



Más de la mitad de los bebés en Colombia no reciben leche materna

En los últimos cinco años solo el 36,1 % de los menores de seis meses la recibe exclusivamente.

Solo uno de cada tres niños menores de 6 meses en Colombia recibe lactancia materna exclusiva, lo que representa apenas el 36,1 por ciento de la población infantil en este rango de edad.

Según los datos del informe Ensin, para el año 2005, la lactancia materna exclusiva en menores de 6 meses llegaba al 46,9 por ciento, mientras que para el 2015 bajó al 36,1, lo cual significó una reducción del 10,8 por ciento de niños. Así las cosas, las madres colombianas están dejando de lactar a sus bebés.

“Esto quiere decir –como explica el doctor Carlos Francisco Fernández, asesor médico de EL TIEMPO– que, según la encuesta, la proporción de niños que en los primeros seis meses reciben este alimento, de manera exclusiva, sigue estando muy distante de lo ideal. Y agrega que más de la mitad de los menores colombianos no recibe leche materna exclusiva en esa primera etapa de su vida, lo que es un problema grande de nutrición”.

Las cifras están contenidas en la Tercera Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (Ensin)-2015, en la que participaron el Ministerio de Salud y Protección Social, el Instituto Nacional de Salud (INS), el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), el Departamento para la Prosperidad Social y la Universidad Nacional de Colombia.

Para Sandra Girón, directora de Epidemiología y Demografía del Minsalud, este fenómeno no solo demuestra que el país aún está lejos de alcanzar la meta de la Organización Mundial de la Salud (OMS), fijada en el 50 por ciento para la tasa anual de lactancia exclusiva en niños menores de 6 meses, sino que tiene repercusiones a mediano y largo plazo en los percentiles de crecimiento, el desarrollo cognitivo y la resistencia a enfermedades.

Y al respecto añade: “Está demostrado que aquellos niños a los que se les interrumpió la lactancia en esa etapa reflejan curvas de crecimiento mucho menores. Así mismo, son más susceptibles de padecer enfermedades respiratorias y gastrointestinales y muestran un desarrollo cognitivo más bajo”.

Sobre las causas de este retroceso, la funcionaria explica que, si bien se ha trabajado en la creación de políticas favorables como la extensión de la licencia de maternidad de tres a cuatro meses, aún falta superar barreras laborales, culturales y sociales para que las madres puedan lactar una vez regresan al trabajo, contar con el apoyo de la familia y desmitificar creencias erróneas.



“Por ejemplo, hay que generar conciencia de que para lactar al bebé no se requiere estar presente, sino que la leche se puede almacenar sin que pierda sus propiedades. Además, no es cierto que la caída de los senos se relacione directamente con amamantar, esto depende más de la posición y la técnica. Igualmente, hay que saber que cuanto mayor succión del bebé, mayor producción de leche”, sostiene Girón.

La primera hora: clave

No obstante lo anterior, la encuesta advierte avances en relación con el inicio temprano de la lactancia: el 72,7 por ciento de los menores de 2 años de edad recibieron leche materna en su primera hora de vida, con lo que el país superó la meta de la OMS y la Unicef, fijada en 70 por ciento.

Este avance, para los expertos, es alentador porque el calostro, esas primeras gotas viscosas, compuestas por agua, inmunoglobulinas, proteínas, carbohidratos, grasas y otros elementos, le aportan al bebé la “primera vacuna natural”, que lo dotará de defensas contra infecciones y le brindará nutrientes esenciales para el desarrollo de algunos sistemas vitales.

Hacia el futuro, los niños que recibieron leche materna “tendrán menos riesgo de padecer hipertensión arterial, niveles altos de colesterol y de presentar diabetes. También, menos posibilidad de sufrir sobrepeso y obesidad”, destaca el nutricionista Carlos Burgos Cortés, de la Fundación Éxito.

En la encuesta también se evidencia que las mujeres con mayores ingresos económicos registran menores tiempos de lactancia frente a las de ingresos medios y bajos. “Paradójicamente, algunas mujeres con mayor educación y poder adquisitivo no privilegian la lactancia; es más, desde el nacimiento optan por ofrecer leches sustitutas y otros alimentos”, concluye Burgos.

Beneficios de la lactancia materna

- Favorece el crecimiento y desarrollo físico e intelectual de los niños.
- Ayuda a que el cerebro realice más rápidas conexiones neuronales. Se asocia con un mayor coeficiente intelectual.
- Satisface su sed y sus necesidades alimentarias hasta los 6 meses.
- Beneficia el vínculo afectivo y emocional entre el bebé y la madre.
- No tiene costo ni necesita preparación.



- Las madres que lactan a sus hijos disminuyen el riesgo de sufrir mastitis, hemorragias posparto, cáncer de seno y cáncer de ovarios.
- La leche se produce más rápido y en mayores cantidades si se amamanta con frecuencia y desde que el bebé nace.
- La lactancia materna ayuda a que el útero vuelva pronto a su tamaño ideal y contribuye a la pérdida de peso de la madre.

Diario EL TIEMPO, 27 de Noviembre de 2017. Página 3.3