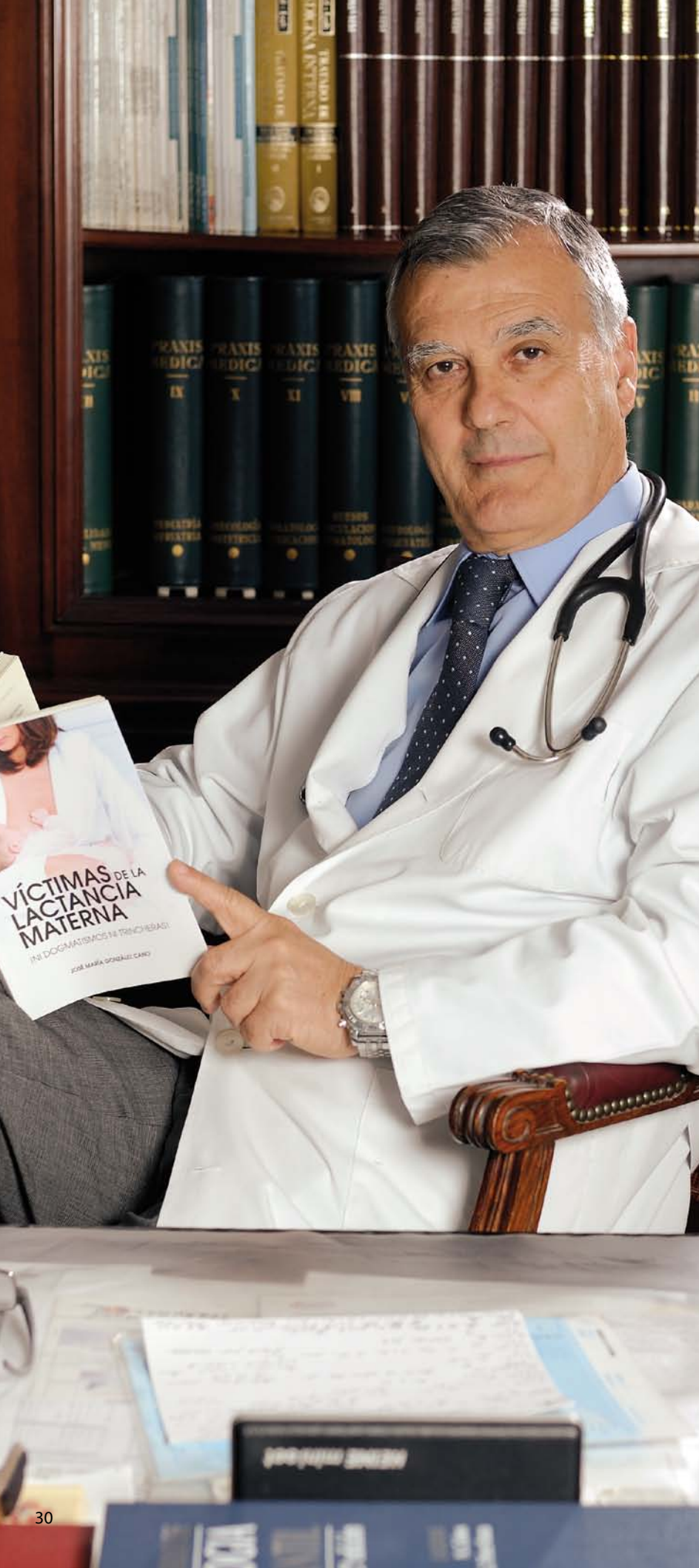


“Las mujeres que dan el biberón no son malas madres”

José María González

Pediatra y autor del libro
“Víctimas de la Lactancia Materna”



José María González Cano ha creado polémica. Es jefe de la Unidad de Gastroenterología Infantil y Nutrición del Hospital General de Castellón y acaba de publicar su segundo libro, “Víctimas de la lactancia materna. ¡Ni dogmatismos ni trincheras!”. En él, apoya el destete parcial o total de los bebés a partir de los cuatro meses, en contra de las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Con cuatro largas décadas de trabajo en nutrición infantil a sus espaldas y como miembro de la Sociedad de Gastroenterología Infantil, Hepatología y Nutrición de España, se defiende ahora de las muchas críticas recibidas: “La leche materna es la alimentación ideal para los bebés en sus primeros meses de vida, pero hay que hacerlo con control, información y sin presiones”.

¿Usted es de pecho o biberón? La gente que no ha leído el libro me acusa de ser “de biberón”, pero es falso. La lactancia materna es magnífica durante los primeros meses de vida, pero cuando la madre no quiere o no puede dar pecho, las actuales leches adaptadas son de una fiabilidad nutricional extraordinaria.

¿Cuál es su consejo para las madres recientes? Los beneficios de la lactancia materna son de tipo nutricional, defensivo y de vínculo por contacto piel con piel. Pero esos beneficios solo son constatables, desde un punto de vista científico, durante los primeros meses de vida. Mi consejo para las madres es que intenten llegar a los cuatro meses con lactancia materna exclusiva y, a partir de entonces, iniciar de forma progresiva el destete parcial. Ahora bien, si el amamantamiento es muy difícil, recomiendo iniciar un complemento con leche adaptada.

Pero la OMS aconseja la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses. El destete tardío es una fuente de problemas para los bebés, ya que los niños tienen tal fijación por el pezón que son muchos los que rechazan las papillas. Eso conduce al desmedro, ya que a esas edades la secreción láctea no puede cubrir las necesidades energéticas y proteicas para el correcto desarrollo del niño. Mi criterio es que, a partir de los cuatro meses, se inicie la primera papilla de cereales y que, a los cinco meses, se incorpore la fruta. De esa forma, la aceptación de las papillas es mucho más fácil. Las recomendaciones de la OMS están pensadas para los países del tercer mundo, no para Europa ni EEUU. Han salvado muchas vidas en estos países, pero esa situación no tiene nada que ver con la nuestra.

El destete es un tema que genera desacuerdos. La Sociedad Europea de Gastroenterología Pediátrica, Hepatología y Nutrición (ESPGHAN en sus siglas en inglés) contradice a la OMS y aconseja introducir la alimentación complementaria antes: entre las 17 y las 26 semanas de vida del bebé. Las sociedades científicas no se atreven a decir con claridad lo que sus miembros ya hacen en sus consultas. ¡Incluso la ESPGHAN aconseja que se inicie la alimentación complementaria a partir de los cuatro meses de vida!

Solo el 52% de los niños de tres meses toman leche materna en exclusiva y la cifra se reduce al 36% cuando el bebé cumple seis meses, según la Asociación Española de Pediatría. ¿Por qué hay tantas mujeres que abandonan? Incluso esas cifras me parecen hinchadas. Muchas madres que dicen dar lactancia exclusiva, ya están dando a sus bebés algunos biberones intercalados. Esconden la verdad para no ser tildadas de “malas madres”. No

creo que llegue al 25% la proporción de niños que solo tomen leche materna a los tres meses de vida. La lactancia materna es más dura que el biberón. En ocasiones, hay hipogalactia, grietas en el pezón, pezones invertidos, abscesos mamarios y otras patologías que hacen muy difícil o imposible amamantar. En ese caso, hay dos alternativas: dejar que el niño acabe desnutriéndose o bien darle una fórmula adaptada. En otras ocasiones, es la incorporación al trabajo, la valoración del aspecto estético de sus pechos, el no poder soportar estar todo el día amamantando, etc. Cada madre tiene sus razones y todas deben ser respetadas. No es admisible que sean presionadas y mucho menos calificadas de “malas madres” o de “frívolas”. Es inadmisible: las convierte en auténticas víctimas de la lactancia materna, con pérdida de autoestima y de su vínculo materno-filial.

¿Es peligroso abandonar la lactancia materna antes de los cuatro meses de vida del bebé? No. Las actuales fórmulas adaptadas son una copia casi exacta de la leche humana; llevan lactoferrina, lisozima, probióticos, ácidos grasos omega 3, etc. Una mamá que no quiere o no puede dar pecho puede estar tranquila alimentando a su hijo con una leche adaptada.

Y, al contrario, ¿prolongar la lactancia materna puede implicar riesgos, si no se controla bien o si no hay seguimiento médico? A los niños comienzan a salirle los dientes a los seis meses, por lo que un niño sano de un año ya debe comer absolutamente de todo, aunque sea triturado total o en parte. La lactancia materna a partir del año de vida ya no tiene ningún significado ni nutricional ni defensivo. Aunque eso no significa que no pueda darse pecho a esas edades. Si para la madre es satisfactorio, debe respetarse su decisión. Aconsejo prudencia, equilibrio y sensatez.