

¿Qué es «normal» en relación con la lactancia materna?

(Presentación en el tema «Últimas recomendaciones sobre la práctica basada en las investigaciones»)

Dra. Jacqueline Kent

Facultad de Ciencias, Escuela de Química y Bioquímica, Universidad de Western Australia

En diversas investigaciones se ha demostrado que las madres y lactantes sanos y normales que utilizan exclusivamente lactancia materna tienen una amplia variedad de conductas de lactancia. Una sesión de lactancia puede ser una toma de una o de las dos mamas, o incluso un conjunto de tomas cuando el lactante vuelve a la primera mama después de acabar con la segunda. Algunos lactantes (30 %) siempre se alimentan solo de una mama durante una sesión de lactancia, una pequeña proporción (13 %) siempre se alimenta de las dos mamas en cada sesión de lactancia, y la mayoría (57 %) a veces se alimenta de una mama y a veces de las dos mamas, o hace un conjunto de tomas. ¹

Un estudio transversal mostró que entre el primer y el sexto mes de edad se producen entre 4 y 13 sesiones de lactancia al día. Cada sesión de lactancia dura de 12 a 67 minutos, y durante ese tiempo los lactantes consumen en promedio de 54 a 234 ml de leche. Esto lleva a una ingesta de leche diaria total de entre 478 y 1356 ml. ¹

Se realizó un estudio longitudinal para determinar si la variación se debía a diferencias en la edad del lactante. De hecho, entre el primer y el tercer mes hubo una reducción tanto de la frecuencia media de las sesiones de lactancia (de 7,6 a 6,6 al día) como de la duración media de cada sesión de lactancia (de 36 a 29 minutos), con un aumento concomitante de la cantidad media de leche consumida (de 106 a 126 ml). Entre el tercer y el sexto mes la frecuencia y la cantidad de leche consumida durante cada sesión de lactancia permanecieron constantes, mientras que la duración de cada sesión de lactancia disminuyó hasta 23 minutos. Sin embargo, durante todo el período de lactancia exclusiva desde el primer hasta el sexto mes, la cantidad total de leche consumida cada día permaneció constante, con un promedio de 808 ml. ²

A pesar de los cambios observados en la conducta de lactancia entre el primer y el tercer mes de lactancia, seguía habiendo un amplio intervalo en cada uno de los parámetros medidos para cada una de las edades, por ejemplo, en el primer y el segundo mes se registraron entre 5 y 12 sesiones de lactancia de entre 47 y 199 ml cada una, y entre el cuarto y el sexto mes se registraron entre 4 y 11 sesiones de lactancia de entre 57 y 245 ml cada una. Esta conducta de lactancia dio como resultado, en 24 horas, una ingesta de leche materna de entre 476 y 1370 ml. ²

Esta variación de la conducta de lactancia contrasta con las recomendaciones para la alimentación con fórmula, según las cuales se deben proporcionar 5-6 biberones de 120-150 ml en el primer y segundo mes de edad, y 4-5 biberones de 180-250 ml entre el cuarto y

el sexto mes. Se debe informar a los padres que las variaciones en la conducta de lactancia que quedan fuera de los intervalos de las recomendaciones para la alimentación con fórmula no son indicativos de problemas con la lactancia, y que deben tener confianza y continuar con lactancia materna exclusiva.

Bibliografía:

1. Kent JC, Mitoulas LR, Cregan MD, Ramsay DT, Doherty DA, Hartmann PE. Volume and frequency of breastfeedings and fat content of breast milk throughout the day. *Pediatrics*. 2006;117(3):e387-395.
2. Kent JC, Hepworth AR, Sherriff JL, Cox DB, Mitoulas LR, Hartmann PE. Longitudinal changes in breastfeeding patterns from 1 to 6 months of lactation. *Breastfeed Med*. 2013;8:401-407.