

LACTANCIA MATERNA: CLAVE PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE.

Dra. Milagro Raffo Neyra

Pediatra- Neonatóloga, Profesora Asociada de la UNMSM y Consultora Certificada en Lactancia Materna.



La lactancia materna es resultado de la evolución de las especies, para determinar la manera de alimentar a los seres humanos desde el inicio, de modo que alcancemos nuestro desarrollo óptimo. La lactancia materna no tiene beneficios ni ventajas, es la norma. Por eso, no sólo no es ajena al desarrollo sostenible sino que va más allá, porque si el desarrollo sostenible es el “que satisface las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades”, la lactancia materna más bien va a potenciar a las generaciones futuras para la satisfacción de sus necesidades.

La lactancia materna coadyuva al logro de los 17 Objetivos para el Desarrollo Sostenible, aprobados en las Naciones Unidas como agenda para el 2030, de la siguiente manera:

1. **Eliminar la pobreza.** Es de bajo costo, no afecta los ingresos familiares, que así pueden usarse para otras necesidades. Disminuye los gastos por enfermedad y no incurre en otros como lo hace la alimentación con fórmula. Puede ahorrar millones de dólares tanto en países no desarrollados como desarrollados.
2. **Hambre cero.** Dada en forma exclusiva los primeros 6 meses, proporciona todos los nutrientes y la energía que el niño necesita para su crecimiento y desarrollo. Y aún después del año de edad, puede cubrir más de un tercio de los requerimientos calóricos y proteicos, y sigue brindando protección inmunológica y afecto.
3. **Salud y bienestar.** Proporciona salud y bienestar tanto a los niños como a las madres, a corto y a largo plazo.
4. **Educación de calidad.** Contribuye al desarrollo óptimo del lactante, principalmente en las áreas cognoscitiva, visual y del lenguaje, dotándolo de mejor capacidad para el aprendizaje.
5. **Igualdad de género.** Está disponible para niños y niñas por igual, desde el inicio de la vida. Empodera a la mujer dándole el derecho y la capacidad de nutrir a su bebé por sí misma, asumiendo el control de su alimentación y de su crianza, disfrutándola.
6. **Agua limpia y saneamiento.** Es fuente de agua segura que cubre los requerimientos hídricos del lactante, aún en climas calurosos; no requiere acceso a agua potable como la fórmula.
7. **Energía asequible y no contaminante.** Para su producción requiere poca energía a diferencia de la alimentación artificial que usa un exceso de energía contaminante en la producción, distribución y preparación de la fórmula y de los dispositivos que se utilizan.
8. **Trabajo decente y crecimiento económico.** La mujer que amamanta realiza un trabajo, aunque no valorado ni remunerado, que contribuye al desarrollo. La mujer que trabaja fuera del hogar y que ejerce su derecho a continuar la lactancia con apoyo de su empleador, trabaja con más satisfacción y se ausenta menos por la salud de su bebé.
9. **Industria, innovación e infraestructura.** La industrialización y la urbanización incorporan más mujeres a la fuerza laboral y a la vida moderna. Cuando se protegen el embarazo y la lactancia, con legislación, intervenciones e infraestructura, para apoyar a esas mujeres, su aporte al desarrollo se duplica en el marco del trabajo digno y la continuación de la lactancia.

10. **Reducción de las desigualdades.** En países poco desarrollados donde la prevalencia de la lactancia materna es mayor, mejora la salud y la supervivencia, disminuyendo las desigualdades con los países desarrollados. Si no fuera así, la brecha sería mayor.
11. **Ciudades y comunidades sostenibles.** Es ecológica, no produce gastos excesivos de energía, desperdicios ni contamina, ni ejerce presión sobre la tierra ni agota los recursos.
12. **Producción y consumo responsables.** Es un modelo biológico de eficiencia energética y genera una mejor calidad de vida para todos.
13. **Acción por el cambio climático.** No produce emisiones que aceleren el cambio climático y es el alimento seguro para los lactantes en los desastres consecuentes de ese fenómeno.
14. **Vida submarina.** No produce residuos que contaminen los mares.
15. **Vida de ecosistemas terrestres.** Es ecológica, preserva los ecosistemas.
16. **Paz, justicia e instituciones sólidas.** El amamantamiento le proporciona al lactante la seguridad y confianza básicas, desarrolla el apego y el vínculo que serán la base de sus futuras relaciones con otras personas.
17. **Alianza para lograr los objetivos.** Quienes abogamos por la lactancia materna trabajamos en colaboración con los distintos sectores e instituciones tanto públicas como privadas.

La lactancia materna no es sólo responsabilidad de las mujeres. La responsabilidad de proteger, promover y apoyar la lactancia materna es de todos. Sólo vamos a lograr mejorar los indicadores de lactancia y que esta dé plenamente su cuota al desarrollo sostenible, si aunamos esfuerzos entre los distintos sectores de la sociedad, sin conflictos de interés.