



El 13 y 14 de septiembre 2013 se ha celebrado en Barcelona el X Congreso FEDALMA bajo el lema "Lactancia y Diversidad". El objetivo principal de los congresos FEDALMA es dar visibilidad a la situación actual en el apoyo a madres lactantes y colaborar en la difusión de las últimas evidencias científicas en lactancia materna y la mejora de la formación de asesoras de lactancia y profesionales sanitarios.

Esta iniciativa parte del sector social, a través de la labor de asociaciones de madres lactantes, comúnmente conocidas como Grupos de Apoyo a la Lactancia Materna, y de las federaciones que las agrupan.

FEDALMA (Federación Española de Asociaciones pro Lactancia Materna) reúne a más de 50 asociaciones y grupos de apoyo en toda España que, entre sus finalidades, se dedican a desarrollar servicios de información y apoyo dirigidos a las mujeres que quieren amamantar a sus hijos. Una de las prioridades desde su fundación en el año 2003 ha sido poder ofrecer formación a estas entidades en temas específicos de lactancia, así como en las cuestiones de tipo asociativo. FEDALMA como organización integrada por asociaciones formadas mayoritariamente por mujeres recoge como propias todas las acciones en pro de la igualdad sin que suponga el menoscabo de la libre decisión de una maternidad y crianza consciente.

Creemos que es importante fomentar la comunicación entre los diferentes sectores que participamos en el reto de ayudar a las madres con dificultades en sus lactancias. Nuestro trabajo debe consistir en un esfuerzo colectivo, en el que cada uno aporta desde su rol específico, conscientes de que es gracias a esa confluencia de miradas que podemos ver el todo y ser de verdadera ayuda. Una vez más, se pone de manifiesto la naturaleza diversa de la lactancia: en lo social, lo sanitario, lo cultural.

Este congreso nos deja la enorme satisfacción de haber podido dar visibilidad a la importancia de establecer vínculos entre los agentes implicados en la labor de apoyar a las familias que lactan, valorar las aportaciones del otro y, por encima de todo, avanzar juntos en una misma dirección incorporando todos los conocimientos a nuestro alcance, con rigurosidad y con respeto, porque cada lactancia es única, válida y maravillosa, sea como sea, dure lo que dure. Durante la apertura del Congreso, la Dra. Carmen Cabezas, subdirectora de Promoción de la Salud, de la Agencia de Salud Pública de Cataluña, subrayó en la mesa inaugural la importancia de un encuentro de estas características y destacó la labor de colaboración entre el sector social y el sanitario para la promoción de la salud y la mejora en la calidad asistencial.

A través de cuatro mesas redondas, tres conferencias, dos intervenciones institucionales a cargo de la Federació Catalana de Grups de Suport a la Lactància Materna y FEDALMA y un audiovisual elaborado por la asociación anfitriona del evento, ALBA Lactancia Materna, con la colaboración de otros grupos de apoyo, el congreso ha abordado cuestiones de fisiología y manejo de la lactancia, así como de asesoría y apoyo a las madres lactantes. También ha contado con la participación científica de los congresistas a través de la presentación de comunicaciones y posters.

Algunos temas tratados han sido la importancia de la hormona oxitocina, la etiología de la hipogalactia y posibles soluciones, iniciativas del sector social para normalizar la lactancia materna y apoyar a las madres lactantes, nuevos modelos de familia y la necesidad de disponer nuevos enfoques para satisfacer sus demandas, el apoyo multidisciplinar a las madres lactantes por parte profesionales sanitarios, sus aportaciones, retos y dificultades, la diversidad bacteriológica de la leche materna, la clasificación y tratamiento de las mastitis que nos proporciona una nueva evidencia respecto a su tratamiento y manejo, distintas vivencias de lactancia, el rol de las asesoras y reflexiones en torno a la crianza.

## Conclusiones generales X Congreso FEDALMA 2013

Las ponencias han sido coordinadas y expuestas por 23 expertos en los diferentes ámbitos tratados y han contado con 300 asistentes, entre los que se encontraban representantes del sector social como responsables de Federaciones y Asociaciones pro lactancia materna y asesoras de lactancia, así como profesionales de la salud de diversas disciplinas aunque con una participación destacada de comadronas, residentes de comadrona, enfermeras pediátricas e IBCLC; lo que conforma un importante elenco de participantes y es una muestra del interés que suscita la lactancia materna a nivel nacional.

Las conclusiones que siguen en modo alguno constituyen acta de todo lo tratado. Por el contrario son el resultado de la interpretación sintética realizada por la Comisión Organizadora del Congreso a partir de lo expuesto por los ponentes y de las aportaciones de los participantes.

Desde la Organización del Congreso queremos agradecer a todos los participantes su interés y dedicación. Estamos convencidas que entre todos hemos establecido un hito que nos permitirá seguir avanzando para que cada vez más familias reciban una mejor atención social y sanitaria en apoyo a la lactancia materna.

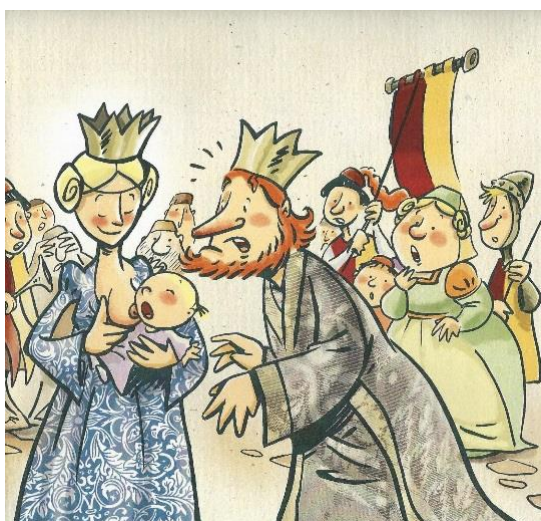
A continuación se exponen algunos aspectos relevantes tratados.



**Oxitocina.** La liberación de la hormona oxitocina se produce de forma pulsátil y tiene efectos positivos a corto y largo plazo en la salud y el bienestar tanto de la madre como del bebé. El contacto piel con piel tras el nacimiento favorece la liberación de oxitocina y todo ello se ha relacionado, entre otras cosas, con la estimulación de la conducta social y la disminución de la ansiedad y el estrés. En el caso de bebés prematuros también estimula su crecimiento y desarrollo. Asimismo el apego seguro se correlaciona con altos niveles de oxitocina. Algunas intervenciones médicas como la cesárea, especialmente si es electiva, y el uso de anestesia epidural pueden afectar negativamente la liberación de oxitocina endógena, con efectos negativos como la inhibición de las adaptaciones psicológicas maternas y disminución de los niveles de prolactina. Aunque la oxitocina sintética tiene la misma composición química que la endógena no tiene los mismos efectos beneficiosos ya que no se libera de forma pulsátil. El contacto piel con piel, la lactancia materna, el apoyo social y los masajes potencian la liberación de oxitocina endógena que a su vez los refuerza y facilita, potenciando sus efectos.



**Hipogalactia.** La hipogalactia puede ser real, debida a alguna enfermedad de carácter ginecológico o endocrino por parte de la madre. También puede ser una percepción errónea, subjetiva e infundada de la madre que cree no tener leche. O bien una baja producción real de leche subsidiaria de una mala técnica de lactancia: posición inadecuada, horarios rígidos, mal agarre, anquiloglosia del bebé, etc... Cuando existe una baja producción por mala técnica, al no depender de la capacidad de producción materna, esta desaparece en cuanto se soluciona el problema que está interfiriendo en la producción. La hipogalactia real puede impedir la lactancia materna o bien dificultarla si la madre no recibe a tiempo el tratamiento adecuado. El hecho de que se consideren poco frecuentes los factores ginecológicos y endocrinos que provocan hipogalactia, conlleva a menudo un sesgo en la sospecha diagnóstica produciendo diagnósticos tardíos y habitualmente por exclusión, por lo que es importante conocer bien las causas de hipogalactia real y diagnosticarla lo antes posible para poder atender correctamente a las madres.



**Normalización de la lactancia materna.** Poco más de un 10% de las imágenes de lactancia que aparecen en la literatura infantil reflejan la lactancia materna en humanos, mientras que en un 80% de los casos se hace referencia a la lactancia artificial. Por otra parte apenas hay referencias a la

lactancia materna en educación secundaria, no se explica el funcionamiento de la fisiología de la lactancia como parte del ciclo sexual y reproductivo de las mujeres y, a menudo, cuando sí hay referencias éstas son incompletas o erróneas. Cabe preguntarse en qué medida esto puede condicionar las decisiones de los futuros padres y madres respecto a la lactancia materna. Los concursos de cuentos infantiles sobre lactancia y crianza son una herramienta de normalización de la lactancia materna dentro de la literatura infantil. No existen de momento programas en los que la lactancia materna se incluya en los libros de texto de secundaria ni como parte de la biología humana ni como hábito saludable de alimentación.

**Los grupos de apoyo y las asesoras de lactancia.** Las asociaciones y grupos de apoyo a la lactancia están formados por madres con experiencia propia de amamantar y formación adecuada, llamadas “asesoras de lactancia”, que ofrecen servicios de apoyo “madre a madre”, forma de apoyo comunitario, basado en el voluntariado social, al alcance de todas las familias. El apoyo social y comunitario “madre a madre” ha demostrado ser una herramienta eficaz de ofrecer apoyo a las mujeres que amamantan y su labor ha sido reconocida como válida y recomendable por organismos nacionales e internacionales. Este tipo de voluntariado resulta también muy satisfactorio y gratificante para las madres que ejercen la función de asesoras de lactancia. Cada vez hay más grupos de apoyo a la lactancia en todas las autonomías españolas trabajando en red.



**Cambios en los modelos de familia.** En los últimos años se ha producido muchos cambios sociales y de estructuras familiares que, sumado a la diversidad cultural que nos rodea, hace que la lactancia materna sea mucho más diversa, con sus peculiaridades y casuísticas propias, de la que se encontraba en el modelo de familia tradicional. Es importante que asesoras de lactancia y profesionales sanitarios estén preparados para poder ofrecer información y apoyo a la lactancia materna adaptado a cada modelo familiar y cultural, además de mantener una actitud abierta y respetuosa.



**Atención profesional.** El apoyo profesional a la lactancia materna se ha vuelto diverso y multidisciplinar. En general existe falta de coordinación entre los distintos profesionales, lo cual a su vez pone en evidencia las dificultades con que se están encontrando estos profesionales en el sistema sanitario para funcionar con la cohesión necesaria que requiere la multidisciplina. Algunas prácticas como la valoración ecográfica y la osteopatía están empezando a conocerse mientras que la atención de matronas, pediatras y enfermeras, está más normalizada. Algunos especialistas, como los odontólogos, también alertan de los riesgos de la lactancia artificial y el uso de chupetes para la salud. En general todos reconocen que la formación profesional sobre lactancia materna es escasa y a menudo requiere de un compromiso personal y esfuerzo económico del profesional interesado. Reconocer las carencias del sistema sanitario, intentar vencerlas y trabajar en red con otros profesionales y el sector social son estrategias clave para apoyar la lactancia materna.



**FEDALMA.** Si los grupos de apoyo a la lactancia quieren ganar reconocimiento social deben cuidar su imagen y ajustarse a recomendaciones científicas basadas en la evidencia, apartando temas comerciales o pseudocientíficos de su labor. Por otra parte, cuando la lactancia falla, los

profesionales deberían realizar los diagnósticos necesarios para conocer las causas y reflejarlo en el historial sanitario de madre y bebé. Debería haber un control más férreo sobre la publicidad de la lactancia artificial. La lactancia apenas ha aumentado entre 2006 y 2011 según los datos de la encuesta nacional de salud. Cuando los datos se desglosan podemos ver grandes diferencias entre comunidades.



**Biodiversidad de la leche humana y mastitis.** La leche materna tiene una amplia microbiota con una alta variabilidad individual. Bacterias del intestino tienen acceso a la ruta enteromamaria y se transmiten al bebé por la leche materna. Las disbiosis (alteraciones de la flora bacteriana) están relacionadas con las mastitis y los distintos agentes causantes pueden dar lugar a diversa sintomatología y ser resistentes a algunos antibióticos. Algunas cepas de lactobacilos aislados de la leche materna de mujeres sanas constituyen una buena alternativa a los antibióticos en el tratamiento de las mastitis, un problema tan infravalorado como infradiagnosticado, pese a ser la principal causa médica de destete precoz innecesario.



**Amamantar en circunstancia inesperadas.** Pueden darse enfermedades del bebé, como la galactosemia, de la madre, como un absceso, o situaciones de emergencia, como un accidente de

circulación, que impidan o dificulten el mantenimiento de la lactancia materna. Es importante que tanto desde el sector social como el sanitario se actúe de manera conjunta para ofrecer ayuda y apoyo eficaz a las madres lactantes en cualquier circunstancia. La lactancia con leche donada es una opción preferible, según la OMS, a la leche artificial en situaciones de emergencia, pero es importante gestionar bien la donación y minimizar los posibles riesgos. Es preciso que tanto profesionales de la salud como asesoras de lactancia sepan enfocar todo tipo de lactancias, por difíciles que sean las circunstancias, ayudando a mantener la confianza de las madres, planteando metas progresivas alcanzables, respetando y confirmando las decisiones de cada familia.



**Lactancia y crianza.** El estudio antropológico del comportamiento humano en la crianza, a través de las culturas, ayuda a entender qué necesitan los bebés y cómo se podría mejorar la crianza en la cultura occidental, donde parece ser que necesitamos libros y cursos para hacer lo obvio. Aunque por otra parte quizás deberíamos simplemente escuchar más a los bebés, y no tanto a las voces de la cultura, que intentan decirnos cómo cuidar de los nuestros.