

## **USO DE GALACTOGOGOS EN LACTANCIA MATERNA, REVISIÓN DE LA EVIDENCIA.** *Alessandra Bazzano, PhD, MPH*

Los galactogogos son preparaciones a base de hierbas, comidas, bebidas, medicamentos y otras sustancias de consumo que se supone que inducen o mejoran la lactación ( p ej aumentar la producción de leche)

Motivos para usar galactogogos (son muchos): inducción de LM en madres adoptivas, factores fisiológicos que provocan fallo primario de la lactancia (insuficiente tejido glandular, SOP, problemas tiroideos, obesidad...), madres trabajadoras que quieren incrementar su producción, etc.

### **Hay muchas referencias históricas referentes al uso de galactogogos**

- El doctor griego Dioscórides (1er siglo DDC) describió una bebida alcohólica para incrementar la producción de leche. Estaba hecha con higos secos negros, uvas frescas prensadas, hinojo y tomillo.
- El cirujano griego Antyllus (2do siglo DDC) menciona bebida fermentada de granos mezclada con semillas tiernas de sésamo aplastadas, y algo proveniente de la palma
- Alhova (“fenugreek”) planta que se usa en el sur de Asia, se ha usado durante siglos en India, Europa y EEUU.

### **GALACTOGOGOS DE USO FRECUENTE**

#### **BEBIDAS**

-Cerveza: Ej Guinness u otras cervezas de cebada malteadas, o especialmente las sin alcohol. Lúpulo de la cebada, malta y levadura son considerados lactogénicos.

- Té

COMIDAS: harina de avena, galletas de lactancia ( a base de avena y levadura de cerveza), sopas..

#### **SUSTANCIAS CONOCIDAS COMO GALACTOGOGOS:**

**NO FARMACOLÓGICOS:** alhova, cardo bendito, hinojo, leche del cardo, alfalfa, “marshmallow” raíz/hoja, “shatavari”, ortigas, lúpulo, “chasteberry” y “moringa” (las que van entre comillas no encuentro traducción posible).

**FARMACOLÓGICOS:** metoclopramida, domperidona, metformina, oxitocina y antipsicóticos (raramente usados por sus efectos secundarios)

## CORRIENTES MODERNAS EN EL USO DE GALACTOGOGOS:

- En EEUU la venta de alhova ha aumentado mucho.
- De los consultores de lactancia encuestados, 15% en Suiza y 99% en Canadá refirieron haber utilizado alhova (fenugreek) en alguna ocasión (Winterfeld, 2012)
- 69% de los consultores acreditados de EEUU habían oído sobre “remedios caseros” (incluyendo galactogogos), y de estos, el 65% los recomendaron en alguna ocasión (Schaffir et al. 2012)
- La alhova fue la hierba más usada entre las mujeres en Australia, 56% de las encuestadas; y de estas, el 98.2% la utilizaron para aumentar la producción de leche (Sim et al., 2013). Un trabajo realizado en Australia muestra que la mayoría de las mujeres que usaron productos herbales durante sus lactancias refieren una falta de información al respecto, y solo el 28.6% se lo notificó a su médico. Tres cuartas partes evitó medicinas convencionales alegando preocupación respecto a la seguridad para sus lactantes. Muchas expresaron el deseo de mayor evidencia por parte de los sanitarios en lo referente a productos herbarios durante la lactancia materna (Sim 2013-2014).

## ESTUDIOS RECIENTES SOBRE GALACTOGOGOS

### ***Postpartum domperidone use in British Columbia: A retrospective-cohort study***

El uso de domperidona se duplicó entre 2002 y 2011. En 2011, una de cada 3 pretérmino y una de cada 5 a término se les prescribió domperidona durante los 6 primeros meses postparto. Del segundo grupo las que con más frecuencia recibieron domperidona fueron elevado IMC, enf. Crónicas, primíparas, embarazos múltiples, cesáreas...

***The use of galactagogues in the breastfeeding mother (revisión sistemática)***, en distintas bases de datos, hasta Junio de 2012.----Concluye que hacen falta más estudios para evaluar el efecto de los galactogogos disponibles en los EEUU.

### ***Use of herbals and galactagogues***

Concluye lo mismo, que la evidencia que existe es anecdótica y de escasa validez. Que hacen falta ensayos clínicos

## REVISIÓN SISTEMÁTICA DE BAZZANO ET AL-

La llevaron a cabo en 2015, sin restricciones de fechas.

**Criterios de inclusión para los estudios sobre galactogogos farmacológicos:** estudios de ciego con control (placebo) y con aleatorización a los grupos. Sólo se incluyeron los estudios en los que la producción estimada de leche, la ganancia de peso, o el tiempo de relactación se consideraron un asunto de interés. Los galactogogos que más frecuentemente se prescriben en EEUU sin estar en su ficha técnica fueron domperidona y metoclopramida.

**Criterios de inclusión para los estudios sobre galactogogos no farmacológicos (herbarios):**

Los productos herbarios que están entre los 40 más vendidos según el Consejo Botánico americano, y los más usados para inducir la lactancia según las encuestas realizadas a la población. Al igual que antes se incluyeron estudios de ciego con aleatorización a los grupos (control con placebos). Solo se incluyeron los estudios en los que la producción de leche, ganancia ponderal etc se consideraron asuntos de interés. Términos de búsqueda: Leche de cardo, alhova, “malunggay”, “moringa”, “shatavari”, “goat’s rue”, ajo, cardo bendito, hinojo

**Resultados:** Delos 731 artículos encontrados, 18 reunían criterios de inclusión (10 sobre fármacos y 8 sobre productos herbarios).

**Resultados galactogogos farmacológicos:** 4 estudios sobre la domperidona cumplían criterios, aunque había diferencias en la metodología entre los estudios. A pesar de esas diferencias, los resultados de los 4 estudios mostraron un incremento en la producción de leche en la madres tratadas con 10 mg de domperidona, 3-4 veces al día durante 4-14 días, comparado con las que fueron tratadas con placebo. Entre los estudios incluidos, el único efecto secundario encontrado fue boca seca.

Using galactagogues for lactation support—a review of evidence and health provider perspectives

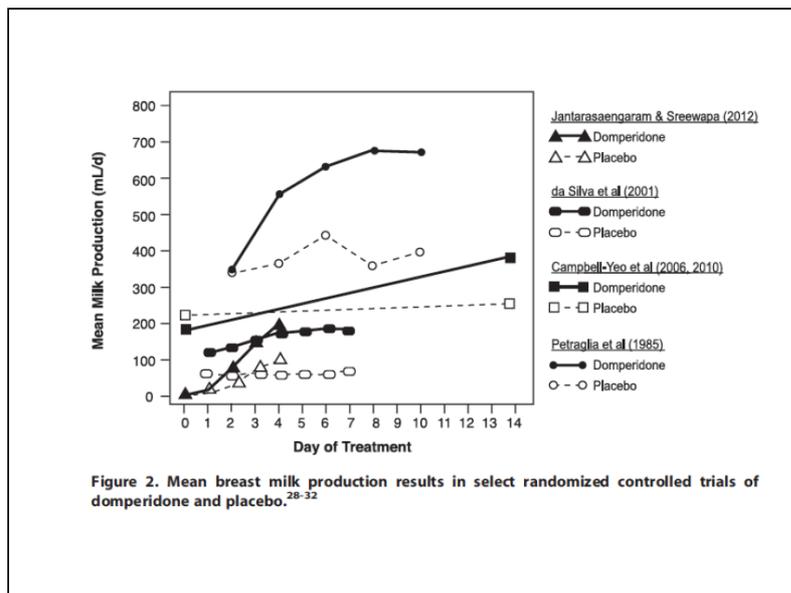


Figure 2. Mean breast milk production results in select randomized controlled trials of domperidone and placebo.<sup>28-32</sup>

©2017 Alessandra Bazzano, PhD, MPH  
For individual use of iLactation's Celebrating breastfeeding participants only

Para la metoclopramida se encontraron así mismo 6 ensayos de doble ciego, aleatorizados con grupo control (placebo). La metodología era variada y los criterios de inclusión no uniformes. De los 6 estudios, 5 mostraron diferencias no significativas en el volumen de leche, o ganancia ponderal media o tiempo de relactación respecto al grupo control. Tampoco se refirieron efectos secundarios.

**Resultados galactogogos herbarios:** Se identificaron 8 ensayos con grupo control (placebo) y asignación aleatoria (simple ciego): 2 para alhova, 2 para shatavari, 2 para moringa, 1 para ajo y 1 para leche de cardo. Aunque hay muchas más hierbas que se usan con el propósito descrito, no había estudios al respecto que cumpliesen los criterios de inclusión. De las hierbas

de las que se encontraron 2 estudios, solo uno de los 2 encontró diferencias significativas. Diferencias en la metodología, criterios de inclusión, dosis y resultados hace difícil la interpretación de la evidencia...

#### **Discusión: Galactogogos herbarios**

Hay barreras para la investigación (falta de alineación con los protocolos biomédicos, falta de fondos, no se les da prioridad). El interés de investigación muchas veces solo emana de los puntos de venta/marcas comerciales. Algunos productos que han sido comercializados tienen una evidencia limitada...

#### **Discusión: Galactogogos farmacológicos**

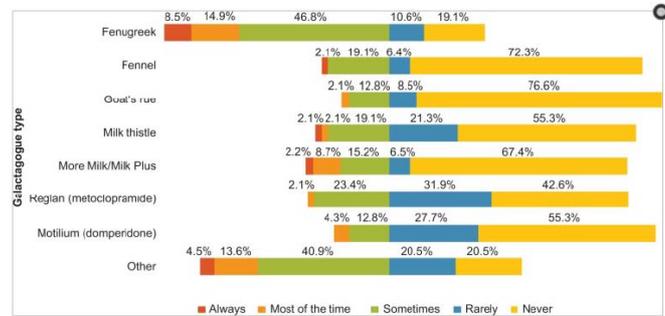
Hay una razonable buena evidencia para la eficacia de la domperidona. (hay un ensayo clínico autorizado en curso en Canadá para valorar su seguridad, pendiente de resultados). Sin embargo, las controversias respecto a su seguridad respecto al síndrome QT largo ( un tipo de arritmia cardíaca) sigue siendo un problema. Tomas Hale tiene hecha una solicitud a la FDA para hacer un ensayo clínico en EEUU y está pendiente de aprobación (recordar que en los años 90 se prohibió la domperidona en forma IV y solo se usa para pacientes de quimio, y la vía oral solo se prescribe/autoriza para problemas gástricos). Es decir, la evidencia que hay hasta la fecha muestra que la domperidona aumenta la producción de leche, y si bien no se han notificado efectos relevantes en su uso para esta indicación, hace falta más investigación al respecto para poder recomendarla de forma segura.

La autora de la charla ha llevado a cabo un estudio (encuesta) entre 84 asesores de lactancia (todo tipo de profesionales ginecólogos, enfermeras, matronas, pediatras, doulas...) en EEUU durante el año 2015. Se la devolvieron 71. Casi la mitad tenían menos de 5 años de experiencia. Concluye que pese a que el 70% de los profesionales ha recetado en alguna ocasión galactogogos de cualquier tipo, se quejan de la falta de evidencia y seguridad a la hora de recomendarlo. También comenta que más de la mitad tuvieron la sensación de que habían

servido para incrementar la producción de leche

## Frequency of recommendation

Figure 1



Frequency of providers recommendation, by galactagogue (n=47).

©2017 Alessandra Bazzano, PhD, MPH  
For individual use of iLactation's *Celebrating breastfeeding* participants only