



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20 – 2014

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/003.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "JÓVENES Y SALUD ¿Combatir o compartir los riesgos?" **Cualisalud 2014 - XI Reunión Internacional – I Congreso Virtual de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión celebrada del 6 al 7 de noviembre de 2014 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título **Jóvenes y lactancia materna**

Autores Marta Gavilán Díaz,¹ Jéscica Gallego Molina,² Miriam Abdel Karim Ruíz³

Centro/institución (1) Hospital Quirón. Málaga, España. (2) Hospital Materno Infantil. Málaga, España. (3) Hospital Costa del Sol. Marbella (Málaga), España

Ciudad/país Málaga, España

Dirección e-mail martamatro@hotmail.com

RESUMEN

Objetivo principal: Analizar si la promoción de la lactancia materna a adolescentes, tanto chicos como chicas, puede influir en un aumento de las tasas de lactancia materna a largo plazo.

Metodología: Realización de una revisión bibliográfica en las bases de datos de Ciencias de la Salud: Pubmed, Scielo, Cuiden y Revisiones Cochrane y en el buscador Google Académico utilizando los buscadores: "promoción", "lactancia materna", "adolescentes" y en inglés "promoting", "breastfeeding", "teenagers".

Resultados principales: Los adolescentes tienen poco conocimiento sobre la frecuencia y duración de la lactancia, el momento de suplementar, cómo hacerlo y la edad del destete, así como la solución de problemas comunes. La población adolescente que no se ha enfrentado al embarazo, es la más importante para la promoción de la lactancia, además, se encuentra totalmente excluida de las poblaciones metas de cualquier programa de promoción y educación sobre lactancia natural actualmente.

Conclusión principal: La educación y promoción sobre lactancia debe dirigirse con énfasis a la niñez y la juventud como parte de la formación en sexualidad y reproducción humana. La educación sanitaria es un pilar fundamental que hay que tener en cuenta para el éxito de la lactancia materna exclusiva

Palabras clave: Lactancia materna/ Promoción/ Educación/ Adolescentes.

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Introducción

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños todos los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, siempre que dispongan de buena información y del apoyo de su familia y del sistema de atención de salud.¹

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda el calostro (la leche amarillenta y espesa que se produce al final del embarazo) como el alimento ideal para el recién nacido. Se recomienda la lactancia exclusivamente materna durante los primeros seis meses de vida y después como complemento de otros alimentos hasta los dos años.²

La leche materna promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, además de proteger al bebé de enfermedades infecciosas y crónicas. La lactancia natural exclusiva reduce la mortalidad infantil por enfermedades de la infancia, como la diarrea o la neumonía, y favorece un pronto restablecimiento en caso de enfermedad. La lactancia natural contribuye a la salud y el bienestar de la madre, ayuda a espaciar los embarazos, disminuye el riesgo de cáncer ovárico y mamario, incrementa los recursos de la familia y el país, es una forma segura de alimentación y resulta inocua para el medio ambiente.³

A pesar de todos estos beneficios, la prevalencia de la lactancia materna, ha descendido debido a períodos en los que la utilización de fórmulas artificiales y suplementos alimentarios desde los primeros meses de vida han constituido una práctica muy común en la población.⁴

En la década de los sesenta se dio una disminución en su prevalencia; en la década de los setenta se apreció una leve recuperación de su práctica y en los ochenta se recuperó el hábito de lactar.³

Entre los factores que influyeron para la disminución de la lactancia, destacan: la práctica hospitalaria de separar a la madre del niño inmediatamente después del parto, la introducción temprana de alimentos sólidos a la dieta del niño, la creciente incorporación de la mujer al trabajo remunerado, la sobre estimulación de los alimentos industrializados para el niño lactante difundida por los medios de comunicación, que tienen efecto tanto en el público en general como en el personal de salud.³

Durante los últimos años, se ha observado un resurgimiento de la lactancia natural a nivel mundial, revirtiendo el proceso de disminución que sufrió después de 1930, principalmente en los países industrializados.³

La estrategia más utilizada para el fomento de la lactancia natural, ha sido la formación al personal a cargo de los programas de atención materno-infantil; así como las acciones educativas por personal de salud dirigidas a mujeres embarazadas y lactantes.¹

La promoción de la lactancia materna, ha probado ser un recurso muy eficaz y de bajo costo en la búsqueda de mejores condiciones de salud para los países.¹

Las instituciones que promueven la salud realizan esfuerzos para incrementar el hábito de lactar al pecho, por el reconocimiento en el ámbito mundial de sus propiedades únicas.¹

La lactancia materna es a la vez un acto natural y un comportamiento que se aprende.³

El objetivo de este estudio es analizar si la promoción de la lactancia materna a adolescentes, tanto chicos como chicas, puede influir en un aumento de las tasas de lactancia materna a largo plazo.

Metodología

Realización de una revisión bibliográfica en las bases de datos de Ciencias de la Salud: Pubmed, Scielo, Cuiden y Revisiones Cochrane y en el buscador Google Académico utilizando los buscadores: “promoción”, “lactancia materna”, “adolescentes” y en inglés “promoting”, “breastfeeding”, “teenagers”.

De los resultados obtenidos realizamos una selección para obtener los que realmente se adaptaban a nuestra búsqueda, puesto que muchos de los resultados obtenidos no eran específicos de la promoción a adolescentes si no a mujeres de cualquier edad preferiblemente embarazadas o puérperas; obteniendo un total de tres artículos que hacían referencia específica al tema a tratar, lo cual también nos indicó que es un tema del que se ha investigado poco y se ha hecho poco hincapié.

Dos de estos artículos estaban relacionados con la intervención educativa en embarazadas y madres adolescentes para promover la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses y su prolongación hasta el año de vida.

También utilizamos la información referente a este tema de la página web de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Resultados

Según nuestra revisión hay diversos estudios que han analizado que los conocimientos de los adolescentes sobre la lactancia materna varían en función de lo que han vivido durante su infancia, especialmente de lo que han visto en su propia familia o personas cercanas. Muchos de los adolescentes de hoy se han criado sin tener contacto ni conocimientos sobre los beneficios de la lactancia materna y son pocos los que han visto durante su infancia mujeres dando de lactar.¹⁻⁴

Cuanta más promoción de la lactancia natural y educación temprana se le brinde a la madre, es más probable que ella amamante a sus hijos y que este amamantamiento se prolongue por más tiempo y, por lo tanto, que sus hijos sufran o padezcan menos enfermedades, reduciendo de esta manera los gastos en atención médica y medicamentos.¹

La población adolescente es un importante grupo blanco para la promoción del amamantamiento.³ Las iniciativas de promoción de la salud, deben actuar lo más tempranamente posible para conseguir el comportamiento deseado, lo que plantea que focalizar la atención a los adolescentes puede tener efectos posteriores en su elección para el amamantamiento tanto para la adolescente, futura madre, como para el adolescente varón, futuro padre y apoyo a su pareja.¹⁻³

En algunos estudios realizados en Estados Unidos se demostró entre otros resultados, que las decisiones sobre la alimentación de los hijos se toman mucho antes del embarazo, las actitudes hacia la lactancia natural varían a través de la adolescencia y pueden ser fácilmente influenciadas por conceptos erróneos, de ahí la importancia de informar a las adolescentes antes de que estos falsos conceptos sean interiorizados.³

Según estos artículos, es preciso que toda la población adolescente, las madres y el equipo de salud, puedan beneficiarse de actividades educativas y de formación hacia una óptima orientación sobre la lactancia natural y el proceso de amamantamiento. Es necesario que estas sean accesibles, continuas y de confianza y que permitan resolver los verdaderos problemas de la población.¹

Los adolescentes tienen pocos conocimientos sobre la frecuencia y duración de la lactancia, el momento de suplementar, cómo hacerlo y la edad del destete, así como la solución de problemas comunes.³

La población adolescente que no se ha enfrentado al embarazo, es la más importante para la promoción de la lactancia, además, se encuentra totalmente excluida de las poblaciones diana de cualquier programa de promoción y educación sobre lactancia natural actualmente.³

En los artículos revisados destacan que el patrón masculino tiene una influencia importante en la alimentación del niño, en muchos casos es muy positiva y ellos se muestran curiosos ante el tema, por lo que se les debe brindar la información adecuada.³

Discusión

Existen muchos factores que condicionan una suspensión temporal o definitiva de la lactancia, pero los socioculturales, como la familia, el personal de salud, las instituciones educativas y el ambiente social tienen una importancia primordial.

Después de analizar los resultados beneficiosos obtenidos en estos estudios nos planteamos si no sería una buena técnica aplicar este tipo de intervención educativa a todos los adolescentes tanto chicos como chicas para que en el momento que decidan ser padres tengan asumido la importancia de la lactancia materna y todos sus beneficios para conseguir así en el futuro unos padres más preparados y más conscientes de los beneficios que esta aporta tanto para los niños como para sus madres.

Conclusiones

La educación y promoción sobre lactancia debe dirigirse con énfasis a la niñez y la juventud como parte de la formación en sexualidad y reproducción humana.

El patrón masculino tiene una influencia importante en la alimentación del niño, en muchos casos es muy positiva y ellos se muestran curiosos ante el tema, por lo que se les debe brindar la información adecuada.

Las madres de los adolescentes pueden ser buenas aliadas para la promoción de la lactancia natural. También los profesores, debido a que estos son una de las fuentes principales de información para esta población; así como los responsables de salud, aprovechando los escenarios de la educación formal e informal, basándose en materiales

científicos técnicamente preparados y basados en las necesidades propias revelados por los adolescentes.

El impartir sistemáticamente la educación sanitaria influye positivamente en la población.

La educación sanitaria es un pilar fundamental que hay que tener en cuenta para el éxito de la lactancia materna exclusiva.

Bibliografía

1. Gallego-Machado, BR. Influencia de la educación sanitaria en madres adolescentes en su conducta para lactar. Rev Cubana Med Gen Integr 2001; 17(3): 244-7.

2. Organización Mundial de la Salud (OMS). <http://who.int/topics/breastfeeding/es/>.

3. Gríos-Dávila CV; García-Gutierrez, LI. “Conocimientos y actitudes de la población adolescente hacia la lactancia materna para direccionar las acciones estratégicas de promoción de la lactancia natural”. Universidad estatal a distancia. Trabajo final de graduación de 133 páginas en formato pdf. <http://repositorio.uned.ac.cr/reuned/handle/120809/1085>.

4. Carvajal-Pérez, M; Alpízar-Becil, D; Moreira-Tusell L. Intervención educativa aplicada a madres adolescentes para prolongar la lactancia materna hasta el primer año. MEDICIEGO 2011; 17(Supl.1).