



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA PARA LA MADRE Y EL
LACTANTE. REVISIÓN NARRATIVA**

**Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos establecidos para
optar por el título de Magister en Nutrición y Dietética**

Profesor/a guía:

PhD. Ivette Valcárcel Pérez

Autores:

Alexandra Elizabeth Salazar Vallejo

Alfredo Javier Rodríguez Rosario

2023

DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

“Declaro haber dirigido este trabajo, sobre Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante. Revisión narrativa, a través de reuniones periódicas con los estudiantes, en el semestre, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.

Nombre: Ivette Valcárcel Pérez

C.I: 1716053143

DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

Declaro haber revisado este trabajo, Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante. Revisión narrativa, de los estudiantes Alexandra Elizabeth Salazar Vallejo Alfredo Javier Rodríguez Rosario, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.

Nombre: Ivette Valcárcel Pérez

C.I: 1716053143

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DE LOS ESTUDIANTES

“Declaramos que es trabajo es original, de nuestra autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.”

Nombre: Alexandra Elizabeth Salazar Vallejo

C.I: 171649403-2

Nombre: Alfredo Javier Rodríguez Rosario

C.I: 175653404-4

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a la Institución por brindarnos las herramientas necesarias para culminar este proceso académico. Además, a los docentes que con sus experiencias y dirección supieron guiarnos profesionalmente en el transcurso y desarrollo del presente trabajo de investigación.

DEDICATORIA

Este estudio lo dedicamos a nuestra familia, que son parte de nuestro motor de vida. Han sido nuestro empuje y apoyo incondicional, han sabido comprendernos y guiar nuestros pasos.

RESUMEN

De acuerdo a UNICEF Ecuador, es recomendable que los lactantes se alimenten únicamente de leche materna durante sus primeros seis meses de vida. En adelante se pueden añadir otros alimentos adecuados, complementando con la lactancia hasta cumplirse dos años de vida. Estas indicaciones se brindan debido a los beneficios que brinda la leche materna no solo al lactante, sino también a la madre y a toda la sociedad en general. Por tanto, esta investigación pretende enumerar todos estos beneficios biológicos, sociales, psicológicos y otros, en las madres, en lactantes menores a 6 meses de edad y entre 6 a 24 meses de edad. Entre los principales resultados se ha evidenciado que quienes recibieron leche materna crecen más saludables, inteligentes y con estabilidad emocional debido al vínculo afectivo que desarrolla con su madre. A su vez desarrolla de mejor manera el sistema inmunológico, mismo que ayuda a la prevención de enfermedades infectocontagiosas, alergias o problemas respiratorios. También influye de manera positiva para prevenir en un futuro la obesidad, riesgos cardiacos, afecciones a la sangre o digestivas y mortalidad.

Palabras claves: Leche materna, Lactante, Madre, Lactancia, Beneficios.

ABSTRACT

According to UNICEF Ecuador, it is recommended that infants be fed only breast milk during their first six months of life. From then on, other suitable foods can be added, complementing with breastfeeding until the second year of life. These indications are provided due to the benefits that breast milk provides not only to the infant, but also to the mother and to all of society in general. Therefore, this research aims to enumerate all these biological, social, psychological and other benefits, in mothers, in infants under 6 months of age and between 6 to 24 months of age. Among the main results, it has been shown that those who received breast milk grow up healthier, intelligent and with emotional stability due to the affective bond that they develop with their mother. In turn, it develops the immune system in a better way, which helps prevent infectious diseases, allergies or respiratory problems. It also influences positively to prevent future obesity, heart risks, blood or digestive disorders and mortality.

Keywords: Breast milk, Infant, Mother, Lactation, Benefits.

ÍNDICE

PORTADA.....	1
DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA.....	2
DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR.....	3
DECLARACIÓN DE AUTORÍA DE LOS ESTUDIANTES.....	4
AGRADECIMIENTO	5
DEDICATORIA	6
RESUMEN	7
ABSTRACT.....	8
ÍNDICE.....	9
ÍNDICE DE TABLAS	1
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO.....	3
1.1. Leche materna	3
1.1.1. Tipos de leche materna	3
1.1.2. Mortalidad infantil relacionada a la no lactancia materna	7
1.1.3. Desnutrición infantil relacionada a la no lactancia materna	8
1.1.4. Factores que influye en el abandono de la lactancia materna.....	11
CAPÍTULO 2. MARCO METODOLÓGICO.....	15
2.1. Diseño muestral.....	15
2.2. Población y Muestra.....	16
2.3. Criterios de inclusión y exclusión	17
2.4. Definición de variables.....	18
2.5. Operacionalización de variables:	19
2.6. Procedimientos para la recolección y preparación de datos.....	22

	10
2.7. Consideraciones éticas	23
2.8. Plan de análisis de los datos	24
2.9. Plan de actuación.....	26
CAPÍTULO 3. RESULTADOS	27
CAPÍTULO 4. DISCUSIÓN	48
4.1. Beneficios para la madre durante el periodo de lactancia.....	49
4.2. Beneficios para los lactantes menores a seis meses de edad.....	50
4.3. Beneficios para los lactantes mayores a seis meses de edad.....	53
CONCLUSIONES	56
RECOMENDACIONES.....	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	59
ANEXOS	64

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Comparación entre componentes de leche humana con leche de vaca.....	7
Tabla 2. Falla por órganos y sus manifestaciones clínicas en la desnutrición.....	9
Tabla 3. Motivos para dejar de lactar según Campiño y Duque	12
Tabla 4. Motivos para dejar de lactar según Delgado y otros.....	13
Tabla 5. Operacionalización de Variables	19
Tabla 6. Plan de análisis de los datos.....	24
Tabla 7. Plan de actuación	26
Tabla 8. Revisión 1. Beneficios de la lactancia materna para la madre el lactante	28
Tabla 9. Revisión 2. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	29
Tabla 10. Revisión 3. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	30
Tabla 11. Revisión 4. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	31
Tabla 12. Revisión 5. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	32
Tabla 13. Revisión 6. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	33
Tabla 14. Revisión 7. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	34
Tabla 15. Revisión 8. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	35
Tabla 16. Revisión 9. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	36
Tabla 17. Revisión 10. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	37
Tabla 18. Revisión 11. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	38
Tabla 19. Revisión 12. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	39
Tabla 20. Revisión 13. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	40
Tabla 21. Revisión 14. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	41
Tabla 22. Revisión 15. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	42
Tabla 23. Revisión 16. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	43
Tabla 24. Revisión 17. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	44

Tabla 25. Revisión 18. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	45
Tabla 26. Revisión 19. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	46
Tabla 27. Revisión 20. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante	47
Tabla 28. Beneficios Biológicos para la madre	49
Tabla 29. Beneficios Sociales para la madre	49
Tabla 30. Beneficios Psicológicos para la madre	50
Tabla 31. Otros beneficios para la madre	50
Tabla 32. Beneficio Biológicos para los lactantes menores de 6 meses	50
Tabla 33. Beneficios Sociales para los lactantes menores de 6 meses	52
Tabla 34. Beneficios Psicológicos para los lactantes menores de 6 meses	52
Tabla 35. Otros beneficios para los lactantes menores de 6 meses	52
Tabla 36. Beneficios Biológicos para los lactantes mayores de 6 meses	53
Tabla 37. Beneficios Psicológicos para los lactantes mayores de 6 meses	53
Tabla 38. Otros beneficios para los lactantes mayores de 6 meses	54

INTRODUCCIÓN

Según la UNICEF Ecuador (2013) la alimentación de los lactantes, durante los primeros seis meses, es recomendable que sea con leche materna, puesto que esta contribuye a la disminución de mortalidad infantil y de la desnutrición. A partir del sexto mes, se añaden alimentos adecuados para el niño junto a la leche materna, hasta los dos años de edad. Se ha evidenciado que los niños que han recibido lactancia materna crecen más saludables, inteligentes y con estabilidad emocional gracias al vínculo afectivo con su madre.

Por tanto, se han llevado a cabo diferentes campañas a nivel nacional y mundial para promover la lactancia materna, bajo las indicaciones anteriores. Es así que, esta investigación pretende enumerar los diferentes beneficios de la lactancia materna, tanto para la madre como para su hijo. Entre los beneficios para el niño se considera la prevención de enfermedades infectocontagiosas, alergias o problemas relacionados con la respiración, obesidad o riesgos cardiacos, afecciones a la sangre o digestivas, desarrollo neurológico, mortalidad. Además los beneficios para la madre y la sociedad. Asimismo, se desarrollan los riesgos de no amamantar como la alteración de la cavidad oral, alteración de la microbiota intestinal y de oxigenación y termoregulación. La investigación se realizará bajo la metodología de revisión narrativa de artículos científicos.

Se excluyen de esta investigación las técnicas para dar de amamantar o solución de dificultades durante la lactancia. Tampoco se presentará el detalle sobre la alimentación a partir de los seis meses que se complementa con la leche materna.

Objetivos

Objetivo general

Establecer los beneficios de la lactancia materna en la madre y el lactante a través de una revisión narrativa de literatura científica de los últimos 7 años.

Objetivos específicos

- Identificar los beneficios biológicos, sociales, psicológicos y otros, en madres durante el periodo de lactancia.
- Determinar los beneficios biológicos, sociales, psicológicos y otros en los lactantes menores a 6 meses de edad.
- Determinar los beneficios biológicos, sociales, psicológicos y otros en los lactantes de 6 a 24 meses de edad.

Pregunta de Investigación

¿Cuáles son los beneficios de la leche materna para la madre y el lactante?

CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO

1.1. Leche materna

Se trata de un líquido que es producido por la glándula mamaria. Es de gran complejidad biológica puesto que es constituido por nutrimentos, sustancias inmunológicas, hormonas, enzimas, factores de crecimiento, células inmunoprotectoras, entre otras (García, 2011) (Monet, Álvarez, & Gross, 2022).

En el caso del ser humano, la leche materna es importante para el desarrollo cerebral que ocurre durante los dos primeros años de vida. Además que la leche materna tiene los nutrientes adecuados para el crecimiento y desarrollo de los lactantes, además que se adecúa a su función digestiva (Sabillón y Abdu, 1997).

1.1.1. Tipos de leche materna

Los diferentes tipos de leche materna que se producen en la glándula mamaria son: pre-calostro, calostro, leche de transición, leche madura y de pre-término.

- **Pre calostro**

Se refiere a un exudado del plasma que comienza a producirse en la glándula mamaria a partir de la decimosexta semana de gestación. En los casos cuando el parto ocurre previo a la trigésimo quinta semana de embarazo, la leche que se produce es rica en proteínas, nitrógeno total, inmunoglobulinas, ácidos grasos, magnesio, hierro, sodio y cloro. Además, tiene bajas

concentraciones de lactosa, puesto que el lactante en estado prematuro tiene poca actividad de lactasa; es decir que se adapta a sus necesidades en ese momento (García, 2011).

- **Calostro**

Según (Salazar, 2009), el calostro se produce durante los 4 días siguientes al parto. Este líquido es de densidad alta pero en volumen escaso, de 2-20 ml por toma. Esto ocurre porque los riñones del recién nacido son todavía inmaduros para procesar mucho líquido.

En relación a la leche madura tiene menos contenido energético, lactosa, lípidos, glucosa, urea, vitaminas hidrosolubles, triglicéridos y nucleótidos; pero tiene más colesterol. Además, tiene más proteínas, ácido siálico, vitaminas liposolubles E, A, K y carotenos. Por último, se reconoce que tiene más minerales, sodio, cinc, hierro, azufre, potasio, selenio y manganeso. La cantidad de ácidos grasos depende de la dieta materna. Para proteger al recién nacido y propiciar la maduración del sistema defensivo, tiene contenido elevado de inmunoglobulinas (Reina, Velázquez, & Díaz, 2019).

Las enzimas del calostro facilitan la digestión del bebé y sus inmunoglobulinas cubren parte del tubo digestivo y evitan que se adhieran patógenos. A su vez, (García, 2011) explica que el color amarillento se produce por la presencia de betacaroteno. El volumen del calostro aumenta progresivamente hasta 100 ml al día durante los primeros tres días. Este crecimiento varía según la intensidad y frecuencia de la succión del lactante. Esta cantidad es suficiente para satisfacer las necesidades del recién nacido (Dávila, 2017).

Composición:

87% de agua

2.9g/100 ml de grasa

5.5g/100ml de lactosa

2.3g/100 ml de proteínas, que proporcionan 58 Kcal/100 ml.

48mg/100ml, al día de concentración de sodio

PH de 7.45

- **Leche de transición**

Esta se produce entre el cuarto y decimoquinto día después del parto. Aumenta bruscamente su producción hasta llegar a 700 ml/día hasta cumplirse el primer mes del parto (Salazar, Chávez, Delgado, Pacheco y Rubio, 2009).

Existe un aumento de lactosa, grasas, calorías y vitaminas hidrosolubles sobre el calostro y disminuye en proteínas, inmunoglobulinas y vitaminas liposolubles. Su color blanco es por la emulsificación de grasas y a la presencia de caseinato de calcio (García, 2011).

- **Leche madura**

Tiene un volumen de 700- 900 ml/día durante los 6 primeros meses después del parto. Las grasas, proteínas, carbohidratos y enzimas son de fácil digestión y absorción, por lo cual se aprovechan todos los nutrientes y favorece a la formación eficaz del sistema inmunológico efectivo.

Las proteínas que tiene la leche humana son sintetizadas en la glándula mamaria, a excepción de la seroalbumina que procede de la circulación materna. Sus aminoácidos colaboran para el crecimiento de los recién nacidos y favorecen el desarrollo de su intestino (Salazar, Chávez, Delgado, Pacheco, y Rubio, 2009).

Composición:

87% de agua, lo necesario para los requerimientos del lactante, incluso en situaciones de ambientes cálidos.

Carga renal de solutos de 287 a 293 mOsm (inferior a la leche de fórmula).

De 670 a 700 kcal/L, debido a los hidratos de carbono y grasas.

Hidratos de Carbono, que aportan energía al sistema nervioso central y favorece el desarrollo de la flora intestinal. Además, mejora la absorción de calcio.

Grasas, que dependen de la dieta de la madre.

De 8.2 a 9g de proteína por litro

Caseína, que contribuye al transporte de calcio, fósforo y aminoácidos.

Aminoácidos como la taurina, carnitina, ácido glutámico, cistina y glutamina.

Nucleótidos como la adenosina, la cistidina, la guanosina, la uridina y la inosina.

Vitamina C, E, K y D.

Minerales como el hierro

Oligoelementos como el cinc, flúor y magnesio (García, 2011)

Es así que la leche materna es irremplazable para un crecimiento adecuado del lactante, en especial en sus primeros meses de vida. En la siguiente tabla se observan las diferencias entre la composición del calostro, la leche madura y la leche de vaca.

Tabla 1.

Comparación entre componentes de leche humana con leche de vaca

Componente	Calostro	Leche madura	Leche de vaca
Calorías (cal/L)	670	750	701
Minerales cationes (mEq/L) sodio, potasio, calcio, magnesio	70	50	150
Minerales aniones (mEq/L) fósforo, azufre, cloro	30	40	110
Oligoelementos (mcg/dL)			
Hierro	70 mcg/dL	3 mg/dL	46 mcg/dL
Cobre	40	1.1	10
Zinc	40	30	-
Proteínas (g/L)	10-12	23	32
Aminoácidos (g/L)	12	12.8	32
Nitrógeno no proteico (mg/L)	910	30-500	252
Lisozima (mg/L)	460	390	0.13
Hidratos de carbono (g/L)	57	60-70	47
Grasas (g/L)	30	35-45	38
Vitaminas (mg/L)			
Vitamina A	1.61	0.61	0.27
Caroteno	1.37	0.25	0.37
Tocoferol	14.8	2.4	0.6
Tiamina	0.019	0.142	0.43
Riboflavina	0.302	0.373	1.56
Vitamina B ₆	-	0.15	0.51
Ácido nicotínico	0.75	1.83	0.74
Vitamina B ₁₂ (mcg/L)	0.45	0.5	6.6
Biotina (mcg/L)	0.5	2	22
Ácido fólico	0.5 mcg/L	24-30 mg/L	35-40 mg/L
Ácido pantoténico	1.8	2.5	3-4
Ácido ascórbico	72	52	10

Nota: Esta figura muestra la comparación de la leche materna con la de vaca, recuperado de: García (2011) <https://www.redalyc.org/pdf/4236/423640330006.pdf>

1.1.2. Mortalidad infantil relacionada a la no lactancia materna

De acuerdo a UNICEF (2016) uno de cada dos recién nacidos no recibe leche materna en la primera hora de su nacimiento. El no hacerlo, impide que el lactante reciba nutrientes y anticuerpos que los protege de enfermedades y de la muerte; además de sentir el contacto con la piel de su madre.

Además, el no lactar durante la primera hora de vida limita la producción de leche, disminuye las probabilidades de lactancia materna exclusiva y se salvarían más de 800.000 vidas cada año. Según datos de este organismo, el recién nacido tiene 40% de riesgo de morir entre los primeros 28 días si no recibe leche materna después del parto, además, tienen siete veces más probabilidades de morir debido a infecciones que se protegen con la leche materna.

En América Latina, la mayoría de muertes neonatales ocurre durante los primeros 7 días, en los que la vida del recién nacido es vulnerable, y las investigaciones recientes afirman que la mayoría son evitables porque estas se dan por causas como sepsis, neumonía, tétanos y diarrea. Las infecciones y el bajo peso al nacer son factores que inciden en esta problemática y que se eliminarían con la lactancia materna temprana (Castillo & Grados, 2018).

Asimismo, los lactantes que recibieron leche materna, presentan menos episodios de diarrea, menos casos de infecciones respiratorias y de oído, y de varias enfermedades agudas. Incluso, en edad adulta, quienes fueron lactantes, reflejaron menores valores de presión arterial, colesterol y diabetes, menor riesgo de sobrepeso y obesidad (Lutter, 2010). Por lo tanto, la lactancia desde la primera hora de nacido, incluso ahorraría mucho dinero invertido en salud (Cerón, Dorantes, Sandoval, & Ruvalcaba, 2017).

1.1.3. Desnutrición infantil relacionada a la no lactancia materna

La desnutrición es aquella condición patológica que no es específica, es sistémica y reversible producida por la deficiente utilización de los nutrientes por las células del organismo. La sintomatología se da por medio de manifestaciones clínicas relacionadas con factores ecológicos y reconocidos por distintos tipos de intensidad. La nutrición guarda relación

con el fenómeno biológico del crecimiento. Esta puede clasificarse como aumento, cuando hay un balance positivo, mantenimiento, con un balance neutro, o disminución si hay un balance negativo de la masa y del volumen del organismo, por la adecuación en las necesidades de forma, función y composición corporal (Rodríguez, Barrera, & Tibanquiza, 2020).

Si la síntesis tiene menor velocidad que la de destrucción, la masa corporal disminuye, pero si se habla del balance negativo, esta no puede mantenerse por mayor tiempo. Es así que la desnutrición daña progresivamente las funciones celulares. Primero se afecta el depósito de nutrientes y después la reproducción, crecimiento, respuesta al estrés, metabolismo energético, mecanismos de comunicación y de regulación (Beteta, Sanjose, & De León, 2016).

La desnutrición de las madres y de los niños contribuye a más de un tercio de las muertes totales en la niñez, es decir, a más de 10% de la carga global de enfermedades y aumenta las tasas de mortalidad infantil. Esto se produce por los factores nutricionales relacionados a la mortalidad infantil, desnutrición crónica deducida por talla baja para la edad, desnutrición aguda severa y retardo del crecimiento intrauterino (Organización Panamericana de la Salud, 2008). En la siguiente tabla se describe la falla por órganos en la desnutrición:

Tabla 2.

Falla por órganos y sus manifestaciones clínicas en la desnutrición.

Sistema	Fisiopatología	Manifestación clínica
Sistema nervioso central	<ul style="list-style-type: none"> Disminuye el crecimiento del tejido cerebral 	<ul style="list-style-type: none"> Retraso mental Bradipnea
Sistema cardiovascular	<ul style="list-style-type: none"> Alteraciones (desmielinización) 	<ul style="list-style-type: none"> Hipotensión Alteraciones motrices

	<ul style="list-style-type: none"> • Disminución de masa muscular (falla cardíaca y bajo gasto) • Disminución del consumo de oxígeno (falla de bomba) 	
Pulmonar	<ul style="list-style-type: none"> • Disminución de la masa de los músculos intercostales • Disminuye la expulsión de secreciones 	<ul style="list-style-type: none"> • Soplo cardíaco • Cuadros neumónicos recurrentes.
Gastrointestinal	<ul style="list-style-type: none"> • Hipoclorhidria • Hipomotilidad intestinal • Sobrecrecimiento y traslocación bacteriana • Hígado: toxinas derivadas de la colonización bacteriana. • Páncreas: hipoinsulinemia 	<ul style="list-style-type: none"> • Malabsorción • Esteatorrea • Intolerancia a disacáridos • Infecciones gastrointestinales • Estreñimiento • Hígado graso • Insuficiencia pancreática exógena.
Inmunológico	<ul style="list-style-type: none"> • Pérdida de la integridad de las barreras anatómicas (piel y mucosas) • Atrofia de órganos linfoides • Hipocomplementaria a expensas de C3 • Disminución de la quimiotaxis y fagocitosis • Alteraciones en la inmunidad humoral 	<ul style="list-style-type: none"> • Infecciones recurrentes de presentación más severa • Disminuye la disponibilidad de la utilidad de las vacunas
Sistema endocrino	<ul style="list-style-type: none"> • Hiper cortisolismo inicialmente para incrementar la disponibilidad energética. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hiper cortisolismo y posteriormente hipocortisolismo

	<ul style="list-style-type: none"> • Disminución de T3 • Reducción de concentración de somatomedina C 	<ul style="list-style-type: none"> • Hipotiroidismo • Talla baja
Hematológico	<ul style="list-style-type: none"> • Disponibilidad de hierro bajo • Anemia microcítica e hipocrómica • Anemia de las enfermedades crónicas cuando se asocia con infecciones recurrentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cansancio • Palidez • Cianosis distal
Sistema renal	<ul style="list-style-type: none"> • Acumulación de los iones hidrógeno libres, la acidez titulable y la producción de amonio • Disminución del peso y del flujo plasmático renal 	<ul style="list-style-type: none"> • Proteinuria • Acidosis metabólica • Edema

Nota: Adaptado de Márquez-González, y otros, 2012

1.1.4. Factores que influye en el abandono de la lactancia materna

Pese a todas las campañas e información que promueve la lactancia materna, es cada vez más común que esta disminuya en varios países. Se han identificado los siguientes factores:

- Razones culturales y sociales: se mantiene aún ciertas restricciones o prejuicios sobre dar de lactar en lugares públicos. Además, se ha presentado como nivel de estatus el uso del biberón.
- Razones económicas: debido a que las madres trabajan fuera de casa y dejan a sus hijos con cuidadores. Así también hay lugares no favorables y ausencia de guarderías en el trabajo o instituciones educativas (Hernández, Hernández, & Ramírez, 2021).

- Prácticas diferentes en las instituciones de salud, donde se desalienta la lactancia materna, por ejemplo al retrasar el primer contacto del lactante con el pecho, separación del recién nacido de la madre, y alimentación artificial (Alpízar, Canales, Moreira, & Castillo).
- Comerciales y medios de comunicación, en los cuales se promocionan fórmulas y biberones. Además, se presenta información pseudocientífica que promueve su uso como de calidad o moderno (Organización Panamericana de la Salud , 2010).

A su vez, Campiño y Duque (2019) identificaron los siguientes factores:

Tabla 3.

Motivos para dejar de lactar según Campiño y Duque

Motivo para dejar de lactar	%
No salía leche suficiente	30
El niño rechazaba el seno	13
Por trabajo	9
Niño no estaba satisfecho	4
Poco conocimiento de la técnica	3
Congestión mamaria	3
Niño esta grande	3
Embarazo	3
Niño prematuro	1
Niño no succionaba	1
Condiciones familiares	1

Nota: Adaptado de Campiño y Duque, 2019

La familia o círculo cercano a la madre incentiva una adecuada lactancia, en especial el acompañamiento de la pareja. Además, la escasa producción de leche registrada, puede suceder

por falta de consejería en lactancia materna desde el inicio del embarazo. A su vez, se identificaron factores adicionales según (Delgado, 2006):

Tabla 4.

Motivos para dejar de lactar según Delgado y otros.

Motivos	Porcentaje
Hipogalactia (no se llenaba el bebé)	36.7
Decisión materna	33,2
Presento evacuaciones verdes	6.7
Intolerancia a la lactosa	3.3
Indicación médica extra hospitalaria	3.3
Reflujo gastroesofágico	3.3
Deshidratación	3.3
Hospitalización del bebé	3.3
Fibroadenoma	3.3
Gretas en los senos	3.3

Nota: Adaptado de Delgado, Arroyo, Díaz y Quezada, 2006

La decisión sobre la lactancia varía según la cultura. En Ecuador se realizan campañas de promoción promoviendo la lactancia; sin embargo, es necesario e importante que el personal de salud encargado hable con las madres sobre los beneficios de la lactancia e identifiquen posibles dificultades para tratar los casos de mejor manera. En este caso, la UNICEF (2009) asegura que la mujer necesita la siguiente guía:

- Información correcta sobre la importancia de la lactancia y los riesgos que produce la alimentación artificial. En este caso, conviene contrarrestar la opinión personal de cualquier otra persona, sea de la institución de salud, familiar o publicidad de la leche de fórmula.

- Que la información brindada a la madre sea comprendida, analizada y acorde a la situación en particular que atraviere, es decir, en su propio contexto de vida y de su familia.
- Promover la autoconfianza de la madre y animarla en su capacidad de amamantar de forma exclusiva.
- Que la madre reciba apoyo ante la decisión que haya tomado sobre la alimentación y que reciba asesoría especializada para que alimente al lactante con éxito y sin dificultades.

CAPÍTULO 2. MARCO METODOLÓGICO

2.1. Diseño muestral

Para la revisión narrativa se seguirá el sistema Cochrane (Pardal, 2020) que desarrolla los siguientes puntos:

- *Se prepara los recursos informáticos:* Computador, Programa para procesar texto: Microsoft Word, Programa para procesar información: Microsoft Excel, Sistema Mendeley, Diagrama Prisma, Recursos de oficina.
- *Pregunta de investigación:* la inquietud que se plantea sobre el texto debe expresarse a manera de pregunta. De esta se obtienen el título, objetivos y criterios para inclusión. Esta investigación se expresa de la siguiente manera: ¿Cuáles son los beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante?
- *En el documento de Excel* se describen las variables de los artículos que son revisados. Estas son cualitativas y cuantitativas, de tipo continua y discreta. Se destina una columna para cada variable, y se añaden columnas según nuevas variables. Por ejemplo, en la primera columna se registra el apellido del autor y año. La siguiente columna es el tiempo destinado a su estudio. Las filas son los datos entregados por cada uno de los artículos revisados.
- *En función de la pregunta de investigación* se determinan las palabras clave con las estrategias de búsqueda para exploradores. Las estrategias, fecha y resultados se registran en otra hoja de Excel. Para este caso son: beneficios, lactancia materna, importancia de la lactancia materna, beneficios de la lactancia materna para el lactante, beneficios de la lactancia materna para la madre, composición de la leche materna.

- *Los artículos se seleccionan de acuerdo a criterios de inclusión y selección, por ejemplo población, tipos de investigación, variables, comparaciones y resultados. Para esto se puede usar la matriz Prisma.*
- *Selección final de artículos.* Se elabora una tabla resumen con los resultados obtenidos.
- *La tabla resumen final se construirá a partir de los resultados obtenidos.*
- Una vez concluida la revisión narrativa se sintetizan los resultados y se enumeran los diferentes beneficios de la lactancia materna.

2.2. Población y Muestra

Población

En la primera etapa, se buscó la mayor cantidad de bases de datos posibles que aborden el tema, tanto a nivel nacional como internacional, en las que se incluyen artículos de revistas no indexadas, entrevistas o contacto con autores de trabajos publicados o que aún no lo han hecho, revisión de ensayos clínicos, análisis de presentaciones de los principales congresos que se han desarrollado en esta especialidad, entre otras fuentes.

Muestra

Se ha seleccionado el muestreo probabilístico estratificado bajo el cual, la revisión bibliográfica abarca 87 textos, después de haber aplicado los criterios de inclusión y exclusión, que abordan los beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante. De estos se procede a aplicar los criterios de eliminación explicados en el siguiente apartado.

Criterios de eliminación

Se establecen como criterios de eliminación los siguientes:

- Que no cumplan con la estructura normativa para investigación científica.
- Que no correspondan al objetivo de la investigación, por ejemplo alimentación complementaria, técnicas de lactancia, entre otros.
- Que no aborden de manera significativa los beneficios de la lactancia materna.

Se revisaron completamente los 87 textos de los cuales se eliminaron 61 textos:

- 18 por no cumplir con la estructura de investigación científica.
- 32 por no corresponder al objetivo de la investigación.
- 17 por no abordar de manera significativa los beneficios de la lactancia.

Por tanto, se utilizan 20 textos. (Ver Anexo 1)

2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Por fecha:

- Publicaciones académicas con un límite máximo de siete años atrás.
- Entrevista con autores cuyas publicaciones sean de máximo siete años atrás.
- Presentaciones de congresos realizados con un límite máximo de siete años atrás.

Localización geográfica:

- Artículos cuyos estudios y resultados sean de la República de Ecuador.
- Artículos cuyos estudios sean de Latinoamérica.
- Artículos científicos nacionales o internacionales.

Idioma:

- Documentos escritos en español.

Resultados informados:

- Los resultados deben ser expresados de manera coherente, ordenada y objetiva.

2.4. Definición de variables

La variable relacionada con la problemática es:

- Desconocimiento sobre los beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante.

La variable relacionada con la solución del problema es:

- Resumen los beneficios que tiene la lactancia materna para la madre y el niño.

2.5. Operacionalización de variables:

Tabla 5.

Operacionalización de Variables

Variable	Definición Conceptual	Indicador	Categorías	Fuente del ítem	Técnica e instrumentos
Variable dependiente 1: Beneficios	Se refiere al bien que se hace a una persona o a la mejora que experimenta gracias a algo que se le hace o se le da.	Datos de salud de los lactantes	La lactancia materna previene enfermedades.	Artículos científicos relacionados	Valoración de artículos con matriz
		Datos de salud en madres.	La lactancia materna beneficia a las madres.		
		Dato de salud de la región	La lactancia materna favorece a la sociedad.		
Variable independiente 2: Lactancia materna	La lactancia materna es un tipo de alimentación en que el bebé solo reciba leche materna y ningún otro alimento sólido o líquido. Excepto en	Datos de salud de los lactantes	Índice de lactancia materna. Uso de otros alimentos complementarios	Datos científicos y estadísticos relacionados	

	soluciones rehidratantes, vitaminas, minerales o medicamentos.				
Variable dependiente 1: Importancia de la lactancia materna	La lactancia materna aporta de manera nutricional, inmunológica y emocional al lactante. Además de mantenerlo sano, crea un lazo afectivo fuerte con la madre.	Investigaciones científicas sobre importancia de la lactancia	Componentes de la leche materna Beneficios para el lactante Beneficios para la madre	Datos científicos y estadísticos relacionados	Revisión sistemática – sistema Cochrane
Variable dependiente 2: Beneficios de la lactancia materna para el lactante	La leche materna contiene todos los nutrientes que necesita el lactante para su crecimiento, desarrollo y protección contra infecciones y alergias.	Investigaciones científicas sobre los beneficios de la lactancia en el lactante.	Beneficios nutricionales Beneficios inmunológicos Beneficios psicológicos y afectivos	Datos científicos y estadísticos relacionados	
Variable dependiente 3:	La lactancia crea un vínculo afectivo con el	Investigaciones científicas sobre	Beneficios físicos	Datos científicos y	

Beneficios de la lactancia materna para la madre	bebé, además de ayudar con la recuperación después del parto, previene la depresión post-parto y enfermedades físicas.	los beneficios de la lactancia en la madre.	Beneficios psicológicos y emocionales.	estadísticos relacionados	
Variable dependiente 4: Composición de la leche materna	La leche materna es el alimento perfecto el lactante por los nutrientes en la cantidad adecuada según sus necesidades. Proporciona la energía indicada durante el crecimiento, ayuda en el desarrollo cerebral, apoya en la maduración del sistema digestivo y al desarrollar del sistema inmunológico.	Investigaciones científicas sobre la composición de la leche materna	Composición de la leche materna	Datos científicos y estadísticos relacionados	Revisión sistemática – sistema Cochrane

Nota: Estudios científicos referentes a las variables de investigación

2.6. Procedimientos para la recolección y preparación de datos

Siguiendo el sistema Cochrane, se realiza los siguientes pasos:

1. Formular la pregunta

Partiendo del tema de la presente investigación se plantea la pregunta: ¿Cuáles son los beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante?

2. Planificar los criterios de elegibilidad

Una vez que se han seleccionado los 87 textos bajo los criterios de inclusión y exclusión, se pasa por los criterios de eliminación expuestos anteriormente. Así se eligieron 20 textos que serán analizados.

3. Planificar la metodología

Recursos informáticos: Siguiendo el proceso, se elabora el archivo en Excel en el que se abren tres hojas: tabla general, búsquedas bibliográficas y tabla de resultados final.

Variables: En la primera hoja se procesan los datos en función de las variables expuestas anteriormente sobre los artículos. En la hoja se ponen las siguientes columnas:

- a) Apellido del autor y año de publicación.
- b) Periodo de estudio.
- c) Columnas para cada variable.

En cada fila se ordenan los datos de cada artículo revisado. Toda esta tabla general forma parte del resumen

Búsqueda bibliográfica: Desde la pregunta de investigación se seleccionan términos y palabras clave. De esta manera se establecen los criterios de búsqueda en las plataformas digitales y recursos que se emplea durante la revisión. Los criterios de búsqueda, la fecha del archivo, el buscador en el que se encontró y los resultados alcanzados se registran en la tabla de búsqueda del archivo de Excel.

Selección de artículos: Bajo los criterios de inclusión y exclusión se seleccionan los artículos según el método PRISMA.

Selección final de artículos: Bajo los criterios de eliminación se procesan los resultados obtenidos para la discusión y análisis que se ubican en el resumen final.

Redacción de informe de investigación: Conforme se va realizando la revisión, se desarrolla el informe final que incluye introducción, resumen, gráficos, las conclusiones, recomendaciones y bibliografía.

2.7. Consideraciones éticas

Al ser una investigación bajo la metodología de revisión narrativa de artículos científicos y académicos, el riesgo potencial para seres humanos es mínimo porque no existe invasión de privacidad o violación de confidencialidad. Al mismo tiempo se descarta el uso de

datos con privacidad, confidenciales o anónimos, puesto que los documentos son públicos o próximos a publicarse.

2.8. Plan de análisis de los datos

Para el análisis de datos se toma como base el método PRISMA.

Tabla 6.

Plan de análisis de los datos

Tema	Ítem	Checklist
Título	1.	Identificar si la publicación es revisión narrativa, sistemática, metaanálisis o ambas.
Resumen	2.	Que incluya antecedentes; objetivos; fuente; criterios de elegibilidad, participantes, evaluación de los estudios y métodos de síntesis; resultados; limitaciones; conclusiones.
Introducción	3.	Justificación
	4.	Objetivos
Métodos	5.	Protocolo y registro
	6.	Criterios de elegibilidad
	7.	Fuentes de información
	8.	Búsqueda
	9.	Selección de estudios
	10.	Proceso de extracción de datos
	11.	Lista de datos

	12.	Riesgo de sesgo en estudios individuales
	13.	Medidas de resumen
	14.	Síntesis de resultados
	15.	Riesgo de sesgo en estudios
	16.	Análisis adicionales
Resultados	17.	Selección de estudios
	18.	Características de los estudios
	19.	Riesgo de sesgo en estudios.
	20.	Resultado de estudios individuales
	21.	Síntesis de resultados
	22.	Riesgo de sesgo entre sujetos
	23.	Análisis adicionales
Discusión	24.	Resumen de evidencia
	25.	Limitaciones
	26.	Conclusiones
Financiación	27.	Financiación

Nota: Elaborado por los investigadores

2.9. Plan de actuación

Tabla 7.

Plan de actuación

	Mes 1				Mes 2				Mes 3			
ACTIVIDAD	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
Diseño de estudio												
Revisión documentación												
Tabulación de resultados												
Redacción de resultados												
Discusión												
Revisión final												

Nota: Elaborado por los investigadores

CAPÍTULO 3. RESULTADOS

Se evidencia que los estudios encontrados responden a varios países como: España, Chile, Ecuador, entre otros. Su análisis de estudio se da a nivel internacional y determinan la importancia de concientizar en la lactancia materna. Los autores que han investigado los beneficios de la lactancia materna aportan con nuevos datos sobre beneficios y no han planteado oposición o contradicción a información anterior.

Una de las limitaciones para esta investigación es la cantidad reducida de artículos científicos en español que cumplan con la rigurosidad de la investigación científica. A continuación, se presenta el análisis de los 20 artículos investigados, junto con sus resultados y conclusiones:

Tabla 8.

Revisión de Estudios 1. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
1 Aguilar, M.; Baena, L.; Sánchez, A.; Guisado, R.; Hermoso. E. y Mur, N.	2016	Beneficios inmunológicos de la leche humana para la madre y el niño. Revisión sistemática	SCielo	33 (2)	https://dx.doi.org/10.20960/nh.526
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Revisión Sistemática: Diretrices RISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses)	21 artículos	La leche materna permite otorgar una cantidad de nutrientes y componentes inmunológicos en el lactante. Además, la lactancia permite disminuir su morbilidad.	Los lactantes que fueron alimentados con leche materna, tienen menos probabilidades de padecer enfermedades como: alergias, asma, respiratorias, etc. Para la madre, puede prevenir el riesgo de cáncer de mama y enfermedades cardiovasculares.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 9.

Revisión de Estudios 2. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
Brahm, P. 2	2017	Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar	Revista Chilena de Pediatría. Sociedad Chilena de Pediatría	88(1)	https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v88n1/art01.pdf
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Enfoque cualitativo.	Realiza una revisión de la literatura sobre los beneficios de la lactancia materna.	En la investigación, el autor determina que la lactancia materna permite prevenir en un 13% la mortalidad infantil a nivel mundial y disminuir el riesgo de muerte súbita del lactante en un 36%.	La lactancia materna permite prevenir algunas enfermedades tanto en el lactante como en la madre. El lactante podrá tener un impacto positivo en el neurodesarrollo. Mejora su coeficiente intelectual y disminuye el riesgo de tener déficit de atención o alteraciones de conducta.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 10.

Revisión de Estudios 3. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
Novillo, N; 3 Robles, J. y Calderón, J.	2019	Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica	Enfermería Investiga: Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión	4(5)	http://dx.doi.org/10.29033/enfi.v4i5.729.g664
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados		Conclusiones	
Revisión Sistemática: bases de datos de Scielo, Redalyc, Dialnet	50 artículos	Determina que los principales beneficios que causa la lactancia materna es el fortalecimiento del sistema inmunológico, además, se desarrolla el vínculo afectivo entre el niño y la madre. Disminuye el riesgo en la madre de contraer cáncer de mamá.		El autor identifica que la lactancia materna fomenta un equilibrio físico y mental que favorece a la salud tanto del lactante como de la madre. Identifica además importante, el apoyo afectivo de la familia para garantizar mayor protección.	

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 11.

Revisión de Estudios 4. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
Rodríguez, D.; 4 Barrera, M.; Tibanquiza, L. y Montenegro, A.	2020	Beneficios inmunológicos de la leche materna	Revista Científica de Investigación actualización del mundo de las ciencias (Reciamuc)	4(1)	https://doi.org/10.26820/reciamuc/4.(1).enero.2020.93-104
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados		Conclusiones	
Enfoque cualitativo	Revisión documental : 50 fuentes bibliográficas	La leche materna contiene proteínas, vitaminas, lípidos, hidrato de carbono y factores inmunológicos. Estos se producen por las glándulas mamarias. Produce además, propiedades inmunológicas como: Inmunoglobulina A Secretora (SIgA) (propiedad anti-infecciosa). Lactoferrina (Lf) inmunomodulación (permite la acción antimicrobiana), la Lisozima, Caseína (protege la flora bacteriana), Citoquinas (anti- inflamatorias).		La leche materna tiene varios nutrientes que permite el desarrollo normal del infante, protege de enfermedades y es “una fuente importante de factores que favorecen el desarrollo del sistema inmune infantil, y se consideraría además como un factor de protección contra la enfermedad alérgica en sus diversas presentaciones” (Rodríguez, Barrera, y Tibanquiza, 2020, pág. 103).	

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 12.

Revisión de Estudios 5. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
5 Morales, S. et. Al.	2021	Recordemos lo importante que es la lactancia materna	Revista de la Facultad de Medicina UNAM	65 (2)	https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2022/un222c.pdf
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Enfoque cualitativo	Revisión de la Literatura a nivel nacional	Identifica que en los lactantes alimentados con leche materna durante los seis primeros meses, tienen un riesgo de morir del 12%, mientras que en niños de 6 a 23 meses reporta una disminución de 50% de mortalidad. Además, varios estudios reportan una disminución de enfermedades respiratorias u un menor de ser hospitalizado en un riesgo de hasta de 57%	Los autores concluyen que es importante la información y conocimiento en las madres sobre los beneficios de la lactancia materna, además, identifican que es determinante que sepan las técnicas del amamantamiento. Identifican además, que la promoción y apoyo de la lactancia materna sirve de gran ayuda en este proceso.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 13.

Revisión de Estudios 6. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
Díaz, N.; Ruzafa, M.; Ares, S.; Espiga, E. y Concepción, A.	2021	Motivaciones y barreras percibidas por las mujeres españolas en relación a la lactancia materna	Revista Española de Salud Pública	90	https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272016000100416
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Estudio observacional transversal	569 madres residentes en España en 2013	“El 88% de las madres daban LM o lo habían hecho. La edad media del destete fue 6.4 (DE 3.8) meses. El principal motivo para suspender la lactancia fue la sensación de baja producción de leche (29. La incorporación laboral fue el principal motivo para elegir la lactancia artificial (34%) y para iniciar la lactancia parcial (39%)” (Díaz, Ruzafa, Ares, & Espiga, 2021)	Se concluye que existe un porcentaje considerado de madres tienen problemas para dar de lactar por su situación laboral y por encontrarse en lugares públicos, ante ello, optan por la lactancia parcial o artificial.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 14.

Revisión de Estudios 7. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
7 Vargas, M.; Becerra, F.; Balsero, S. y Meneses, Y.	2021	Lactancia materna: mitos y verdades. Artículo de revisión	Revista de la Facultad de Medicina SCielo	vol.68 no.4	https://doi.org/10.15446/revfacmed.v68n4.74647
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados		Conclusiones	
Enfoque mixto (cuantitativo – cualitativo)	Revisión de la literatura: 50 documentos entre 2007 y 2017	Se pudo identificar que las madres tienen varias creencias en torno a la lactancia materna, entre algunas identifica que: amamantar produce la caída de los senos, es mejor esperar que los senos se llenen para amamantar, la leche materna a partir de los 12 meses no aporta en nada, entre otras.		Los autores del presente estudio concluyen que la práctica de la lactancia se basa en creencias transmitidas de generación, y la mayoría de estas, carecen de fundamento científico. Por lo tanto, las madres lactantes no cuentan con un suficiente conocimiento para sobrellevar la etapa de la lactancia. Además no cuentan con una red de apoyo.	

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 15.

Revisión de Estudios 8. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
8 Tamayo, O.; Gómez, J.; Diéguez, R.; Iparraguirre, A.; Pérez, M.	2022	Intervención educativa sobre los beneficios inmunológicos de la lactancia materna para los lactantes	Revista Cubana de Medicina General Integral. SCielo	38(2)	http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252022000200003&script=sci_arttext&lng=pt
Contenido de la publicación)					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados		Conclusiones	
Estudio experimental. Estudio intervención	cuasi- de criterios.	Población: 47 Muestra: 35 cumplieron	Se identificó que la mayoría de la muestra estudiada no tenía conocimiento de los beneficios de la lactancia materna. Mientras tanto, al intervenir por medio del aprendizaje, se pudo observar un 97.1% de las madres que adquirieron el conocimiento y supieron conocer el beneficio de dar de lactar.		El conocimiento de los beneficios de la lactancia materna es importante, por ende, el desarrollo de una estrategia educativa es efectiva, ya que logra que las madres en su mayoría, den de lactar a sus hijos, por lo menos los seis primeros meses de vida.

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 16.

Revisión de Estudios 9. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
9 Ospina, J. ., Jiménez, M. y Villamarín, E.	2020	Influencia de la lactancia materna en la formación del vínculo y en el desarrollo psicomotor	Colección Académica De Ciencias Sociales	3(2)	https://revistas.upb.edu.co/index.php/ciencias_sociales/article/view/4481
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados		Conclusiones	
Investigación cualitativa, de tipo descriptiva, de estudio de casos múltiple, con corte transversal.	Revisión de la literatura	La lactancia materna permite prevenir enfermedades importantes y ayuda al desarrollo de las funciones psicomotoras y procesos fisiológicos y metabólicos. Permite además, el vínculo afectivo entre el infante y la madre.	permite prevenir	Concluyen que, la lactancia materna es un alimento fundamental que permite mejorar las condiciones de vida tanto del infante como de la madre, aporta además, cualidades únicas, e incide tanto en el bienestar físico como psicológico.	

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 17.

Revisión de Estudios 10. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	DOI / Link
Minchala, R. et. al. (Minchala, 2020)	2020	La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática	Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica	39(8)	https://doi.org/0.5281/zenodo.4543500
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Enfoque cualitativo	31 artículos. Revisión sistemática en bases científicas como: LILACS, Pubmed, UNAM, Revistas, etc.	Identifica que la lactancia a nivel mundial es reconocida por prevenir las enfermedades, especialmente las de carácter infectocontagiosas del espectro atópico y cardiovascular. Mientras que en la madre, se reduce significativamente el riesgo de padecer cáncer de mama y ovarios.	La lactancia materna previene algunas enfermedades, entre ellas las de carácter infeccioso del tracto digestivo y respiratorio, y a futuro permite prevenir el sobrepeso e hipertensión. Entre otros beneficios se tiene: prevención de cáncer de mama, anemias, prevención de hemorragias, y enfermedades cardiovasculares.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 18.

Revisión de Estudios 11. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
11 González, X.; Cardentey, J.; Porras, O.; Pérez, K. y González, R.	2019	Conocimientos en embarazadas sobre beneficios de la lactancia materna para salud bucal del futuro bebé	Revista Archivo Médico de Camaguey. SCielo	23(5)	http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1025-02552019000500604&script=sci_arttext&tlng=pt
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados		Conclusiones	
Estudio descriptivo, longitudinal, experimental de intervención educativa	100 embarazadas de	La mayoría de la muestra identificó no conocer los beneficios de la lactancia para la salud bucal del infante, al desarrollar la intervención se identificó que el 97% tuvieron el conocimiento adecuado de la lactancia.		Los autores concluyen que la intervención educativa es importante para hacer conocer los beneficios de la lactancia materna y a la vez mejorar tanto la salud bucal del futuro infante como la calidad de vida y prevención de enfermedades.	

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 19.

Revisión de Estudios 12. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
Monet D.	2022	Beneficios	Revista Cubana	94(3)	http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v94n3/1561-3119-ped-94-03-e1915.pdf
12 Álvarez J.		inmunológicos de	de Pediatría		
Gross V.		la lactancia materna			
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Enfoque cualitativo	Revisión de la literatura	La lactancia materna reduce la morbilidad y mortalidad infantil y contribuye al desarrollo general del lactante. Madura el sistema inmunológico y previene enfermedades. La composición de la leche materna evoluciona con el crecimiento del lactante.	En algunos países no se da el cumplimiento de las normas de lactancia debido a distintos factores. Esto hace que madres recurran a lactancia artificial. Existe desconocimiento de los beneficios en gran parte de las mujeres, pese a que existen mecanismos de información.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 20.

Revisión de Estudios 13. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
Hernández J. 13 Hernández M. Ramírez M.	2021	Conocimiento y actitudes sobre los beneficios de la lactancia materna en universitarios	CienciaUAT	16(1)	https://doi.org/10.29059/cienciauat.v16i1.1536
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Revisión bibliográfica	11 artículos seleccionados	Se presentan los resultados en función del grado de conocimiento de universitarios, sobre los beneficios del lactante y de la madre, sexo, edad, país, nivel de estudio. Además sobre la lactancia en público.	Existe bajo nivel de conocimiento sobre duración de la lactancia, beneficios de prevención de enfermedades o problemas. Varios consideran a lo artificial como una opción más práctica.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 21.

Revisión de Estudios 14. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
14	Alpízar M.	Factores que influyen en la duración de la lactancia materna en las estudiantes universitarias	Revista	1(37)	DOI
	Canales J.		Enfermería		10.15517/revenf.v0iNo.
	Moreira R.		Actual		37.34905
	Castillo M.				
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Cualitativa- descriptiva	10 mujeres que den de lactar a sus hijos, estudiantes de la U Costa Rica en 2017.	Las mujeres perciben a la lactancia como derecho, beneficio y mejor alimento para sus hijos. Muchas no han disfrutado esta etapa. Tienen poca sensibilización de la lactancia.	La lactancia materna se constituye en una estrategia de salud pública. En la institución no hay espacios para amamantar..		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 22.

Revisión de Estudios 15. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
15 Beteta L. Sanjose L. De León M.	2016	Conocimiento sobre los beneficios de la Lactancia Materna en pacientes mujeres embarazadas y/o en post-parto no primigestas en San Juan Sacatepéquez	Revista de la Facultad de Medicina. Universidad Francisco Marroquín	1(21)	https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/01/968523/conocimiento-sobre-los-beneficios-de-la-lactancia-materna-en-mu_HbtrE1a.pdf
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Cuestionario - Encuesta	100 mujeres embarazadas o en posparto inmediato y no ser primigesta. De todas las edades sin distinción de raza o grado de educación.	La mayoría encuestadas, cuyas edades oscilan entre 27 y 31 años, no poseen conocimientos básicos o suficientes sobre la lactancia materna, pese a no ser primigestas.	En la mayoría de mujeres que participaron de este estudio, no hay demasiados conocimientos adecuados sobre la lactancia materna. El médico debe ser capaz de transmitir sus conocimientos en lactancia materna y contar con un equipo adecuado para transmitir.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 23.

Revisión de Estudios 16. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
16 Cerón M. Dorantes H. Sandoval E. Ruvalcaba J.	2017	Los beneficios conocidos de la lactancia materna exclusiva en la prevención de enfermedades transmisibles no tienen el impacto positivo esperado.	Journal of Negative and No Positive Results	2(n)	https://www.jonnpr.com/pdf/1442.pdf
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Análisis sistemático y crítico	Revisión de la literatura	La lactancia materna es un factor de protección contra enfermedades infecciosas respiratorias y diarrea. Induce a la maduración inmunológica, activa inmunidad celular y humoral, estimula el desarrollo de la actividad enzimática y del sistema óseo.	La lactancia materna disminuye la probabilidad de morbimortalidad del lactante y beneficia a la salud de la madre. Estos conocimientos no generan el impacto positivo esperado en la población. Hay que plantear estrategias de información.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 24.

Revisión de Estudios 17. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
17 Reina A. Velázquez M. Díaz D.	2019	Uso tópico de la leche materna	Revista Científico-Sanitaria		https://revistacientificasanum.com/pdf/sanum_v3_n2_a5.pdf
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Revisión sistemática	12 artículos científicos	Estudios han demostrado que el uso tópico de la leche materna puede mejorar afecciones de la piel, en la madre como en el recién nacido. Alivia dolencias como la dermatitis.	Aún no hay estudios suficientes para afirmar que la leche materna mejore solución mejor que los fármacos tradicionales. Son necesarios nuevos estudios en este campo que refuercen las conclusiones obtenidas.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 25.

Revisión de Estudios 18. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
18 Castillo C. Grados R.	2018	Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño: pasos para una lactancia materna exitosa.	Revista Con-Ciencia	6(2)	http://www.scielo.org.bo/pdf/rcfb/v6n2/v6n2_a09.pdf
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Revisión bibliográfica	Revisión de la literatura	La OMS y UNICEF diseñaron la “Iniciativa Hospital Amigo del Niño” con el fin de motivar a los establecimientos con servicios de maternidad y recién nacidos. Se implementaron los “Diez pasos Para Una Lactancia Materna Exitosa”.	La lactancia materna es la mejor alimentación en los primeros meses de vida del lactante. Inicia en la primera hora de vida y se hace a libre demanda. Provee los nutrientes suficientes y proporciona medios de defensa para el desarrollo saludable. Se recomienda recolectar datos para cada país según su situación actual de este punto.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 26.

Revisión de Estudios 19. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
19 Dávila C.	2017	Lactancia materna: decisión inteligente, múltiples beneficios y futuro protegido	Revista Peruana de Investigación Materno Perinatal	6(1)	https://investigacionmaternoperinatal.inmp.gob.pe/index.php/rpinmp/article/download/81/80/337
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Revisión bibliográfica	Revisión de la literatura	La leche materna es el mejor alimento para el recién nacido debido por ventajas médicas y del neurodesarrollo. Se debe plantear estrategias públicas en lactancia para la reducción de morbilidad neonatal. La leche materna tiene cerca de 258 componentes, desde células vivas, macro y micronutrientes, entre otros.	Hay múltiples ventajas para la lactancia según los resultados obtenidos. La lactancia materna es una intervención de mayor impacto en la salud pública. La promoción de la lactancia materna es responsabilidad colectiva.		

Nota: Elaborado por los investigadores

Tabla 27.

Revisión de Estudios 20. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante

Autor	Año	Título	Revista o Lugar de la publicación	Volumen y Número	Link
20 Rodríguez D. Barrera M. Tibanquiza L. Montenegro A.	2020	Beneficios Inmunológicos de la leche materna	RECIAMUC	4(1)	https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/download/440/635/
Contenido de la publicación					
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Resultados	Conclusiones		
Investigación documental	50 fuentes bibliográficas	Se encontraron diferentes beneficios Inmunológicos de la leche materna debido a sus componentes. Estos beneficios dependen de la frecuencia de la lactancia. Se requieren futuros estudios.	La leche materna es también un protector contra la enfermedad alérgica. Además que aporta con microbiota intestinal que puede proteger contra la enfermedad atópica. Favorecen el desarrollo del sistema inmune infantil.		

Nota: Elaborado por los investigadores

CAPÍTULO 4. DISCUSIÓN

Según Novillo, Robles y Calderón (2019) identifica que la mayoría de las madres en los estudios que analiza tienen el conocimiento necesario sobre los beneficios que otorga la leche materna en el infante, pero, su situación laboral, económica, cultural o social, hace que el abandono de la lactancia materna sea temprana. Además, determinan que otro de los factores por lo que las madres dejan de dar de lactar a sus hijos son por la baja producción de leche, rechazo de parte del lactante al incluir fórmula o alimentos complementarios, dolor de pezones, entre otras.

Los estudios además, demuestran que los entre los principales problemas de lactancia en las madres, son la situación laboral y falta de recomendaciones de las formas de amamantar por parte de los profesionales, según el estudio de Díaz, Ruzafa, Ares y Espiga (2021) identifica que la mayoría de su muestra utilizó alimentación complementaria, aumentando el riesgo de abandono de la lactancia.

Concuerdan también que uno de los beneficios de la lactancia materna en la madre es la disminución o la baja probabilidad de contraer cáncer de mamá. La leche materna en los lactantes es necesario e importante, ya que, permite el desarrollar el lazo afectivo entre la madre e hijo, además, ayuda al crecimiento normal del cerebro, fortalece el desarrollo psicomotor y fortalece el sistema inmunológico. Finalmente, la mayoría de estudios analizados demuestran que la lactancia materna permite prevenir el riesgo de varias enfermedades infectocontagiosas, cardiovasculares, inflamatorias intestinales, entre otras.

Después de haber hecho la revisión de los artículos científicos, se enumeran los beneficios de la lactancia materna:

4.1. Beneficios para la madre durante el periodo de lactancia

Tabla 28.

Beneficios Biológicos para la madre

Beneficios Biológicos
<ul style="list-style-type: none"> - La lactancia previene las hemorragias post-parto, debido a que la succión del lactante coadyuva que el útero recupere su tamaño. Esto debido a la liberación de oxitocina durante la lactancia. - Disminuye la posibilidad que la madre sufra de anemia. - Reducir el tiempo de la lactancia, genera efectos negativos de la función cardiovascular materna, a su vez, aumenta el tejido adiposo. - La lactancia materna favorece la recuperación del peso anterior al embarazo. Además, en la reducción de la circunferencia de cadera. - Reduce las probabilidades de desarrollar cáncer de mama y de ovario. Además de diabetes tipo II.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 29.

Beneficios Sociales para la madre

Beneficios Sociales
<ul style="list-style-type: none"> - No implica realizar gastos extra del presupuesto familiar para fórmulas o similares. - No hay contaminación, no requiere envases, combustible ni transporte.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 30.

Beneficios Psicológicos para la madre

Beneficios Psicológicos
<ul style="list-style-type: none"> - Genera bienestar emocional y desarrolla el vínculo afectivo entre la madre y el lactante. - Reduce las probabilidades de depresión.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 31.

Otros beneficios para la madre

Otros beneficios
<ul style="list-style-type: none"> - Mejora las cantidades de calcio de los huesos de la madre al momento de llegar a la menopausia. - Disminuye el riesgo de generar artritis reumatoide. - Dar de lactar por más de un año, tiene un efecto protector contra el síndrome metabólico materno que puede ocasionar enfermedad cardiovascular, obesidad abdominal, dislipemia aterogénica, hipertensión y aumento de glucosa en ayunas.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

4.2. Beneficios para los lactantes menores a seis meses de edad

Tabla 32.

Beneficio Biológicos para los lactantes

Beneficios Biológicos
<ul style="list-style-type: none"> - Reduce el 60% el riesgo de morir por síndrome de muerte súbita infantil

- La leche materna tiene anticuerpos que protegen al lactante de sufrir enfermedades prevalentes como: diarrea, alergias, asma e infecciones respiratorias.
- Reduce el riesgo de desnutrición.
- Disminuye los cólicos del bebé debido a que es de fácil digestión.
- La leche materna tiene electrolitos en cantidades suficientes para la adecuada hidratación.
- La leche materna tiene cantidades justas de hierro, calcio, magnesio y zinc.
- Hay bajo índice de infecciones de las vías respiratorias, reduciendo también las cantidades de hospitalización. Aún más, se reducen enfermedades como bronquiolitis hasta un 74%.
- Reduce el riesgo de otitis hasta en un 50%.
- Previene infecciones del tracto gastrointestinal hasta en un 64%.
- Disminuye el riesgo de desarrollar enterocolitis necrosante del prematuro hasta en un 77%.
- Protege de patologías alérgicas, que disminuyen la incidencia clínica de asma, dermatitis atópica y eccema.
- La leche pre-término contiene más proteínas vitales para el lactante prematuro que requiere de mayores compuestos proteicos necesarios para su madurez.
- El calostro contiene factores tróficos que ayudan a la proliferación de enterocitos. Los lactantes no pueden producir la suficiente protección en sus primeros 30 días de vida, por lo tanto, el calostro proporciona esta proteína.
- El calostro es más rico en inmunoglobulinas y proteínas, en contraposición a la grasa con los siguientes compuestos:

- Antioxidantes y quinonas para proteger de daños oxidativos y enfermedades hemorrágicas.
- Inmunoglobulinas que cubren por dentro el tracto digestivo. De esta manera se previene que bacterias, virus, parásitos, entre otros, se adhieran.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 33.

Beneficios Sociales para los lactantes

Beneficios Sociales
- El hacerlo de manera correcta reduce costos sanitarios y otorga beneficios económicos para las familias y para los gobiernos.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 34.

Beneficios Psicológicos para los lactantes

Beneficios Psicológicos
- Genera un vínculo afectivo con la madre. Se ha determinado que estos niños crecen más felices, más seguros y con mayor estabilidad emocional.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 35.

Otros beneficios para los lactantes

Otros beneficios
- Reduce el 19% del riesgo de leucemia en la niñez.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

4.3. Beneficios para los lactantes mayores a seis meses de edad

Además de los beneficios expuestos anteriormente se añaden los siguientes:

Tabla 36.

Beneficios Biológicos para los lactantes mayores de 6 años

Beneficios Biológicos
<ul style="list-style-type: none"> - Disminuye el riesgo de celiaquía y de enfermedad inflamatoria intestinal infantil. Se sugiere una interacción del efecto inmunomodulador de la leche humana con la susceptibilidad genética. - Protege contra caries dental y minimiza la opción de usar ortodoncia. - Recuperación más pronta de enfermedades adquiridas. - Protege contra algunos tipos de cáncer infantil, como la leucemia linfocítica aguda y el linfoma de Hodgkin. Además de problemas oculares. - Reduce el riesgo de que el lactante sufra diarrea y náuseas, gastroenteritis, gripes y resfriados, candidiasis e infecciones en oídos, garganta y pulmones.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 37.

Beneficios Psicológicos para los lactantes mayores de 6 años

Beneficios Psicológicos
<ul style="list-style-type: none"> - Ayuda al desarrollo claro de lenguaje a temprana edad. - Logran mejor desarrollo cerebral que se refleja en un mejor desempeño en la escuela y en la vida adulta.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Tabla 38.

Otros beneficios para los lactantes mayores de 6 años

Otros beneficios
- Disminución de la tasa de obesidad, incluso en la adolescencia.
- 30% menos de probabilidad de desarrollar diabetes mellitus tipo 1.

Nota: Elaborado por los autores a partir de la revisión narrativa.

Una vez que se han enumerado los diversos beneficios, las investigaciones revisadas insisten en la realización y potenciación de campañas y estrategias gubernamentales para promover la lactancia materna y los beneficios que aporta para la madre, el lactante y la sociedad en general.

Si bien los beneficios de la lactancia son mayores, también hay casos en los cuales esta es contraindicada:

Por causas de la madre

- VIH/SIDA: el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) puede transmitirse de forma vertical, de la madre al feto, y después por medio de la lactancia materna. Se ha investigado que la terapia antiretroviral reduce el riesgo de transmisión.
- Tuberculosis: se sugiere la suspensión de la lactancia hasta 3 semanas después que el tratamiento haya iniciado.
- Sífilis y Herpes tipo 1: esperar hasta que las lesiones en pezones a causa de esta enfermedad hayan pasado.
- Varicela: esperar hasta la cicatrización de las vesículas que haya en pecho y pezones.

- Quimioterapia y fármacos: se sugiere la suspensión de la lactancia mientras dure el tratamiento, como en el caso de cáncer de mama. Hay casos en los que se puede desechar la leche materna que pueda estar contaminada antes de dar de lactar.
- Uso de drogas (Villalba Cubero, 2022).

Por causas en el recién nacido

- Galactosemia: enfermedad causada por una mutación en las enzimas responsables del metabolismo de la galactosa. Esta puede ocasionar hipoglucemias, problemas de crecimiento y hepáticos. También alteraciones del sistema nervioso irreversibles que puede ocasionar sepsis, incluso la muerte.
- Virus de leucemia humana de las células: se trata de un retrovirus asociado con enfermedades degenerativas o inmunológicas.
- Enfermedades del metabolismo de metionina, leucina, isoleucina, tirosina y fenilcetonuria: se recomienda lactancia mixta (Villalba Cubero, 2022).

CONCLUSIONES

- La lactancia materna otorga diferentes beneficios para la salud física y emocional de la madre. Durante la recuperación después del parto, previene que sucedan hemorragias y ayuda a que el útero vuelva a su tamaño normal. A su vez, previene que sufra de anemia. También, permite que la madre recupere el peso pre-embarazo. La lactancia prolongada reduce las probabilidades del desarrollo de cáncer de mama y de ovario, diabetes tipo II y depresión, artritis reumatoide, enfermedades cardiovasculares, obesidad, hipertensión. En edades más adultas, mejora la cantidad de calcio. Durante la lactancia, se genera un vínculo emocional-afectivo hacia su hijo lactante.
- La leche materna evoluciona según el crecimiento del lactante y sus necesidades para cada etapa de su desarrollo. Por tanto, se recomienda que se entregue en las primeras horas de vida, de manera exclusiva hasta los seis meses. Esto reduce las causas de muerte súbita, leucemia, infecciones estomacales y respiratorias, molestias intestinales o deshidratación. A su vez, aporta nutrientes y elementos como el hierro, calcio, magnesio y zinc. Por último, genera un vínculo afectivo con la madre que los hace más felices, seguros y estables.
- La lactancia se prolonga hasta los 2 años de edad. Es exclusiva para los primeros 6 meses, y en adelante se complementa con alimentos adecuados. El hacerlo, disminuye el riesgo de celiaquía, enfermedades intestinales que reducen riesgos de obesidad y diabetes. También se ha evidenciado un mejor desarrollo cerebral y claridad en el lenguaje. Protege de problemas bucodentales como caries. A su vez protege de algunos tipos de cáncer y enfermedades graves.

- La lactancia materna aporta beneficios no solo para la madre y el lactante, sino con su familia y para toda la sociedad. Por tanto, es importante promover la lactancia desde las primeras horas de vida, difundir los beneficios e incentivar a la madre a realizarla.

RECOMENDACIONES

- Los beneficios de la lactancia materna deben ser promovidos y divulgados para que las madres y la sociedad en general conozcan de mejor manera, y libre de mitos, para que puedan desarrollarla plenamente. No solo desde organismos estatales, sino también en ámbitos privados, en conjunto para una práctica que hace bien a toda la sociedad.
- Promover y proponer estudios cualitativos a nivel urbano y rural sobre las situaciones que viven las madres para identificar las razones por las cuales dejan de dar de lactar, lo mezclan con otros alimentos, entre otras prácticas. De tal manera que se pueda incidir en esta realidad e informar mejor, presentando alternativas y soluciones.
- Incentivar a los profesionales de la salud a conocer más de este tema, de tal manera que puedan brindar una asesoría y guía adecuada a las madres que requieran este servicio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, M., & Baena, L. y. (2016). Beneficios inmunológicos de la leche humana para la madre y el niño. Revisión sistemática. *SCielo*(33 (2)), 482-493. doi:<https://dx.doi.org/10.20960/nh.526>
- Alpízar, M., Canales, J., Moreira, R., & Castillo, M. (s.f.). Factores que influyen en la duración de la lactancia materna en las estudiantes universitarias. *Revista Enfermería Actual*.
- Beteta, L., Sanjose, L., & De León, M. (2016). Conocimiento sobre los beneficios de la Lactancia Materna en pacientes mujeres embarazadas y/o en post-parto no primigestas en San Juan Sacatepéquez. *Revista de la Facultad de Medicina*.
- Brahm, P. (2017). Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar. *Revista Chilena de Pediatría*, 7-14.
- Brahm, P. (2017). Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar . *Chilena de Pediatría. Sociedad Chilena de Pediatría*(88(1)), 7-14. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v88n1/art01.pdf>
- Campiño, S. y. (2019). Lactancia materna: factores que propician su abandono. *Archivos de Medicina*, 331-341.
- Castillo, C., & Grados, R. (2018). Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño: pasos para una lactancia materna exitosa. *Revista Con-Ciencia*.
- Cerón, M., Dorantes, H., Sandoval, E., & Ruvalcaba, J. (2017). Los beneficios conocidos de la lactancia materna exclusiva en la prevención de enfermedades transmisibles no tienen el impacto positivo esperado. *Journal of Negative and No Positive Results*.
- Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría. (2017). *Lactancia Materna, El mejor inicio para ambos*. Obtenido de <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/201701-lactancia-materna-mejor-ambos.pdf>

- Dávila, C. (2017). Lactancia materna: decisión inteligente, múltiples beneficios y futuro protegido. *Revista Peruana de Investigación Materno Perinatal*.
- Delgado, A. A. (2006). Prevalencia y causas de abandono de lactancia materna en el alojamiento conjunto de una institución de tercer nivel de atención. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 31-39.
- Díaz, N., Ruzafa, M., Ares, S., & Espiga, I. y. (2021). *Motivaciones y barreras percibidas por las mujeres españolas en relación a la lactancia materna*. Obtenido de Revista Española de Salud Pública: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272016000100416
- García, R. (2011). Composición e inmunología de la leche humana. *Acta Pediátrica de México*, 223-230. doi:<https://www.redalyc.org/pdf/4236/423640330006.pdf>
- González, X., Cardentey, J., Porras, O., & Pérez, K. y. (2019). Conocimientos en embarazadas sobre beneficios de la lactancia materna para salud bucal del futuro bebé. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 23(5). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1025-02552019000500604&script=sci_arttext&tlng=pt
- Hernández, J., Hernández, M., & Ramírez, M. (2021). Conocimiento y actitudes sobre los beneficios de la lactancia materna en universitarios. *Ciencia UAT*.
- Lutter, C. (2010). *¡El inicio temprano de la lactancia materna: la clave para supervivencia y desarrollo!*. Obtenido de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2010/Resumen-tecnico-inicio-temprano-lactancia-materna-clave-supervivencia.pdf>
- Marín, J. .. (2020). Influencia de la lactancia materna en la formación del vínculo y en el desarrollo psicomotor. *Colección Académica De Ciencias Sociales*, 3(2), 1–10. Obtenido de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/cienciassociales/article/view/4481>

- Márquez, H. G. (2012). Clasificación y evaluación de la desnutrición en el paciente pediátrico. *El Residente*, 59-69.
- Minchala, R. e. (2020). La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática. *Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica*, 39(8), 941-947. doi:<https://doi.org/0.5281/zenodo.4543500>
- Monet, D., Álvarez, J., & Gross, V. (2022). Beneficios inmunológicos de la lactancia materna. *Revista Cubana de Pediatría*.
- Morales, S. e. (Abril de 2022). *Recordemos lo importante que es la lactancia materna*. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2022/un222c.pdf>
- Morales, S., Colmenares, M., Cruz, V., Iñarritu, M., Maya, N., & Vega, A. y. (2021). Recordemos lo importante que es la lactancia materna. *Revista de la Facultad de Medicina UNAM*(65(2)), 9-25. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2022/un222c.pdf>
- Novillo, N. (2019). *Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica*. Guayas: Universidad Estatal de Milagro.
- Novillo, N., & Robles, J. y. (2019). Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica. *Enfermería Investiga: Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión*, 29-35. doi:<http://dx.doi.org/10.29033/enfi.v4i5.729.g664>
- Organización Panamericana de la Salud . (2010). *Protección de la salud infantil*. Obtenido de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2011/ProteccionDeLaSaludInfantil.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. (2008). *La Desnutrición en Lactantes y Niños Pequeños en América Latina y el Caribe: Alcanzando los Objetivos de Desarrollo del Milenio*. Obtenido de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/MalnutritionSpa.pdf>

- Pardal, J. y. (2020). Anotaciones para estructurar una revisión sistémica. *Revista ORL*, 155-160.
- Reina, A., Velázquez, M., & Díaz, D. (2019). Usotópico de la leche materna. *Revista Científico-Sanitaria*.
- Rodríguez, D., Barrera, M., & Tibanquiza, L. y. (2020). Beneficios inmunológicos de la leche materna. *Revista científica de investigación actualización del mundo de las ciencias (Recimuc)*, 4(1). doi:[https://doi.org/10.26820/reciamuc/4.\(1\).enero.2020.93-104](https://doi.org/10.26820/reciamuc/4.(1).enero.2020.93-104)
- Rodríguez, D., Barrera, M., Tibanquiza, L., & Montenegro, A. (2020). Beneficios Inmunológicos de la leche materna. *RECIAMUC*.
- Sabillón, F. y. (1997). Composición de la Leche Materna. *Honduras pediátrica*, 120-124.
- Salazar, S. C. (2009). Lactancia materna. *Archivos Venezolanos de Puericultura y Pediatría*.
- Tamayo, O., Gómez, J., Diéguez, R. I., & Pérez, M. (2022). Intervención educativa sobre los beneficios inmunológicos de la lactancia materna para los lactantes. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 38(2). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252022000200003&script=sci_arttext&tlng=pt
- UNICEF. (2009). *Lactancia, promoción y apoyo en un hospital amigo de la madre y del niño* . Obtenido de <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000001254cnt-lactancia-promocion-apoyo-hamyn.pdf>
- UNICEF. (16 de Enero de 2016). *Retrasar lactancia materna incrementa riesgo de mortalidad de recién nacidos*. Obtenido de <https://www.unicef.org/paraguay/comunicados-prensa/retrasar-lactancia-materna-incrementa-riesgo-de-mortalidad-de-reci%C3%A9n-nacidos>
- UNICEF Ecuador. (2013). *Lactancia materna*. Quito: UNICEF.

Vargas, M., Becerra, F., & Balsero, S. y. (Diciembre de 2021). *Lactancia materna: mitos y verdades. Artículo de revisión.* Obtenido de <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v68n4.74647>

Villalba Cubero, L. (2022). *Contraindicaciones absolutas y relativas de la lactancia materna. Ocronos.*

ANEXOS

Anexo 1. Tabla resumen de artículos utilizados

No.	Autor	Año	Título
1.	Aguilar, M.; Baena, L.; Sánchez, A.; Guisado, R.; Hermoso. E Mur, N.	2016	Beneficios inmunológicos de la leche humana para la madre y el niño. Revisión sistemática
2.	Brahm, P.	2017	Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar
3.	Novillo, N; Robles, J. y Calderón, J.	2019	Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica
4.	Rodríguez, D.; Barrera, M.; Tibanquiza, L. y Montenegro, A.	2020	Beneficios inmunológicos de la leche materna
5.	Morales, S. et. al.	2021	Recordemos lo importante que es la lactancia materna
6.	Díaz, N.; Ruzafa, M.; Ares, S.; Espiga, E. y Concepción, A.	2021	Motivaciones y barreras percibidas por las mujeres españolas en relación a la lactancia materna
7.	Vargas, M.; Becerra, F.; Balsero, S. y Meneses, Y.	2021	Lactancia materna: mitos y verdades. Artículo de revisión
8.	Tamayo, O.; Gómez, J.; Diéguez, R.; Iparraguirre, A.; Pérez, M.	2022	Intervención educativa sobre los beneficios inmunológicos de la lactancia materna para los lactantes

9.	Ospina, J. ., Jiménez, M. y Villamarín, E.	2020	Influencia de la lactancia materna en la formación del vínculo y en el desarrollo psicomotor
10.	Mínchala, R. et. al.	2020	La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática
11.	Gonzáles, X,; Cardentey, J.;; Porras, O.; Pérez, K. y González, R.	2019	Conocimientos en embarazadas sobre beneficios de la lactancia materna para salud bucal del futuro bebé
12.	Monet D. Álvarez J. Gross V.	2022	Beneficios inmunológicos de la lactancia materna
13.	Hernández J. Hernández M. Ramírez M.	2021	Conocimiento y actitudes sobre los beneficios de la lactancia materna en universitarios
14.	Alpízar M. Canales J. Moreira R. Castillo M.	2019	Factores que influyen en la duración de la lactancia materna en las estudiantes universitarias
15.	Beteta L. Sanjose L. De León M.	2016	Conocimiento sobre los beneficios de la Lactancia Materna en pacientes mujeres embarazadas y/o en post-parto no primigestas en San Juan Sacatepéquez
16.	Cerón M. Dorantes H. Sandoval E. Ruvalcaba J.	2017	Los beneficios conocidos de la lactancia materna exclusiva en la prevención de enfermedades transmisibles no tienen el impacto positivo esperado.
17.	Reina A. Velázquez M. Díaz D.	2019	Uso tópico de la leche materna

18.	Castillo C. Grados R.	2018	Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño: pasos para una lactancia materna exitosa.
19.	Dávila C.	2017	Lactancia materna: decisión inteligente, múltiples beneficios y futuro protegido
20.	Rodríguez D. Barrera M. Tibanquiza L. Montenegro A.	2020	Beneficios Inmunológicos de la leche materna