

Apoyar la lactancia materna es apoyar el crecimiento óptimo infantil: las nuevas gráficas de crecimiento de la OMS, basadas en niños amamantados

Dra. **Isolina Riaño Galán**. Pediatra. Hospital San Agustín (Avilés). Comité de Lactancia Materna de la AEP

Las características del crecimiento de los lactantes sanos amamantados no se ajusta a las gráficas hasta ahora utilizadas en las revisiones del niño sano y puede conducir a tomar decisiones erróneas en el manejo nutricional, como:

- Dudar sobre la capacidad de las mujeres de producir leche suficiente
- Recomendar la introducción precoz de suplementos y alimentos complementarios
- Cese de la lactancia materna con posibles efectos negativos para la salud del lactante

Todo ello justificó la elaboración de un *estándar* para alcanzar el objetivo deseable de conocer *cómo deben crecer todos los niños* cuando se siguen prácticas saludables como alimentación con leche materna, adecuada atención de salud y ausencia de tabaquismo (ni antes ni después del parto).

El estudio multicéntrico de la OMS sobre el patrón de crecimiento infantil combinó un seguimiento longitudinal desde el nacimiento hasta los 24 meses y un estudio transversal en niños entre 18 y 71 meses de edad. La muestra incluye 8.440 lactantes de Brasil, Estados Unidos, Ghana, India, Noruega y Omán y presenta las siguientes características innovadoras:

1. Proporciona por vez primera, datos científicos y orientación sobre el modo que los niños y las niñas de todo el mundo *deben crecer*, en vez de simplemente describir cómo crecen *en una región y momento determinados*.

2. Confirma que todos los niños y niñas, nacidos en cualquier parte del mundo, que reciban una atención óptima desde el comienzo de sus vidas, tienen el potencial de desarrollarse en la misma gama de pesos y tallas.

3. Demuestra que las diferencias en el crecimiento infantil hasta los 5 años dependen más de la nutrición, las prácticas de alimentación, el medio ambiente y la atención sanitaria que de los factores genéticos o étnicos, es decir son reflejo de las desigualdades e injusticia global.

4. Establece la *lactancia materna* como la "*norma*" biológica y al lactante alimentado al pecho como patrón de referencia para determinar el crecimiento saludable.

Esto asegura por primera vez, la coherencia entre los instrumentos utilizados para evaluar el crecimiento y las directrices nacionales e internacionales sobre alimentación infantil (*Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño* de la OMS y UNICEF, 2002), que recomiendan la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida tanto en los países pobres como industrializados. Después de los 6 meses, para garantizar sus necesidades nutricionales, los lactantes deben recibir alimentos complementarios suficientes e inoocuos, al tiempo que continúan recibiendo leche materna hasta los 2 o más años.

5. Es un patrón verdaderamente *internacional* porque han participado niños y niñas de 6 países y tiene *validez mundial* tanto en países en desarrollo como desarrollados.

6. Proporciona un conjunto de *indicadores de crecimiento* y permite comparar parámetros del crecimiento importantes, como el peso y la talla/estatura de los lactantes y niños, con un valor de referencia óptimo.

7. Permite el desarrollo de patrones de *velocidad de crecimiento* facilitando la identificación temprana y la prevención de las alteraciones del crecimiento infantil (por exceso y por defecto).

Por tanto, el menor peso de los lactantes amamantados no se debe a que la madre no tenga bastante leche, o que el lactante no obtenga la suficiente, sino a un diferente patrón de crecimiento. Además, identifica un aumento de la tasa de sobrepeso que alcanza un 34%.

Dichas gráficas son las que deben utilizarse para todos los niños y niñas, en los controles del niño sano, independientemente del tipo de alimentación que reciban. Están disponibles para su uso en www.who.int/childgrowth/en/ y en breve serán facilitados por la Consejería de Salud y Servicios Sanitarios para su empleo en Asturias.

La alimentación con Lactancia Materna es la norma para un crecimiento y desarrollo saludable de los lactantes.