



Lactancia materna, factor clave en el desarrollo de un país

Por Elizabeth Briceño Guel

Un país que pretenda generar riqueza y bienestar para su población necesita de personas fuertes y sanas desde los primeros años de vida, de ahí la importancia de la lactancia materna como un factor clave en el desarrollo del país.

La leche materna contiene vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y grasas de fácil digestión,

así como hormonas, factores de crecimiento, anticuerpos y otras sustancias que favorecen el sistema inmune del recién nacido (González y Hernández, 2016), por ello es el mejor alimento para el infante, desafortunadamente en México, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut, 2012), el promedio de lactancia exclusiva durante los primeros 6 meses de vida descendió de 22.3%, en el 2006, a 14.5%, en el 2012.

Las razones de estos bajos índices involucran desde factores personales hasta estructurales, entre los primeros se menciona que: a) la madre no tuvo leche, b) el (la) niño (a) la rechazó, y c) la madre estaba enferma (Ensanut, 2012). Estos motivos, con excepción de la enfermedad, se originan por el desconocimiento y algunos mitos sobre la lactancia. Por tal motivo se ha emprendido una campaña para sensibilizar a la población sobre la importancia de amamantar al bebé, ya que favorece el crecimiento del cerebro, previene diversos padecimientos y estimula el desarrollo emocional; además de que brinda ventajas físicas y mentales a las madres (Unicef, 2015), ya que:

- 1) Ayuda a recuperar el peso que tenían antes del embarazo
- 2) Previene el cáncer de mama y de ovario
- 3) Reduce el riesgo de osteoporosis tras la menopausia
- 4) Previene hipertensión y ataques cardíacos
- 5) Disminuye el riesgo de anemia
- 6) Genera vínculos afectivos con el lactante

Respecto a los factores estructurales que limitan el ejercicio de la lactancia materna, el factor principal es la falta de políticas que concilien la vida familiar y laboral.



Fotos: Lázaro Hernández

Ante esta situación, la Universidad Autónoma del Estado de México, como organismo público descentralizado a favor del cumplimiento de la Ley para la Protección, Apoyo y Promoción a la Lactancia Materna del Estado de México, incluye en su Plan Rector facilitar este derecho fundamental de las niñas, niños y mujeres. Entre las acciones estratégicas de mayor visibilidad emprendidas por la universidad se encuentra la apertura de salas de lactancia en diversos centros académicos y administrativos, en las cuales se brinda un espacio privado, digno, higiénico y cálido para que las estudiantes, docentes y administrativas puedan amamantar, extraer y conservar la leche.

Es relevante señalar que la UAEM es la novena universidad en el país con lactarios, y esta, como otras iniciativas impulsadas desde la Coordinación Institucional de Equidad de Género, tiene como objetivo abonar en la construcción de sociedades más equitativas, mediante el cumplimiento a las normativas internacionales, nacionales y estatales en materia de igualdad y no discriminación. 



ACTUALMENTE LA LACTANCIA
MATERNA HA DISMINUIDO
CONSIDERABLEMENTE, Y CON
ELLO EL ESTADO DE SALUD DE LA
MADRE Y DEL HIJO O HIJA

Referencias

- Ensanut (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición) (2012). *Deterioro de la lactancia materna: dejar las fórmulas y apegarse a lo básico*. México: INEGI. <<https://ensanut.insp.mx/doctos/analiticos/DeterioroPracLactancia.pdf>> [10 de noviembre del 2018].
- González de Cosío Martínez, Teresita y Sonia Hernández Cordero (eds.) (2016). *Lactancia materna en México*. México: Intersistemas editores. <https://www.anmm.org.mx/publicaciones/ultimas_publicaciones/LACTANCIA_MATERNA.pdf>.
- Gobierno del Estado de México (2014). *Ley para la Protección, Apoyo y Promoción a la Lactancia Materna en el Estado de México*. <<https://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig218.pdf>> [10 de noviembre del 2018].
- Unicef (2015). “La leche materna salva vidas”. Suplemento Especial *El Universal*. <https://www.unicef.org/mexico/spanish/UNICEF_SuplementoAbril2015.pdf> [10 de noviembre del 2018].



Elizabeth Briceño Guel es licenciada en Psicología y Especialista en Género, Violencia y Políticas Públicas por la UAEM, con experiencia en temas relacionados con violencia y desigualdad. Actualmente se desempeña como jefa del Departamento de Prevención de la Violencia de Género de la Coordinación Institucional de Equidad de Género de esta casa de estudios.

