



Lactancia materna

Ana Helena Chacón: “la lactancia y la maternidad deben darse desde la libertad”

“No hay nada peor que las maternidades impuestas y nada más complejo que la feminización de la pobreza por las maternidades tempranas”, afirmó

13 SEPT 2024 Salud

Fue un viernes 9 de agosto del 2024 cuando el auditorio de la Facultad de Medicina, de la Universidad de Costa Rica (UCR), se convirtió en el lugar que albergaría un profundo compromiso. Y no cualquier compromiso, sino uno que defiende un derecho humano invaluable pero, al mismo tiempo, invisibilizado y demeritado: **la lactancia materna**.

Ana Helena Chacón Echeverría, **exvicepresidente de la República**, y una ferviente defensora a favor de la niñez costarricense y las madres, fue la gran encargada de dar la conferencia inaugural. ¡En buena hora!

Con un tono firme y contundente, muy usual de su personalidad, Chacón no solo ofreció de manera ejemplar un discurso profundo que dejó ver **la indudable importancia de la lactancia materna**, sino que también reveló sus recuerdos más íntimos y, con ellos, su pasión y tenacidad al decidir hacer —de la lactancia materna— parte de su misión de vida. Una misión que inició, justamente, con el nacimiento de su segunda hija: **Carolina**.

Carolina vino hace 35 años al mundo con la condición del síndrome de Down. Una condición que, según los prejuicios de la época, **comprometía su capacidad para ser amamantada**.

“Me dijeron que esos niños no maman y fue la primera vez que oí esa **palabra terriblemente discriminatoria: ‘esos chiquitos’, como si fueran marcianos**. Y yo dije: ‘la mía mama porque mama’. Ahora que lo pienso, ese fue mi primer desafío al *status quo*”, recordó Chacón con indignación.

Quienes le dijeron esa frase, según rememoró, fue el personal de salud, **el cual tampoco le dio la noticia de la condición de su hija de una manera adecuada**.

“Ella nació un viernes y yo estaba a la par de la incubadora. En ese momento entran una serie de médicos, el pediatra incluido, y me dicen varias cosas. La primera es que mi hija tiene una afasia especial. Podría tener una trisomía 21 libre o una translocación o un mosaicismo. Entiendan que para mí era como si me hablaran en chino. Yo no tenía la menor idea de lo que eso significaba. **Recibí la noticia de una forma pésima, tengo que decirlo, porque realmente la noticia se tiene que dar de otra forma**”, mencionó.

Decidida a desafiar las expectativas médicas, **Ana Elena comenzó a amamantar a su hija** y estableció un vínculo emocional que no solo puso en jaque las convenciones del momento, sino que también contribuyó a un desarrollo más saludable para su pequeña.

“Carolina tuvo más meses de lactancia que los que tuvo Marisa, mi primera hija. A Marisa yo le di de mamar siete meses y con Carolina logré llegar casi a los 10 meses. En el momento en que suspendí la lactancia, **Carolina empezó a tener neumonías, pulmonías y bronconeumonías a repetición** porque tenía un reflujo esofágico y la comida se le iba al pulmón. Yo eso no lo sabía porque, como la posición en la que amamantaba tenía una verticalidad, entonces la comida se iba a la digestión más fácilmente. Esto cambió cuando se deja la lactancia porque, claro, uno no sabe y la acostaba para darle el biberón”, narró la exvicepresidenta.

La actividad se llevó a cabo como parte de la VIII Jornada de Promoción de la Lactancia Materna, en el marco de la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2024.

El evento fue organizado por el Proyecto de extensión docente Promoción de la lactancia materna y alimentación del niño y la niña menor de un año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO), del Instituto de Investigaciones en Salud (Inisa-UCR).

Urge un cambio social

Durante la jornada, Chacón destacó que **el apoyo y la educación son esenciales para que las madres puedan dar de mamar de manera exitosa**. Para la especialista, es esencial acompañar a las mujeres, especialmente a aquellas en situación de vulnerabilidad, para que tengan el conocimiento y las herramientas necesarias a fin de superar las dificultades que puedan presentarse.

“La ignorancia genera miedo y no hay nada peor que enfrentarse al fantasma del no saber. **Por eso, es mejor saber qué cara tiene ese fantasma, cómo lo vas a enfrentar y cuáles son las posibilidades** y, sobre todo, saber que hay una serie de profesionales que te pueden

ayudar. Esta es la enorme ventaja que tiene Costa Rica”, enfatizó Chacón, al aludir los retos que enfrentan muchas madres primerizas.

Esa educación, por supuesto, debe ser integral. Además de la lactancia, **para Chacón también es de vital importancia vincular el tema con la maternidad y la pobreza.** ¿Por qué? La respuesta es clara. La exvicepresidenta señaló que la pobreza afecta desproporcionadamente a las mujeres, especialmente, por la falta de acceso a la educación y la carencia de oportunidades laborales que incrementan las desigualdades.

“Desgraciadamente, **la pobreza extrema tiene rostro de mujer en este país.** Vemos a mujeres que tienen alrededor de cuatro hijos menores de edad en esa casa. Son mujeres que han tenido poco acceso a la educación por diferentes razones, pero una de ellas es la maternidad temprana. Hay que darles un proyecto de vida, porque las mujeres que viven en condición de pobreza no tienen una esperanza de mirar al futuro porque la exigencia de sobrevivencia es el día a día, es la comida del día”, puntualizó Chacón.

Por eso es fundamental el conocimiento y que las adolescentes puedan ejercer decisiones informadas. Precisamente, **para lograr una maternidad libre de imposiciones.** “La lactancia debe ser desde la libertad, al igual que la maternidad. No hay nada peor que las maternidades impuestas”, afirmó con vehemencia.

"Recuerdo leer un caso de Guatemala de una chica adolescente, a quien le pusieron a su bebé para que le diera el pecho y ella dijo que no quería amamantarlo. Cuando le preguntaron por qué, la respuesta de ella fue que tenía miedo de que el bebé creciera y le quitara los juguetes. Eso es tremendamente duro, una chica muy joven que no había entendido, ni siquiera, todas las violaciones que habían pasado por su propio cuerpo".

Ana Helena Chacón Echeverría



La lactancia es un derecho de los bebés y un derecho de las mujeres. “Yo quisiera que no existiera en este país una sola persona encargada de la salud, ya sea médico, enfermera o cualquier persona que atienda a una madre que acaba de dar a luz, que le diga que su hija no podrá ser amamantada”, agregó Chacón.

El siguiente paso

Durante la jornada, Chacón destacó que es necesario **robustecer urgentemente las políticas públicas que protejan y empoderen a las madres.**

Como ejemplo, Chacón recordó su labor como diputada en la promoción de iniciativas clave para las mujeres, como la creación de **salas de lactancia en los lugares de trabajo.** En el 2018, ella impulsó el decreto para que estos espacios fuera una realidad en el país, lo que le permite hoy a las madres trabajadoras continuar con la lactancia de forma digna y segura.

“A mí me dio una satisfacción enorme y ahora, cuando visito las salas de lactancia y las mujeres me cuentan lo felices que están, me llena de alegría. Antes de esto, **extraerse la leche era totalmente insalubre.** ¡Había que ver los desafíos! En un servicio sanitario, totalmente insalubre, las mujeres iban durante su trabajo a sacarse la leche y a tirarla porque no había una línea de frío para mantenerla”, expresó Chacón.

Como punto adicional en su intervención, Chacón también aprovechó para **denunciar la violencia obstétrica,** e hizo un llamado a mejorar la formación y la sensibilidad que los profesionales de la salud tienen con las madres.

“**La violencia obstétrica influye mucho en esa relación madre-bebé.** Nos cuesta hacer ese vínculo piel con piel si nos estamos sintiendo horribles o si nos hemos sentido tremendamente violentadas. Recuerdo una chica que me contaba que entró a un hospital

y que estaba el turno de los estudiantes, a quienes le permitieron —a cada uno de ellos y ellas— hacerle un tacto con contracciones”, mencionó la invitada.

La exposición se cerró con el compromiso inquebrantable en la lucha por los derechos de las mujeres y de la niñez costarricense. Asimismo, al final se desarrolló una mesa redonda sobre **el impacto del *marketing* de alimentos ultraprocesados en la salud infantil**, donde se destacaron los riesgos que estos productos representan para la salud pública a corto y largo plazo.

Esta discusión contó con la participación de destacados expertos en nutrición y salud, quienes compartieron sus preocupaciones sobre el aumento del consumo de estos alimentos en la población infantil y sus consecuencias para el desarrollo.

“En mi experiencia, no hay momento más lindo cuando ya no te duele y llega esa piel con piel, **esa complicidad que queda para toda la vida**”, concluyó Ana Elena Chacón y dejando una profunda impresión en todas las personas presentes.



[Jennifer Jiménez Córdoba](#)

Periodista Oficina de Comunicación Institucional

Área de cobertura: ciencias de la salud

jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr

Etiquetas: [salud](#), [lactancia](#), [prolamanco](#), [síndrome de down](#).