre y el bebé.



Ejemplos de una lactancia materna perceptiva

- Madre ofrece el seno al bebé cuando hay señales o situaciones como:
 - ✓ Hambre.
 - ✓ Estrés.
 - ✓ Datos de soledad.
 - ✓ Después de agresiones (i.e. vacunas).
 - ✓ Ambientes no familiares.
- También puede responder a necesidades prácticas o afectivas de la madre.

Retos de la lactancia materna perceptiva

- Retos socioculturales.
 - ✓ Lactar perceptivamente implica que las tetadas pueden variar en tiempo y forma; socioculturalmente esto puede interpretarse como:
 - Consentir demasiado.
 - Alimentar demasiado.
 - ✓ Evidencia científica sugiere lo contrario, ya que se estimula:
 - Sentido de saciedad.
 - Sentido de seguridad.

Retos de la lactancia materna perceptiva

- Retos socioculturales.
 - ✓ Lactar perceptivamente es relativamente instintivo, pero entra en conflicto con expectativas socioculturales de crianza.
 - Horarios y rutinas fijas de alimentación.
 - ✓ Estas expectativas pueden operar en contra del establecimiento de las madres o familias en torno a la lactancia.

Retos de la lactancia materna perceptiva

- Retos vinculados a recomendaciones de profesionales de la salud.
 - ✓ Recomiendan LM a “libre demanda” pero establecen patrones como:
 - Cada 3 horas.
 - 8-10 tomas al día.
 - ✓ Importancia de entrenar a los profesionales – LM es más que un proceso de alimentación.
- Retos se magnifican cuando se depende de apoyos externos para la alimentación - a pesar de que hay recomendaciones sobre cómo seguir con lactancia perceptiva con leche materna extraída.

¿Cómo fomentar una lactancia materna perceptiva?

- Acciones diferenciadas en distintas etapas:
 - ✓ Embarazo:
 - Expectativas sobre la alimentación del bebé.
 - Introducción de la LM perceptiva como un proceso que favorece la contención del bebé y facilita la crianza.
 - ✓ Período postnatal:
 - Apoyar a las madres en el inicio y establecimiento de la lactancia materna.
 - Alimentar al bebé cada vez que lo considere necesario.
 - Reconocimiento de señales.
 - Lactancia como una herramienta de una crianza amorosa.

Propuesta clave para la equidad y el desarrollo

- Lactancia materna perceptiva apoya a:
 - ✓ Lactancia materna exitosa.
 - ✓ Procesos posteriores de alimentación perceptiva.
- Lactancia materna perceptiva es un elemento central de la Agenda 2030 – ODSs, que de acuerdo a UNDP, son:

“un llamado universal a la adopción de medidas para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad”

Lactancia materna y su vinculación con los ODSs



Lactancia materna y su vinculación con los ODSs

- Lactancia materna, una de las intervenciones más efectivas para reducir la mortalidad en menores de 5 años.



Lactancia materna y su vinculación con los ODSs

- Lactancia materna se asocia con:
 - ✓ Menor tasa de infecciones.
 - ✓ Menor riesgo de sobrepeso y obesidad infantil.
 - ✓ Menor riesgo de diabetes y CAMA en las madres.
 - ✓ Entre otros ...



Lactancia materna y su vinculación con los ODSs

- Lactancia materna es un elemento de empoderamiento de la mujer:
 - ✓ Aumenta su autonomía reproductiva.
 - ✓ Promueve control sobre su cuerpo y decisiones de crianza.
- Ejemplo de por qué es necesario trabajar en disminuir las barreras del derecho a amamantar como:
 - ✓ Aspectos laborales.
 - ✓ Espacios y soporte sociocultural.



Lactancia materna y su vinculación con los ODSs

- Lactancia materna es una intervención de alimentación perceptiva con impactos en el desarrollo cognitivo de los bebés.
 - ✓ Coeficiente intelectual puede aumentar entre 3 o 4 puntos.
 - ✓ De forma agregada tiene importantes efectos en las naciones (i.e. educativos, laborales).



Lactancia materna y su vinculación con los ODSs

- Lactancia materna contribuye a la salud planetaria:
 - ✓ No requiere procesos industriales para manufacturar, distribuir y preparar como los vinculados a los sucedáneos de leche materna (SLM).
 - Se calcula que la producción de 1 kg de SLM requiere aproximadamente 4,000 litros de agua.
 - ✓ Huella ecológica de la lactancia materna es prácticamente nula.
 - Reconocido como el alimento más ecológicamente amigable del planeta.
 - Impacto no considerado en estudios sobre los beneficios sociales.



Lactancia materna y ODSs: ¿Implicaciones?

- Desde una perspectiva de política pública es necesario que los gobiernos promuevan intervenciones en lactancia materna por distintas razones:
 - ✓ Externalidades.
 - Una lactancia materna perceptiva y prolongada tiene importantes beneficios sociales a lo largo del ciclo de vida.
 - Elementos que restringen la lactancia materna generan costos sociales.
 - ✓ Formación de preferencias endógenas.
 - Toma de decisiones está influenciada por intereses económicos.
 - ✓ Problemas de equidad.

Lactancia materna y ODSs: ¿Implicaciones?

- ¿Qué tipo de intervenciones deben haber sobre la mesa?
 - ✓ Enfoque de ciclo de vida.
 - ✓ Apoyo a decisiones de las madres (promover, apoyar y proteger la lactancia materna exclusiva, perceptiva y prolongada).
 - ✓ Lactancia materna como una intervención que promueve el desarrollo infantil temprano.
 - ✓ Importancia de contar con recursos económicos.
 - ✓ Invertir en una fuerza laboral de salud entrenada.
 - ✓ Disminuir las inequidades de género en los entornos laborales (tanto formales como informales).
 - ✓ Invertir en las niñas quienes serán las madres del mañana.
 - ✓ Reflexionar si la meta vinculada a los ODSs del 50% LME es realista y adecuada.