

Intervenciones para apoyar la lactancia materna

El Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU (US Preventive Services Task Force, USPSTF) ha publicado recomendaciones actualizadas sobre maneras en las que los médicos de atención primaria pueden apoyar a las pacientes en el proceso de la lactancia materna.

¿Por qué es importante la lactancia materna?

La lactancia materna proporciona beneficios para la salud de los bebés y de las madres. La leche materna proporciona una nutrición óptima para los bebés y ayuda a desarrollar el sistema inmunitario de los bebés para combatir y prevenir infecciones. La lactancia materna también puede ayudar a bajar de peso luego del alumbramiento y puede ser una experiencia especial para crear lazos entre las madres y los bebés. Sin embargo, para muchas mujeres, la lactancia materna es difícil, en especial en las primeras semanas después del alumbramiento. Por lo tanto, proporcionar intervenciones para las mujeres embarazadas y para las madres primerizas puede ayudarlas a adquirir conocimientos adecuados, expectativas y una red de apoyo para empezar y continuar con la lactancia materna.

¿Cuáles son las intervenciones para apoyar la lactancia materna?

Los médicos y enfermeros pueden apoyar a las mujeres que deseen amamantar proporcionando maneras para obtener apoyo profesional (p. ej., de una consultora en lactancia materna), apoyo de pares (p. ej., de un grupo de apoyo de madres) o educación formal (p. ej., de clases, videos, materiales impresos) sobre la lactancia materna. Por lo tanto, estas posibilidades pueden proporcionar información útil sobre la lactancia materna, que incluye lo siguiente:

- Información acerca de los beneficios de la lactancia materna
- Información acerca de los insumos para la lactancia materna (p. ej., vestimenta apta para lactancia, extractores de leche)
- Apoyo directo sobre cómo amamantar (p. ej., ayuda con el agarre y la posición)
- Apoyo psicológico y confianza

¿Cuál es la población de pacientes que se considera para las intervenciones de apoyo a la lactancia materna?

La recomendación del USPSTF abarca a las mujeres embarazadas y a las madres primerizas, pero también incluye a amigos y familiares de estas mujeres.

¿Cuáles son los beneficios y daños potenciales al proporcionar intervenciones para el apoyo a la lactancia materna?

Hay evidencia de que las intervenciones para el apoyo a la lactancia materna aumentan tanto el número de mujeres que amamanta como la cantidad de tiempo de la lactancia. Sin embargo, en

este momento no hay suficiente evidencia que demuestre que estas intervenciones se traducen en última instancia en mejores resultados para la salud de las madres y los niños. Hay pocos datos sobre los daños potenciales de proporcionar intervenciones para el apoyo a la lactancia, pero estos pueden incluir mayor ansiedad al amamantar y mayor culpa por no amamantar.

¿Cuán enfática es la recomendación del apoyo a la lactancia?

Según las pruebas actuales, el USPSTF concluye con certeza moderada que los beneficios al proporcionar intervenciones para el apoyo a la lactancia superan los posibles daños.

Conclusión: Recomendación actual para proporcionar intervenciones para el apoyo a la lactancia

El USPSTF recomienda proporcionar intervenciones para el apoyo a la lactancia a mujeres embarazadas y madres primerizas (lo que se llama una recomendación B).

Intervenciones de atención primaria para el apoyo a la lactancia	
<p>Población</p>  <p>MUJERES EMBARAZADAS, MADRES PRIMERIZAS Y SUS BEBÉS Y NIÑOS</p>	<p>Clasificación de recomendaciones del USPSTF</p> <p>B Recomendado</p>

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Promoción y apoyo a la lactancia www.cdc.gov/breastfeeding/promotion/index.htm
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Guía sobre estrategias para el apoyo a madres y bebés en período de lactancia www.cdc.gov/breastfeeding/resources/guide.htm

Autor: Dra. Jill Jin, MPH

Fuente: US Preventive Services Task Force. Primary care interventions to support breastfeeding: US Preventive Services Task Force recommendation statement. *JAMA*. doi:10.1001/jama.2016.14697

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.