

EL ESTUDIO SE PRESENTARÁ EN EL IX SIMPOSIO INTERNACIONAL DE LACTANCIA MATERNA

## La lactancia materna es más eficiente durante los tres primeros meses del bebé

En las primeras 13 semanas de vida, la frecuencia de tomas de leche materna disminuye, el intervalo entre una toma y otra aumenta, así como la cantidad de leche ingerida y el tiempo que el bebé destina a cada toma. A partir del tercer mes y hasta el sexto, estos baremos pasan a ser constantes.

SINC

18/3/2014 12:32 CEST



La OMS recomienda la lactancia materna como el modelo de alimentación más recomendable para los neonatos durante los primeros seis meses de vida. / [Sanutri](#)

La lactancia materna se vuelve más eficiente entre el primer y el tercer mes de vida del bebé. Durante esos meses disminuye progresivamente la cantidad de tomas mientras que aumenta la cantidad de leche ingerida en cada una de ellas.

Además, entre el tercer y el sexto mes de vida la frecuencia en las tomas y la cantidad de leche ingerida se mantiene constante. Estas son algunas de las principales conclusiones que se desprenden del estudio liderado por

Jacqueline Kent, investigadora del grupo Hartmann de investigación en lactancia materna de la Universidad Western Australia.

El trabajo publicado en *Breastfeeding Medicine* se presentará en Madrid durante el IX Simposio Internacional de Lactancia Materna, que se celebrará por primera vez en España los próximos 4 y 5 de abril.

Los resultados amplían el conocimiento sobre los diferentes patrones existentes en la lactancia materna y facilitan a los profesionales de la salud una guía para orientar a las madres, con lo que, según los autores, mejorará su confianza en el momento de dar el pecho.

Los expertos han demostrado que los cambios de comportamiento en el bebé durante el proceso de lactancia materna son completamente normales. La variación en la frecuencia en las tomas no son indicadores de falta de leche, una de las razones citadas habitualmente por las madres para dejar de dar el pecho.

### **Más cantidad, en menos tiempo y en menos veces**

Las madres pueden creer que si el bebé se alimenta más a menudo es señal de que no come lo suficiente en cada toma, pero los estudios desarrollados por Kent, en los que han participado 52 madres, demuestran que ese no es necesariamente el caso.

---

Las madres pueden creer que si el bebé se alimenta más a menudo es señal de que no come lo suficiente en cada toma, pero este estudio demuestra que ese no es necesariamente el caso

El seguimiento se hizo en su casa, entre dos y cinco veces en periodos de 24 horas y durante los seis primeros meses de vida de los bebés. En los tres primeros meses de vida, la frecuencia de tomas disminuyó progresivamente en 0,2 tomas por semana, desde las 7,6 tomas diarias del primer mes hasta las 6,6 tomas cuando el bebé ya tenía 13 semanas.

La mediana del tiempo que el bebé destinaba a cada toma descendió casi un 20% al pasar de 36 minutos en las cuatro primeras semanas a 29 minutos al cumplir el tercer mes. Hasta los seis meses, la mediana del tiempo de cada toma se redujo en 0,6 minutos por semana.

Al analizar los intervalos de tiempo entre una toma y la siguiente, Kent ha comprobado que los bebés espacian los tiempos pero aumentan la cantidad de leche ingerida entre una toma y otra. Así, el tiempo máximo de intervalo entre una toma y la siguiente en un bebé de 4 semanas es de 4 horas y 45 minutos, en el caso de un bebé de 13 semanas, este intervalo se sitúa en 7 horas y 35 minutos.

### **España, por debajo de la media**

Sólo el 76% de las madres en España optan por la lactancia materna tras el nacimiento del bebé, según los datos del informe *Nutrition in the First 1,000 Days. State of the World's Mothers 2012*, realizado por la ONG *Save the Children*, que analiza los hábitos de lactancia materna en los países desarrollados.

Esto sitúa a España más de 10 puntos por debajo de la media de los principales países enriquecidos incluidos en este estudio (86,54%) y muy lejos de otros países de su entorno como Alemania (96%), Portugal (90%), Italia (91%), Grecia (86%), Holanda (81%) o Reino Unido (81%).

Las madres que viven en países del norte de Europa son actualmente la referencia en este campo. Noruega, con un 99%, Suecia, con un 98%, y Eslovenia, con un 97%, se sitúan a la cabeza en este ránking, mientras que en EE UU el porcentaje de madres que optan por amamantar a sus hijos nada más nacer se sitúa en niveles similares al español: 75%.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la lactancia materna como el modelo de alimentación más recomendable para los neonatos durante los primeros seis meses de vida por los beneficios que reporta para la salud y el futuro desarrollo del bebé, entre otros motivos.

### **Referencia bibliográfica:**

Kent J.C. et al. "Longitudinal changes in breastfeeding patterns from 1 to 6 months of lactation". *Breastfeeding Medicine* 8, 401-407 (2013).

Kent, J.C. et al. "Volume and frequency of breastfeeds and fat content of breastmilk throughout the day". *Pediatrics* 117, e387-e395 (2006).

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

LACTANCIA MATERNA | BEBÉ | NUTRICIÓN |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)