

RECOMENDACIONES

SOBRE

DURACION

DE LA LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA

(adaptación al español realizada por CEFEMINA del documento preparado por Lida Lhotska y Helen Amstrong, Sección NUTRICIÓN, UNICEF, Nueva York, 22 Nov. 1999¹)

Apreciamos la oportunidad que nos ofrece Breastfeeding Topics, web page <http://www.bftopics.org/> para clarificar el momento recomendado de introducción de alimentos complementarios y por tanto, la duración de la lactancia materna exclusiva. Es importante hacer una distinción entre las recomendaciones de salud pública y el manejo de casos individuales.

UNICEF, junto a la OMS y muchos gobiernos, mantiene que las recomendaciones sobre alimentación infantil, son en general, para que se amamante exclusivamente hasta aproximadamente los seis meses. En las políticas de salud pública y de comunicación, esto producirá el estándar de salud alcanzable para la mayoría de infantes, que es lo que determinan las recomendaciones. Por ejemplo, decimos que el "pecho es mejor" sin añadir que, en algunos pocos casos, de enfermedades específicas, otros alimentos pueden ser médicamente necesarios.

La adaptación a las necesidades individuales que representan casos poco usuales es siempre algo que debe hacerse específicamente a través del manejo de casos individualizados. Esto está claramente establecido en los materiales de la OMS y UNICEF sobre el manejo integral de las enfermedades infantiles, donde explícitamente se dice que la mayoría de bebés no necesitan alimentos complementarios antes de los seis meses de edad.

En el caso de problemas de desarrollo y de otros signos que indiquen que la lactancia materna no está yendo bien durante los primeros meses, se debe primero, corregir los patrones de alimentación al pecho materno, deshaciéndose de otros alimentos como el agua, y logrando que la lactancia materna sea exclusiva y frecuente; observando los

efectos de la succión y de quién para de amamantar (si el bebé o la madre); eliminando todo uso de biberones y de tetinas ('chupetas') y generalmente manejando la lactancia de la mejor manera posible. Solamente después de una semana o de dos, de apoyo real a la lactancia materna exclusiva, con patrones óptimos, se puede reconsiderar si existe la necesidad especial de introducir alimentos complementarios en niños(as) mayores de cuatro meses de edad, pero que todavía no han cumplido los seis meses.

Existen tres señales de posible necesidad para la introducción de alimentos complementarios en estos(as) infantes que están efectiva y exclusivamente amamantados(as) y que son mayores de 4 meses de edad, pero que todavía no han cumplido los seis meses. Éstas se especifican en los materiales IMCI, y hemos introducido algunas explicaciones:

- la madre debe comenzar a ofrecer alimentos complementarios solamente si el niño o niña:
 1. muestra interés en alimentos semi-sólidos (por ejemplo, los alcanza o reclama)
 2. parece hambriento(a) después de haber sido amamantado (a demanda y sin ningún límite) o
 3. no está ganando peso adecuadamente.

La madre debe ofrecerle los alimentos complementarios una o dos veces al día, después de amamantarlo, para evitar que reemplacen la leche materna" (IMCI Counsel the Mother, OMS-UNICEF, 1995, pág. 5).

Estas recomendaciones de la UNICEF en aspectos de alimentación infantil, se guían en lo posible, por la evidencia científica y clínica. Existe un artículo reciente y clave de César Victoria et al: Impact of Breastfeeding on admission for pneumonia during postnatal period in Brasil: nested case-control study. Brit Med J 1999; 318:1316-1320.

Además, las publicaciones de la OMS sobre alimentación complementaria de los niños y niñas pequeños(as) en los países en desarrollo, (WHO/NUT/98.1) realizan una revisión del conocimiento científico. Los autores concluyen que los(as) infantes de término con peso apropiado para la edad gestacional deben ser alimentados(as) exclusivamente con leche materna hasta aproximadamente los seis meses de edad. El trabajo más reciente de Dewey, Cohen et al. en Honduras indica que no se ve ninguna ventaja en el crecimiento en los(as) infantes de bajo peso al nacer, cuando se introducen alimentos complementarios antes de los seis meses (Am J Clin Nutr 1999;69-4-)

Existen unos(as) pocos colegas que omiten estas referencias claves en sus discusiones sobre el tiempo apropiado de introducción de alimentos complementarios e insisten en recomendar que se introduzcan a partir de los 4 meses o que utilizan terminología vieja como "entre los cuatro a los seis meses". Este vocabulario, utilizado en la Declaración de Innocenti, en 1990, es anterior a la evolución del conocimiento sobre los efectos dañinos de la introducción temprana de alimentos complementarios. La actualización del conocimiento está representada adecuadamente en la frase "alrededor de los seis meses". Nosotras no podemos identificar estudios que justifiquen la recomendación general de introducción de alimentos complementarios entre los cuatro o cinco meses; todos los estudios nuevos sugieren que esta recomendación puede tener un efecto de deterioro para la salud infantil y no tener ninguna compensación y ventaja en su crecimiento.

Es importante recalcar que de acuerdo a las definiciones internacionales (WHO/CDD/SER/91.14), un(a) infante que recibe leche materna exprimida en ausencia de su madre es exclusivamente amamantado. UNICEF y OMS están de acuerdo en que esta leche debe ser suministrada con taza, no con biberón y que esto ayuda a asegurar de que el y la infante succionen efectivamente el pecho cuando su madre regresa.

Señalaremos que desde 1993, UNICEF ha publicado recomendaciones sobre lactancia materna exclusiva: *La lactancia materna es en sí misma el mejor alimento y bebida posible para un bebé. Ningún otro alimento o bebida es necesaria hasta aproximadamente los primeros seis meses de vida. Una variedad de alimentos adicionales son necesarios cuando el niño o niña tienen aproximadamente seis meses de edad, pero la lactancia materna debe continuar hasta bien entrado el segundo año de vida y durante el mayor tiempo posible (Facts for Life, UNICEF, 1993)*

La última publicación de UNICEF sobre alimentación infantil repite esta recomendación: Los(as) bebés deben ser amamantados(as) exclusivamente, significando que recibirán solamente leche materna, ni siquiera agua, por alrededor de los primeros seis meses de vida. Excepto en casos muy raros, ningún alimento o fluido adicional es necesario y, por el contrario, puede ser dañino, introduciendo gérmenes, fomentando alergias y llenando el estómago de forma que los infantes tomarán menos leche materna. La lactancia materna debe ser sostenida hasta que el(la) bebé tenga por lo menos dos años de edad; pero comenzando aproximadamente a los seis meses, la lactancia materna debe ser complementada con alimentos sólidos apropiados (Breastfeeding: foundation for a healthy future. UNICEF 1999).

Usted puede solicitar estas publicaciones a las oficinas de UNICEF en sus países o a los Comités Nacionales.

También existe documentación del Proyecto Linkages que puede ser de utilidad: linkages@aed.org;

Ted Greiner, coordinador del equipo de trabajo de investigación de WABA, añade el siguiente aspecto: La definición de lo que constituye “no ganando peso adecuadamente” en bebés amamantados(as), no siempre es comprendida y será aclarada una vez que la OMS haya completado su estudio sobre el patrón de crecimiento de los(as) bebés predominantemente amamantados(as). Sin embargo, el personal de la salud, debe estar prevenido sobre, que una reducción aparente en la velocidad del crecimiento durante el período de tres a seis meses, puede en muchos casos ser debida a problemas inherentes a la utilización de las curvas de crecimiento de la OMS para monitorear el crecimiento en los bebés amamantados. Estos estándares están basados en bebés que ampliamente fueron amamantados con biberón y sabemos que los patrones de crecimiento son diferentes.

WABA

**Apdo. 1200, 10850 Penang,
Malasia
tel. 604-6484 816; fax. 604-657 2655
email: secr@waba.po.my**

CEFEMINA-IBFAN

**Apartado Postal 5355, San José
1000, Costa Rica
tel/fax 506- 2243986
email: cefemina@sol.racsa.co.cr**

WABA es una red mundial de organizaciones y de personas que creen en el derecho al amamantamiento de cada niño y niña y de cada madre y que se dedican a proteger, fomentar y apoyar ese derecho. WABA se empeña en concretizar las metas de la Declaración de Innocenti y trabaja en estrecha colaboración con UNICEF.

ⁱ Nutrition Section, UNICEF, New York, TA-24^a, Room 2438, 3 UN Plaza, New York, NY10017, USA. Tel 1-212-8246371; Fax 1-212-8246465; wdemas@unicef.org