



5 mitos de la... **LACTANCIA MATERNA** #guaguaquemamaNOllora

- 1.** “Mi leche es mala”
- 2.** “Los bebés deben beber agua”
- 3.** “La mamadera es inofensiva”
- 4.** “Mi bebé queda con hambre”
- 5.** “No puedo dar leche”

¡Conoce más de éstos mitos aquí!

*Forma parte de esta importante labor y entérate de más consejos en
www.patronato.cl*



Cada vez son más las madres que han optado por dar leche maternizada u otras fórmulas a sus bebés pensando entre otras razones, que su leche es mala o que no pueden dar. En nuestro país un 43% de las madres no da lactancia materna exclusiva hasta los seis meses.

Muchas veces los mitos sobre la lactancia son los que llevan a las madres a suprimir la leche materna, sin saber los múltiples beneficios que ésta tiene para el bebé, la madre y la familia. Es por esto, que nuestra fundación realiza talleres para potenciar la lactancia materna. La doctora Paola Astudillo, pediatra de Patronato Madre Hijo, aclara alguno de los mitos sobre la lactancia materna.

1. “Mi leche es mala”: Ninguna leche es mala. Cada madre desarrolla la leche que su hijo necesita, rica en proteínas, grasas, azúcares y enzimas que favorecen el crecimiento y aportan defensas. La leche sólo será mala en casos de consumo de tabaco o alcohol.

2. “Los bebés deben beber agua”: El 88% de la leche materna está compuesta por agua por lo que no necesita hidratación externa. La lactancia materna cumple esta función.

3. “La mamadera es inofensiva”: El uso de relleno en biberones afecta la lactancia, ya que la producción de leche materna depende de la oferta y la demanda. Si el bebé succiona menos el pezón, disminuye la estimulación para la producción de leche. Sólo se mantendrá si la madre la extrae de manera manual o mecánica.

4. “Mi bebé queda con hambre”: Expertos llaman a la leche materna como el alimento “perfecto”, ya que aporta todo lo necesario para la alimentación del bebé. Si el niño llora después de que recibió lactancia, no quiere decir que tenga hambre, si no que quiere ser cobijado por su madre.

5. “No puedo dar leche”: Todas las madres tienen glándulas mamarias por lo que sí pueden producir leche. Sin embargo, en algunos casos se debe suspender la lactancia, como por ejemplo cuando las madres son tratadas con medicamentos contraindicados con el amamantamiento; por presencia de abuso de alcohol, drogas y tabaquismo; o padece de enfermedades como cáncer de mamas, Hepatitis C y VIH (estudios señalan que un 60% del virus se transmite por la leche materna)

Como vemos son múltiples los mitos sobre la lactancia materna, pero está demostrado que la leche materna tiene múltiples beneficios para la mamá y los hijo. Dicen que guagua que no llora no mama, pero el dicho debería ser guagua que mama no llora.