



# Investigan prácticas en lactancia materna

e introducción de alimentos en bebés después de los seis meses

27 ENE 2012 Salud



La Dra. Lilliam Marín Arias presentó los resultados del estudio sobre Prácticas alimentarias en menores de cinco años de Damas de Desamparados y San Antonio de Nicoya durante el congreso del Pridena (foto Jorge Carvajal Aguirre).

Los conocimientos que adquieren las jóvenes madres en materia de lactancia materna, tanto en la zona urbana como en la rural están influenciados por sus abuelas y madres, según pudo confirmar una investigación realizada por la Dra. Lilliam Marín Arias, del Instituto de Investigaciones en Salud (INISA) y la M.Sc. Yamileth Gutierrez Obregón, de la Escuela de Enfermería, Recinto Universitario de Golfito, ambas de la UCR.

La Dra. Marín presentó los resultados de este estudio, que comparó los **datos obtenidos en San Pedro de Montes de Oca** (Barrio Pinto, Granadilla y San Rafael) y el distrito central de Golfito.

En su exposición reveló que **en la zona rural participan en el consejo y apoyo en esta materia otras madres jóvenes, cosa que no ocurre en la zona urbana**, en donde es la enfermera que las atiende en los centros de salud la que las orienta, pero en un porcentaje menor.

Las madres primigestas (que tienen su primer hijo o hija) en las zonas rurales también reciben apoyo en sus tareas domésticas de otras mujeres de la familia, como hermanas, tías, cuñadas, etc., para que pueda amamantar a su hijo o hija con tranquilidad. Esto lo hacen porque están convencidas de los beneficios que representa la lactancia materna para la salud de los niños y niñas, en especial para su crecimiento y desarrollo y porque saben que contribuye al apego madre-hijo/a.

La investigación enfocada en lactancia materna exclusiva se propuso indagar el significado, describir conocimientos y las actitudes de las madres al respecto. **Trabajaron con mujeres de 18 a 40 años de edad, cuyo hijo o hija tuviera en el momento del estudio menos de 12 meses** y que haya sido amamantado al momento de nacer. También se pidió como requisito que las participantes no tuvieran ascendencia indígena, porque por tradición cultural estas mujeres tienen una actitud positiva hacia la lactancia materna, lo que podría alterar los resultados.

En total 14 mujeres de Golfito y 14 de Montes de Oca llenaron el cuestionario y en total siete mujeres participaron en el grupo focal y 9 en una entrevista a profundidad.



Las mujeres apelan a las complicaciones propias del amamantamiento, al fin de la incapacidad y regreso al trabajo y al estudio para dejar de amamantar a sus hijos e hijas.

Según informó la Dra. Marín el 100% de las mujeres tuvieron acceso al control prenatal del sistema de salud costarricense, la mayoría (78,6%) tuvieron parto vaginal y un 85,7% de Golfito y un 64,2% de Montes de Oca amamantaron a sus hijos en la primera hora después del parto.

La investigadora comentó que **la lactancia materna se ha incrementado en los últimos 30 años en el país en diez puntos porcentuales**, si se considera que en 1975 un 85,3% de las madres amamantaban a sus hijos e hijas y que en el 2006 el porcentaje ascendió a un 95,8%. Al explicar estos resultados indicó que **esto se debe a las mejoras en el sector salud, como es el alojamiento conjunto y el promocionar la lactancia materna desde el nacimiento**. Afirmó que ahora se les recomienda a las nuevas madres que amamanten a sus hijos e hijas hasta los 24 meses.

Según lo aseguró el 100% de las mujeres consultadas dijeron saber lo que significa lactancia materna exclusiva, es decir el amamantamiento con leche de la madre durante los primeros seis meses de vida, sin incluir ningún otro líquido. No obstante, la investigación confirmó que a los tres meses de vida solo un 53,4% de los casos continuaban con la lactancia materna exclusiva.

Entre los argumentos más comunes que ofrecen las madres para explicar esto, están las complicaciones propias del amamantamiento o del parto, como son el dolor de pezones, la herida de la cesárea, el congestionamiento de los senos y el hecho de reincorporarse al trabajo, entre las mujeres de la zona urbana, mientras que las de la zona rural señalan el regresar al trabajo y al estudio.

### **Prácticas de alimentación complementaria**

La Dra. Lilliam Marín Arias realizó otro estudio comparativo sobre las prácticas *de alimentación complementaria en los niños y niñas menores de 5 años de edad que residen en las comunidades de San Antonio de Nicoya y Damas de Desamparados en el I semestre del 2010.*



La Dra Lilliam Marín Arias presentó su investigación sobre lactancia materna en la sala de conferencias del INISA (foto Laura Rodríguez Rodríguez).

Los resultados muestran que **no se están cumpliendo las recomendaciones de introducción de alimento por edad dadas por la Caja Costarricense del Seguro Social** y cuya información se encuentra disponible en el carné de desarrollo integral de los niños y las niñas que, así como tampoco la de leche materna exclusiva hasta los seis años de edad, porque la mayoría de las madres les ofrecen otros líquidos, como agua, agua de arroz, jugos de frutas, caldo de frijol y otros desde los tres meses de vida, aunque hay casos extremos en que se los dan desde antes de cumplir el mes.

Este trabajo lo realizó conjuntamente con la M.Sc. María Elena Ureña docente de la Escuela de Nutrición, quien se encargó de recolectar la información en Damas de Desamparados. Los resultados los presentó la Dra. Lilliam Marín durante el III Simposio Internacional y VII Nacional sobre los Derechos de la Niñez y la Adolescencia *Entornos y prácticas de vida saludables en la niñez y la adolescencia*.

Según lo expresó en su exposición la ablactación o introducción de otros alimentos después de los seis meses de vida es una etapa sensible en la vida del lactante, en la cual comienzan a experimentar nuevos sabores y se van viendo los gustos del pequeño. Esta etapa es importante para un adecuado crecimiento y desarrollo de los niños, de manera que **es fundamental disponer de información sobre la calidad y cantidad de alimentos que se les debe ofrecer a los menores de cinco años.**

La investigadora trabajó con una población constituida por niños y niñas menores de 5 años y los hermanos de estos niños que hubieran nacido después de la realización de la Encuesta Nacional de Nutrición (2008) y que sus padres aceptaron participar en el estudio mediante la firma del consentimiento informado.

**En total se contó con información de 52 madres en Damas y 54 en San Antonio de Nicoya, de 15 a 40 años como promedio,** aunque la mayoría tenía entre 20 y 34 años de edad.

Estudiaron en total 58 menores de cinco años en Desamparados y 60 en San Antonio de Nicoya, la mayoría con buen peso al nacer.

Entre las comidas más frecuentes con las que las madres comienzan la ablactación están el puré de verduras en Damas de Desamparados y las verduras harinosas en Nicoya. En ese cantón guanacasteco es donde encontró la investigadora una dieta más amplia con respecto a las frutas, mientras se sorprendió de que retardan la introducción de pastas y pescado.

Sin embargo, de acuerdo con la **información contenida en el carné de salud** del niño/a que le entregan a las madres en los servicios de salud costarricenses las frutas no ácidas se les deben dar a partir de los 6 meses, las leguminosas a partir de los siete meses, el arroz, los cereales, las tortillas, las verduras harinosas a partir de los 8 meses, las frutas ácidas, las carnes, pescado, azúcares, leche y sus derivados hasta después del primer año de vida.

La Dra. Lilliam Marín destacó que pese a que **casi la mitad de las mujeres analizadas tenían estudios secundarios, ellas no leen o no atienden las sugerencias de alimentación**. “Esto es importante porque son mujeres que comprenden instrucciones, pues tienen un nivel de educación”, pero esa información no la atienden y el carné solo les sirve para llevar el recuento de las vacunas” comentó la Dra. Marín.

[Lidiette Guerrero Portilla](#)

Periodista Oficina de Divulgación e Información

[lidiette.guerrero@ucr.ac.cr](mailto:lidiette.guerrero@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [lactancia materna](#), [inisa](#), [nicoya](#), [desamparados](#), [ninos alimentacion](#).