



Gabriela Lizana

Directora de Carrera de Nutrición y Dietética UDLA Académica TNS en Enfermería UDLA



Natalia Castillo

Lactancia materna en tiempos de covid-19

Cada año, entre el 1 y 7 de agosto se conmemora la Semana Mundial de la Lactancia Materna, iniciativa conjunta de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef), cuyo fin es proteger, promover y apoyar la lactancia natural.

Este año el lema es “Proteger la lactancia materna: una responsabilidad compartida” y justamente nos enfrentamos a un

“La nutrición en la primera etapa de vida es fundamental, considerándose a la leche materna como la primera inmunización que recibe el recién nacido”.

evento sanitario sin precedentes en nuestra generación debido a la pandemia de covid-19, por lo que existe mucha incertidumbre en la comunidad en relación con el riesgo de contagio, sobre todo cuando se trata de recién nacidos, menores de edad o niños que están siendo amamantados.

La lactancia materna tiene múltiples beneficios para el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los niños; por lo tanto, debe mantenerse el mayor tiempo posible, incluso durante la pandemia. La nutrición en la primera etapa de vida es fundamental para el desarrollo del sistema inmune, considerándose a la leche materna como la primera inmunización que re-

cibe el recién nacido, por lo que esta tiene un rol primordial. Además, se ha demostrado que la leche materna tiene un efecto inmunoprotector contra los virus respiratorios, disminuyendo su gravedad y el riesgo de hospitalización por neumonía.

Tal es el efecto inmunoprotector de la leche materna que se han identificado casos de embarazadas contagiadas con SARS-CoV-1 en las que la leche se modificó para brindar mayor protección al lactante y también hay un estudio que indica que las embarazadas contagiadas con SARS-CoV-2 no tenían presencia del virus en la leche. Por ello, la Organización Mundial de la Salud recomienda que las mujeres contagiadas continúen amamantando, manteniendo ciertos resguardos.

Las medidas de prevención que utilicen las madres contagiadas que están lactando deben incluir el uso de mascarilla quirúrgica, el lavado de manos antes y después de tener contacto con su hijo y la desinfección de las superficies y objetos que ha manipulado.

Sobre todo en pandemia, es fundamental el apoyo de la familia y la pareja en el proceso de lactancia, por ejemplo, haciéndose cargo de las labores del hogar, el cuidado del lactante y las necesidades de la madre. Estas personas deben mantener las mismas medidas de prevención que la madre para evitar contagios y así promover la salud física y psicológica de la díada madre e hijo. En esta semana conmemorativa la invitación es a proteger la lactancia materna, sobre todo en estos tiempos de covid-19.