

# CONOCER PARA DEFENDER LA LACTANCIA DURANTE LA GESTACIÓN Y "EN TÁNDEM"

DE LA FUENTE ARRILLAGA M.\*, ORTEGA GARCÍA A.\*\*, MÉNDEZ CASTELLANO P.\*\*\*

\*Matrona en Complejo Hospitalario de Navarra. \*\*Matrona en Hospital Dr. Josep Trueta de Girona.

\*\*\*DUE en Centros residenciales Savia Lliria.

**INTRODUCCIÓN:** En ocasiones los profesionales sanitarios nos encontramos ante sucesos que, de no contar con información actual y contrastada, no podremos solventar, ni aconsejar al paciente como es debido. Ocurre frecuentemente con la lactancia durante la

gestación y en tándem, pues ambas **sufren de falsos mitos que debemos desmentir con sólidos y contrastados argumentos,**

para que no repercutan negativamente en las mujeres. El objetivo del trabajo es por tanto, plasmar la información que nos aporta la evidencia científica sobre la lactancia durante el embarazo y en tándem.

**MATERIAL Y MÉTODOS:** La información aportada ha sido obtenida tras revisar diferentes bases bibliográficas (Cochrane, PubMed, artículos de revistas científicas, BVS...).

**RESULTADOS:** Las mujeres que ofrecen lactancia materna durante su gestación **no requieren mayor suplementación de nutrientes** que las que no dan pecho y **tampoco presentan mayor riesgo de anemia**. A pesar de las contracciones uterinas provocadas momentáneamente por la succión mamaria, **no existe mayor riesgo de aborto ni parto prematuro en gestantes que amamantan**. Los fetos de estas mujeres

**no sufren mayor probabilidad de retraso de crecimiento intrauterino ni presentan menor peso al nacer.**



En cuanto a la lactancia en tándem, la producción de calostro no es menor en mujeres que la practican y **no existen diferencias en el aumento ponderal de sus hijos** en comparación con las que no lo hacen.

A demás de la ausencia de perjuicios, queremos **destacar los beneficios emocionales de ésta lactancia para madre e hijos.**

**DISCUSIONES:** Consideramos imprescindible que los profesionales que trabajamos con mujeres embarazadas y púerperas, conozcamos las **ventajas de practicar este tipo de lactancias, transmitiéndoles tranquilidad por su inocuidad, explicando los falsos mitos sobre ellas**. Así, aportaremos tranquilidad y seguridad, para que las mujeres vivan su maternidad con información certera.



**CONCLUSIONES:** Todos los profesionales sanitarios dedicados a la salud de la mujer, debemos tener conocimientos sobre la lactancia durante la gestación, y la lactancia materna en tándem, pudiendo ofrecer a las mujeres una información veraz. Solo desde el conocimiento basado en la evidencia les podremos asesorar adecuadamente.

**AGRADECIMIENTOS:** Agradecemos a los profesionales que han investigado sobre éste tema, por arrojar luz sobre un campo de sombras y aportar, en beneficio de las mujeres y la sociedad, información contrastada sobre estos temas tan importantes para su salud. **Gracias a las mujeres que, con su ejemplo, animan a otras a plantearse este tipo de lactancia materna tan enriquecedora.**

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- . Moscone S, Moore M. Breastfeeding during pregnancy. J Hum Lact.1993;9:83-88
- . Estévez Mª D, Martell D, Medina R. Factores relacionados con el abandono de la lactancia materna. Anales de Pediatría. Volume 56, Issue 2, 2002, Pages 144-150
- . Merchant K, Martorell R, Haas J. Maternal and fetal responses to the stresses of lactation concurrent with pregnancy and of short recuperative intervals. Am J Clin Nutr. 1990 Aug;52(2):280-8

