

# LACTANCIA MATERNA:

## ¿CREEMOS QUE LOS MITOS LA PERJUDICAN?

INMACULADA GODOY GÓMEZ Y M<sup>a</sup> ISABEL SERRANO CARRILLO.

### INTRODUCCIÓN:

La OMS recomienda a todas las madres la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses, con el fin de ofrecer a sus hijos un crecimiento, desarrollo y salud óptimos. Posteriormente hasta los 2 años o más, en combinación con la alimentación complementaria

A pesar de estos beneficios y de que muy pocas situaciones justifican contraindicarla, son muchas las mujeres que optan desde el principio por una fórmula artificial y algunas de las que optan por la LM acaban abandonándola precozmente.

Existen una serie de mitos relacionados con la lactancia, que no tienen ninguna base científica, y que pueden acabar con ésta.

### OBJETIVOS:

1. Detectar si ciertos mitos influyen negativamente a la hora de iniciar la LM.
2. Analizar la prevalencia de LM en madres de Aguadulce y El Parador (Almería).
3. Conocer los principales motivos de abandono de la Lactancia Materna.

### MATERIAL Y METODOS:

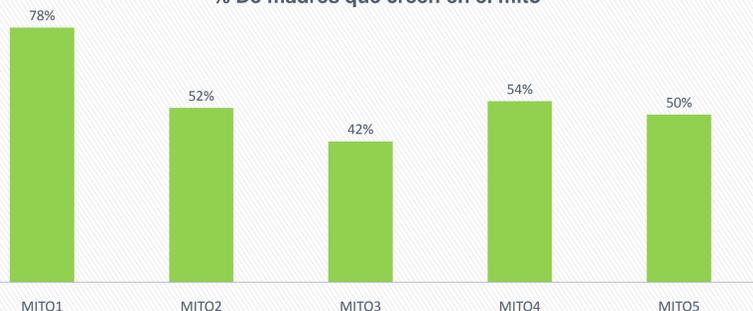
Realizamos un estudio transversal con una población de 100 mujeres con edades comprendidas entre 19 y 44 años que hayan dejado de dar el pecho y con hijos de hasta 2 años.

Se elaboró un cuestionario anónimo con 5 ítems a madres que acudieron a los Centros de Salud.

Se eligieron los Centros de salud de Aguadulce Sur y EL Parador de las Hortichuelas con mujeres que realizaban el curso de preparación al parto y madres que acudían a revisión del niño sano con niños, vacunas y consulta de enfermería/ y o pediatría entre 0 y 24 meses.

Obtención de datos a través de un cuestionario sobre mitos que rodean a la lactancia y consulta de literatura relacionada con el tema.

% De madres que creen en el mito



1. La cantidad de leche está relacionada con la alimentación de la madre.
2. No todas las mujeres tienen leche de buena calidad.
3. Si tienes grietas sangrientas en el pezón hay que dejar de dar el pecho.
4. Los medicamentos son incompatibles con la lactancia materna.
5. La incorporación al trabajo hace que la leche se retire.

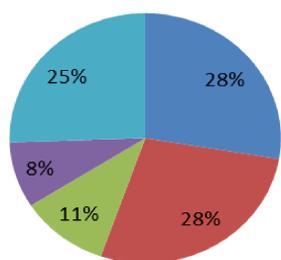
### RESULTADOS:

#### ITEMS:

1. El 76% cree que la cantidad de la leche materna se ve influenciada por la alimentación de la madre, 21% no cree que la alimentación influya en la calidad de la leche y el 3% no sabe/ no contesta.
2. Ante el segundo ítem nos encontramos con un 52% de madres que piensan que la leche que producen todas las lactantes es de buena calidad y aún estando en lo cierto 20% de esas mismas madres alegan como causa de abandono de lactancia que su leche no alimentaba a su bebé.
3. Ante el mito de que los pezones dolorosos y sangrientos son motivo para interrumpir la lactancia, el 42% piensa que sí, cifra demasiado alta para que con el conocimiento de unos sencillos cuidados solucionar el problema y continuar dando el pecho.
4. La mayoría de las madres creen que los medicamentos pasan a la leche materna, y que es incompatible con la lactancia materna abandonándola; en muchos de los casos queriendo continuar. Destacar que el 27% no sabe si tiene que dejar de lactar cuando toma algún medicamento. El 54% de las madres contestó que siempre que se tenga que tomar un fármaco hay que dejar de continuar con la lactancia materna, solo el 23% cree que hay medicación compatibles con la LM, un 27% no sabe.
5. El 50% de encuestadas creen en el mito de que la vuelta al trabajo supone el abandono de la lactancia, y de hecho 8% de estas madres dejaron de dar el pecho alrededor del fin del permiso maternal.

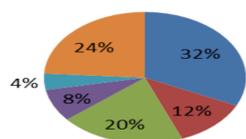
### Tiempo que se mantiene la LM

■ 0-3 meses ■ 4-6 meses ■ 7-12 meses ■ 13-24 meses ■ No inician



### Motivos de abandono de la LM

■ D. PERSONAL ■ GRIETAS  
■ HIPOGALACTIA SUBJETIVA ■ TRABAJO  
■ NO ABANDONO ■ I. MÉDICA



### CONCLUSIONES:

1. Las madres siguen creyendo en los mitos que rodean a la lactancia materna, afectando negativamente a la duración o al inicio de ésta; la mayoría cree que su producción no es adecuada o que no pudo dar porque no tenía leche. Importancia del personal sanitario para desmitificar.
2. Existe una desinformación respecto a la toma de medicación durante el periodo de lactancia materna.
3. Durante 3 primeros meses la madre encuentra dificultades de adaptación a la lactancia como motivo de abandono; mientras que una vez instaurada esta, los motivos personales como vuelta al trabajo o la hipogalactia subjetiva hacen que la mujer desista de seguir dando el pecho.
4. Ayudar a las madres que dan el pecho dando apoyo y cuidados para detectar posibles dificultades durante lactancia materna, para así mantenerla en el tiempo y poder disfrutar tanto el bebé como la madre de las anónimas ventajas que este "oro líquido" aporta.