

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

"LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA"

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Nutrición y Dietética

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Teneda Villalba María José

Tutor: Dr. Esp. Cruz Hidalgo Pablo Andrés

Ambato – Ecuador

Septiembre, 20204

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Artículo Científico sobre el tema:

"**LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA**" desarrollado por Teneda Villalba María José, estudiante de la Carrera de Nutrición y Dietética, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Septiembre del 2024

EL TUTOR

Firmado electrónicamente por:
PABLO ANDRES CRUZ HIDALGO

Cruz Hidalgo Pablo Andrés

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo de Revisión "**LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA**", como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos.

Ambato, Septiembre del 2024

LA AUTORA



Firmado electrónicamente por:
MARIA JOSE
TENEDA VILLALBA

Teneda Villalba María José

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Dr. Esp. Cruz Hidalgo Pablo Andrés con CC: 1718001942 en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA**" Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Septiembre del 2024



.....

Cruz Hidalgo Pablo Andrés

CC: 1718001942

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Teneda Villalba María José con CC: 0504067596 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **"LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA"**, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Septiembre del 2024

Firmado electrónicamente por:
MARIA JOSE
TENEDA VILLALBA

.....

Teneda Villalba María José

C.C 0504067596

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: **"LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA"**, de Teneda Villalba María José, estudiante de la Carrera de Nutrición y Dietética.

Ambato, Septiembre del 2024

Parar su constancia firma

……

Presidente

...…… ..…….

1er Vocal 2 do Vocal

Polo del Conocimiento

ISSN: 2550-682X

Revista multidisciplinar de innovación y estudios aplicados
Artículos científicos, de revisión, cortos, casos clínicos

CASEDELPO

Casa Editora del Polo (CASEDELPO), hace constar que:

El artículo científico:

"Lactancia materna en el desarrollo y crecimiento de la primera infancia"

De autoría:

María José Teneda Villalba, Pablo Andrés Cruz Hidalgo

Habiéndose procedido a su revisión y analizados los criterios de evaluación realizados por lectores pares expertos (externos) vinculados al área de experticia del articulo presentado, ajustándose el mismo a las normas que comprenden el proceso editorial, se da por aceptado la publicación en el **Vol. 9, No 6, Junio 2024,** de la revista Polo del Conocimiento, con ISSN 2550-682X, indexada y registrada en las siguientes bases de datos y repositorios: **Latindex Catálogo v2.0, MIAR, Google Académico, ROAD, Dialnet, ERIHPLUS.**

Y para que así conste, firmo la presente en la ciudad de Manta, a los 23 días del mes de mayo del año 2024.

Dr. Víctor R. Jama Zambrano
DIRECTOR

Dirección: Ciudadela El Palmar II Etapa Mz. E. No 6
Teléfono: 0991871420
Email: polodelconocimientorevista@gmail.com
www.polodelconocimiento.com
Manta – Manabí- Ecuador

DEDICATORIA

Quiero dedicar el presente trabajo a mis padres quienes han sido luz en mi camino y han sabido educarme con valores y principios, gracias papis por siempre creer en mí por sus palabras de alientos en los momentos difíciles y cuando me sentía sin rumbo, sin ustedes nada de esto habría sido posible.

A mi tía Paty quien se convirtió en una segunda madre para mí y supo acogerme en su hogar, gracias animarme, consentirme y darme un abrazo cuando más lo necesitaba.

A mis hermanos Gabby, Paúl y sobrina María Emilia quienes día a día a pesar de la distancia lograban sacarme una sonrisa por medio de una pantalla, los amo y siempre agradeceré tenerles en mi vida

María José Teneda Villalba

AGRADECIMIENTO

A Dios quién me ha guiado en este camino y ha sido la luz en mi corazón y mi vida

A mi familia por su apoyo incondicional y ser mi sostén en cada decisión tomada

A mis compañeros de carrera quienes con el pasar de los años se volvieron amigos incondicionales gracias por ayudarme cuando lo necesitaba y hacer de esta etapa universitaria maravillosa

Así mismo agradezco a la Universidad Técnica de Ambato por abrirme las puertas de su institución durante todos estos años y darme las herramientas para volar

A mi tutor de titulación el Dr. Esp Pablo Cruz por su guía y estar pendiente para que este trabajo se desarrolle de la mejor manera

A cada uno de los docentes de la Carrera de Nutrición y Dietética por compartir sus conocimiento

María José Teneda Villalba

“LACTANCIA MATERNA EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PRIMERA INFANCIA”

RESUMEN

Introducción: La lactancia materna es una norma biológica de alimentación de todos los mamíferos entre los que se incluyen los seres humanos; es indispensable para alcanzar los objetivos mundiales de nutrición, salud y supervivencia. **Objetivo:** Identificar como influye la lactancia materna en el crecimiento y desarrollo de la primera infancia. **Método:** En 2023 y 2024 se realizó la búsqueda de literatura disponible en las bases de datos Pubmed, Google Schoolar, Scielo, Digitalia Hispánica, ScienceDirect, Medigraphic, Dialnet, se realizó la selección y posterior análisis de información. **Resultados:** En total, 40 artículos fueron elegidos evidenciando como barrera la falta de conocimiento y tiempo. **Conclusión:** Es importante identificar la realidad nutricional actual que viven cientos de niños y así poder intervenir e implementar educación nutricional en todo el ciclo de vida.

PALABRAS CLAVE: LACTANCIA MATERNA, OBESIDAD, DESARROLLO COGNITIVO

“BREASTFEEDING IN THE GROWTH AND DEVELOPMENT OF EARLY CHILDHOOD”

ABSTRACT

Introduction: Breastfeeding is a biological feeding norm for all mammals, including human beings; it is essential to achieve the global goals of nutrition, health and survival. **Objective:** To identify how breastfeeding influences the growth and development of early childhood. **Method:** In 2023 and 2024, the search for available literature was carried out in the Pubmed, Google Schoolar, Scielo, Digitalia Hispánica, ScienceDirect, Medigraphic, Dialnet databases, the selection and subsequent analysis of information was carried out. **Results:** In total, 40 articles were chosen, evidencing the lack of knowledge and time as a barrier. **Conclusion:** It is important to identify the current nutritional reality experienced by hundreds of children and thus be able to intervene and implement nutritional education throughout the life cycle.

KEYWORDS: BREASTFEEDING, OBESITY, COGNITIVE DEVELOPMENT

INTRODUCCIÓN

El estudio de la importancia de la lactancia materna como principal eje en el desarrollo del presente artículo de revisión bibliográfica surge del famoso concepto que se le ha otorgado a la lactancia materna “medicina personalizada para los bebés”. Este concepto hace relación a la influencia indudable que posee la lactancia materna tanto en aspectos físicos y cognitivos los cuales aportarán en el desarrollo y salud del niño desde su nacimiento hasta que el mismo llegue a la edad adulta.

La lactancia materna presenta un sin número de beneficios para salud de los seres humanos, en especial en la primera etapa del crecimiento de los niños (0 a 5 años) ya que puede prevenir el padecimiento de obesidad y contribuir con el desarrollo cognitivo de los niños, por su composición química se considera a la leche materna como el alimento más completo para los lactantes por ello la importancia de su uso exclusivo y desde el primer día del nacimiento.

Analizando el planteamiento previo, se plantean los siguientes objetivos:

1. Revisar la información existente en fuentes bibliográficas con validez científica la relación que existe entre lactancia materna en el crecimiento y desarrollo de la primera infancia.
2. Analizar si existe fuerza de asociación entre la práctica de lactancia materna y el crecimiento de los niños en la primera infancia.

En 2020, la tasa de lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida en América Latina y el Caribe era del 37,3%, por debajo del promedio mundial de 43,8%. Mesoamérica ha hecho un progreso significativo en este sentido, pasando del 21,6% en 2012 al 31,9% en 2020. Aunque se trata de una mejora, este porcentaje más reciente sigue estando muy por debajo del promedio mundial de 44%, y aún más lejos de las metas de la AMS y de los ODS (50 y 70%, respectivamente). En Sudamérica, la tasa se acercó más al promedio mundial, con un 42%. (*UNICEF, 2021).*

En los países de ingresos bajos y medianos, solo el 4%, o 1 de cada 25 bebés, nunca son amamantados. En países de altos ingresos, 21% de bebés, o más de 1 en 5, nunca reciben leche materna. (UNICEF, 2018). En 2020, la prevalencia del retraso del crecimiento en niños menores de cinco años en América Latina y el Caribe era del 11,3%, aproximadamente 10 puntos porcentuales por debajo del promedio mundial. En América Latina y el Caribe el 7,5% de los niños menores de cinco años tenían sobrepeso en 2020, es decir, 2 puntos porcentuales por encima de la media mundial (5,7%). En Sudamérica y el Caribe el sobrepeso en niños menores de cinco años ha aumentado en los últimos 20 años, alcanzando una prevalencia de 8,2% y 6,6% en 2020, respectivamente. En Mesoamérica la prevalencia es de 6,3%. *(FAO, FIDA, OPS, PMA y UNICEF, 2023).*

En Ecuador hasta el mes de vida, 52,4% de los niños se alimentaron exclusivamente con leche materna, pero para el grupo de 2 a 3 meses de edad, la proporción de quienes se alimentaron exclusivamente con leche materna bajó al 48%, y entre los niños de 4 a 5 meses, alcanzó solo al 34,7%. El 77% de las madres indígenas practican la lactancia exclusiva hasta antes de los 6 meses, en el caso de las madres afroecuatorianas y las autodenominadas montubias, presentan prevalencias más bajas, de 38.6% y 23%, respectivamente. La proporción de niños que acceden a la lactancia materna exclusiva es mayor en el área rural (58%) en comparación con los niños del área urbana (35%) (*ENSANUT-ECU, 2014*).

Por lo tanto, esta investigación se justifica debido a que pese a todos los hechos que se han demostrado en estudios e investigaciones científicas para validar las múltiples ventajas que posee la lactancia materna, y a todos los esfuerzos que se han realizado en todo el mundo para su promoción, las estadísticas indican que existe una tendencia en la reducción de esta.

METODOLOGÍA

El proyecto se basa en la búsqueda de artículos científicos, tesis y libros mediante el uso de plataformas como: Google Scholar, Scielo, Digitalia Hispánica, ScienceDirect, Medigraphic, Dialnet de donde se ha obtenido la mayor parte de los artículos referenciados. Los idiomas que prevalecen son el español e inglés. La información recopilada será a partir del 2019 hasta el presente año. Para almacenar la misma se ha utilizado Mendeley como gestor de referencias.

Al momento de realizar la búsqueda se eligieron palabras claves como ‘nutrición’, ‘lactancia materna exclusiva’, ‘obesidad’, ‘desarrollo cognitivo’, ‘sobrepeso’ mismos que permitieron recopilar información útil y fiable. Se utilizó operadores boleanos AND y OR.

Se eligieron criterios de inclusión para la selección, entre ellos: Revisiones bibliográficas, revisiones sistemáticas, casos clínicos, tesis de posgrados, libros, artículos científicos originales de fuentes confiables como las ya mencionadas anteriormente.

Mientras que en los criterios de exclusión se optó por la elección de: Tesis de pregrado, monografías, artículos que no consten en bases científicas comprobadas. Una vez aplicados los criterios de inclusión y exclusión se seleccionó un total de 30 artículos la información recopilada de los artículos es presentada en la tabla 1, misma que está ordenada por tema, fuente de la que se obtuvo el link.

Tema	Fuente	Link
Asociación entre lactancia materna y probabilidad de obesidad en la infancia en tres países latinoamericanos.	ScienceDirect	https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.09.002
Aspectos básicos sobre la lactancia materna.	Dialnet	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8656543
Breastfeeding and intelligence. Brief literature review.	Medigraphic	https://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2020/bis201e.pdf
Breastfeeding in the Modern World. *Annals of nutrition & metabolism*	PubMed	https://doi.org/10.1159/000524354
Breastfeeding, Physical Growth, and Cognitive Development. *Pediatrics*	American Academic of Pediatrics	https://doi.org/10.1542/peds.2020-008029

Practices, Growth and Mortality in Low- and Middle-Income Countries: Systematic Review	PubMed	https://doi.org/10.3390/nu12
Impacto de la lactancia materna en el sobrepeso u obesidad de escolares.	Repositorio Digital Universidad Simón Bolívar	https://hdl.handle.net/20.500.12 442/8697
La influencia de la lactancia materna en la condición física y el desarrollo cognitivo de los escolares.	Google Scholar	http://hdl.handle.net/10578/286 09
La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles	Google Scholar	htts://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_8_2020/ 4_la_lactancia_materna_alterna tiva.pdf
Lactancia materna y su asociación con obesidad: Mecanismos que podrían explicar el rol protector en la infancia.	Scielo	https:dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000600955
Lactancia materna: mucho más que alimentación.	Revista Neuronum	https://eduneuro.com/revista/index.php/revistaneuronum/article/ view/464/512
Exclusive Breastfeeding and Childhood Morbidity: A Narrative Review	PubMed	https://scielo, sld.cu/scielo.php?script+sci.arttext=S0034-75312018000400007&Ing=es&tlng=es
Nutrición materno infantil	Digitalia Hispánica	https://www.digitaliapublishing.com/a/124375

Obesidad en lactantes: efectoprotector de la lactancia materna versus fórmulas lácteas.	Scielo	https://dx.doi.org/10.4067/S071 7-75182020000300478
Obesidad Infantil: Un problema de pequeños que se está volviendo grande	Revista Latina de Hipertensión	https://www.redalyc.org/journal/1702/170262877016/17026 2877016.pdf
Overcoming barriers to breastfeeding. *Best practice & research*	Science Direct	https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2022.01.010
Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk.	PubMed	https://doi.org/10.1542/peds. 2022-057988
Prolonged breastfeeding protects from obesity by hypothalamic action of hepatic	PubMed	https://doi.org/10.1038/s42255-022-00602-z
Protección, promoción y apoyo de la lactancia natural en los centros que prestan servicios de maternidad y neonatología	UNICEF	https://doi.org/10.35366/109563
The relationship between breastfeeding and motor development in children: a systematic review and meta-analysis	PubMed	https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac013
The impacto of short – term predominate breastfeeding on cognitive outcome at 5 years	PubMed	https://doi.org/10.1111 1/apa.1 5014

Impact of Infant and Young Child Feeding (IYCF) Nutrition Interventions on Breastfeeding	PubMed	https://doi.org/10.3390/nu12
Exclusive Breastfeeding for at Least Four Months Is Associated with a Lower Prevalence of Overweight and Obesity in Mothers and Their Children after 2-5 Years from Delivery. *Nutrients*	PubMed	https://doi.org/10.3390/nu14173599
Exceso de peso y obesidad central y su relación con la duración de la lactancia materna exclusiva	Scielo	http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312018000400007&lng=es&tlng=es.
Duration of exclusive breastfeeding may be related to eating behaviour and dietary intake in obesity prone normal	PubMed	https://doi.org/10.1371/journ
Breastfeeding: A smart investment	UNICEF	https://www.globalbreastfeedingcollective.org
Encouraging breastfeeding. Health care for women international	PubMed	https://doi.org/10.1080/07399332.2023.2170642
El beneficio de la lactancia materna en el desarrollo cerebral infantil en niños típicos de 0 a 5 años.	Revista Iberoamericana de Neuropsicología, Vol 6,No.1	https://neuropsychologylearning.com/wp-content/uploads/pdf/pdf-revista-vol6/vol6-n1-2023-2.pdf

RESULTADOS

La lactancia materna es una norma biológica de alimentación de todos los mamíferos entre los que se incluyen los seres humanos; es indispensable para alcanzar los objetivos mundiales de nutrición, salud y supervivencia, por ello la OMS y la UNICEF recomiendan que la lactancia materna inicie en la primera hora de vida y persista de manera exclusiva dentro de los 6 primeros meses de vida y luego continue junto con alimentos sanos y adecuados hasta los 2 años o más ya que de esta manera se aportará al lactante la energía y todos los nutrientes que sean necesarios para el proceso de crecimiento, desarrollo físico y neurológico de esta manera en un futuro prevenir el hambre la desnutrición y el padecimiento de obesidad.

Salas Juan (2023) realizó una investigación sistemática acerca de “El beneficio de la lactancia materna en el desarrollo cerebral infantil en niños de 0 a 5 años”, como resultados que el valor nutricional de la leche materna es el responsable del desarrollo a nivel estructural y funcional del cerebro, concluyendo así que la lactancia materna está ligada con el desarrollo del cerebro, lenguaje, motricidad, neuropsicológica y funcionamiento cognitivo de los niños en edad de 0 a 5 años.

Córdova José (2023) y colaboradores realizaron un artículo de revisión sobre “Sobrepeso y Obesidad. Situación actual y perspectivas”, en donde destaca la relación que existe entre lactancia materna y prevalencia de sobrepeso u obesidad en niños, como resultados los niños que fueron amamantados por al menos 6 meses tuvieron un 22 a 30% menos probabilidad a padecer sobrepeso y alrededor de más del 40% menos de sufrir obesidad concluyendo que la obesidad ya no solo es un problema de los países desarrollados sino también de los países de menor ingreso.

Gastélum Aaarón y Hurtado Jaime (2022) realizaron una revisión bibliográfica sobre “Lactancia Materna e Inteligencia” obtuvo como resultados que la lactancia materna está estrechamente relacionado con el desarrollo intelectual y cognitivo a largo plazo. En conclusión, se recomienda que la lactancia materna cumpla con las sugerencias de la OMS y en media de lo posible que la misma se alargue lo más posible.

Gracia Eva (2022) y colaboradores realizaron un artículo monográfico acerca de “Aspectos básicos sobre la lactancia materna” en donde se obtuvo como resultados que la leche materna se considera el alimento supremo para el recién nacido y que a largo plazo mejora el desarrollo cognitivo y protege de enfermedad e infecciones, concluyendo que la lactancia materna posee un efecto beneficioso sobre el desarrollo intelectual de los niños.

Nicole Lasserre-Laso y colaboradore (2021). Realizaron una investigación descriptiva de la evidencia científica sobre la “Lactancia materna y su asociación con obesidad: Mecanismos que podrían explicar el rol protector en la infancia”, se utilizaron los buscadores PUBMED, SCOPUS, Cochrane Library y Scielo. Se obtuvo como resultado que el efecto protector de la lactancia materna contra la obesidad infantil esta dado por una combinación de varios mecanismos. Concluyendo que la lactancia materna es un proceso único, que interacciona de forma compleja con factores del crecimiento y desarrollo de los lactantes y preescolares.

Paula García Morales y colaboradores (2021) realizaron una revisión sistemática en relación con el impacto de la lactancia materna en el sobrepeso u obesidad de escolares. Obtuvo como resultados que la malnutrición por exceso fue mayor en pacientes con cuatro o menos meses de lactancia materna exclusiva y que el grado de obesidad infantil tiene relación con la duración de la lactancia materna exclusiva. Concluyendo que la lactancia materna exclusiva protege al niño del exceso de peso y adiposidad.

José María Basain (2018) realizó un estudio descriptivo sobre “Exceso de peso y obesidad central y su relación con la duración de la lactancia materna exclusiva” en 162 adolescentes entre 10 y 18 años. Se obtuvo como resultado que la malnutrición por exceso y déficit fue mayor en pacientes con cinco o menos meses de lactancia materna exclusiva (51,84 % vs 9,26 % respectivamente). Concluyendo que la lactancia materna exclusiva protege al niño frente al exceso de peso y adiposidad.

Ada Paca (2021) y colaboradoes realizaron un estudio transversal sobre “Asociación entre lactancia materna y probabilidad de obesidad en la infancia en tres países latinoamericanos”en madres y sus últimos hijos de 2 a 5 años, en donde la lactancia materna influyó en el padecimiento de obesidad , obtuvo como resultado que la obesidad fue cercana al 10% concluyendo que la lactancia materna ≥ 6 meses reduce el riesgo de padecer obesidad infantil.

Rosa Minchala-Urgiles y colaboradores (2021) realizaron una revisión sistemática sobre “La lactancia materna en la prevención de enfermedades materno – infantiles” se incluyó para el análisis a 31 artículos por su pertinencia y aporte al cumplimiento del objetivo, se obtuvo como resultado que la lactancia materna a nivel infantil previene enfermedades infecciosas del tracto digestivo y respiratorio, sobrepeso e hipertensión. A nivel materno los beneficios son: prevención de hemorragias, anemias, cáncer de mama y ovario, diabetes tipo II, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

DISCUSIÓN

La OMS en 1998 declaró a la obesidad como una epidemia mostrando que si se mantienen las tendencias actuales la obesidad junto con el sobrepeso aumentarían a 70 millones para 2025. Si bien es cierto la obesidad es reconocida por ser un desbalance energético entre el consumo y el gasto en cada persona sin embargo su etiología es multifactorial y abarca otros ámbitos por ejemplo las características étnicas culturales y sociales. (Martínez-Sanguinetti et al., 2020)

La obesidad en niños y adultos se ha convertido en un problema de salud pública a nivel mundial que tiene repercusiones en la salud física y mental además tiene un gran costo para el estado y cada uno de los individuos. Las estadísticas actuales revelan que alrededor del mundo 21000 millones de personas padecen sobrepeso u obesidad, posicionando a la obesidad como la quinta causa de muerte. Las estadísticas indican que en 2016 aproximadamente 41 millones de niños con menos de 5 años tuvieron sobrepeso y obesidad, un dato realmente alarmante. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) más del 60% de niños que padecen sobrepeso antes de la adolescencia continuarán con esta este mismo padecimiento en la edad adulta. (Mantzorou et al., 2022)

La prevención temprana de la obesidad es sumamente importante y puede iniciarse no solo en la infancia sino también durante el embarazo en las mujeres, ya que la obesidad de las madres influye significativamente en el riesgo de que sus hijos padezcan obesidad, por ello la OMS recomienda la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad, posterior a ello inicia la lactancia materna junto a alimentos complementarios hasta los 2 años o más sí así lo desea la madre y el niño. (Mantzorou et al., 2022)

Una de las capacidades del ser humano es la cognitiva, esta permite que seamos capaces de resolver cualquier obstáculo creando soluciones y alternativas prácticas, estas capacidades se empiezan a desarrollar desde el inicio de la vida y continúan evolucionando a lo largo de la misma gracias a las experiencias y una adecuada nutrición. (Toro et al., 2022)

Es importante hacer énfasis que el valor nutricional que proporciona la

leche materna es responsable en gran parte del desarrollo estructural y funcional del cerebro, En un estudio realizado por Choi et al. se realizó la comparación entre bebés que no fueron amamantados y bebés que sí tuvieron lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad y posterior a ello la alimentación complementaria, estos niños presentaron una comunicación e interacción social a partir de los 6 meses es decir tuvieron un mejor desarrollo a diferencia de los que no fueron amamantados. (Choi et. Al, 2021)

En investigaciones que se han realizado desde años atrás hasta la actualidad acerca de los beneficios de la lactancia materna y la estrecha relación que tiene con el desarrollo cognitivo a largo plazo una explicación es que la leche materna contiene ácidos grasos de cadena larga específicamente el ácido araquidónico y el ácido docosahexaenoico, mismos que aparecen en la corteza del cerebro y epitelio retiniano alrededor del tercer trimestre de gestación resultando aquellos indispensables para el correcto desarrollo. (Gastélum et al., 2022)

En un análisis secundario de la Corte de nacimiento de Cork Irlanda, se eligió dos grupos de niños de 5 niños de edad un grupo de ellos presentaban antecedentes de haber sido amamantados con lactancia materna exclusiva por dos meses y el otro grupo haber sido alimentado con sucedáneos de la leche materna. Las diferencias encontradas fueron significativas en el desarrollo cognitivo de los bebés que habían sido amamantados a base de la leche materna; este resultado posteriormente no tuvo ningún cambio al realizar el ajuste de las variables. Los autores manifestaron que les llamó la atención que en un periodo tan corto de lactancia exclusiva específicamente dos meses existieran cambios tan significativos en los resultados cognitivos del grupo de niños de 5 años y comparación con los que fueron amamantados con sucedáneos de la leche. (Lenehan et al., 2020)

De igual forma los investigadores asocian a la lactancia materna con un aumento en la mejora del desarrollo cognitivo infantil, especialmente en aquellos niños que nacieron prematuros. (Wallenborn et al., 2021)

La leche humana es el mejor y más completo alimento para los lactantes ya que posee la cantidad óptima de macronutrientes como son proteínas, carbohidratos y lípidos y micronutrientes como las vitaminas y minerales. Además, tiene componentes bioactivos como oligosacáridos, hormonas, factores de crecimiento e inmunoglobulinas. Los oligosacáridos de la leche humana HMO son carbohidratos bioactivos únicos y se les considera los componentes más esenciales de la leche materna poseen 5 a 15 g por litro lo que los ubica como el tercer componente sólido que más abunda en la leche materna. (Okburan & Kızıler, 2023).

CONCLUSIONES

- La lactancia materna es una práctica muy antigua en todo el mundo, sin embargo, no tiene costo alguno, es segura y posee múltiples beneficios tanto para el niño como para la madre.
- La práctica de la lactancia materna exclusiva está siendo olvidada en algunos países del mundo y en otros se le da el valor que merece debido a que se ha visto cuál es su impacto en la salud.
- Se ha comprobado que la práctica de la lactancia materna puede contribuir en la prevención de obesidad un padecimiento que a nivel mundial es la quinta causa de muerte, además de que tiene un aporte significativo en el desarrollo cognitivo en la etapa de niñez.

1. Anderson, H., Reyna, N., Beltrán, Y. H., Bermúdez, V., Chacín, M., Carrillo, S., & Martínez,
2. Ballesta Castillejos, A. (2023). Lactancia materna: factores que influyen sobre el amamantamiento y modelos predictivos. Sobrepeso y obesidad. Situación actual y perspectivas.
3. Basain Valdés, José María, Valdés Alonso, María del Carmen, Álvarez Viltres, Miriam, Miyar Pieiga, Emilia, & Tase Pelegrin, Tomasa Sarais. (2018). Exceso de peso y obesidad central y su relación con la duración de la lactancia materna exclusiva. Revista Cubana de Pediatría, 90(4), e345.
4. Córdova VJÁ, Barriguete MJA, Rivera MME, et al. Sobrepeso y obesidad. Situación actual y perspectivas. Acta Med. 2023;21(Suppl: 1):s51-56. doi:10.35366/109563. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000300478
5. Covan E. K. (2023). Encouraging breastfeeding. Health care for women international, 44(3), 217–219. https://doi.org/10.1080/07399332.2023.2170642
6. García, A. G. V., & Vinagre, M. S. C. (s/f). Lactancia materna y desarrollo cognitivo.
7. Gastélum-Reina, A., & Hurtado-Valenzuela, J. G. (2022). Lactancia materna e inteligencia. Breve revisión bibliográfica. Boletín Clínico Hospital Infantil del Estado de Sonora, 37(1), 29- 33.
8. Gastélum-Reina, A., & Hurtado-Valenzuela, J. G. (s/f). Breastfeeding and intelligence. Brief literature review.
9. Gonzales, A. O., Ortiz, J. U., & Cruz, Y. L. F. (2022). Lactancia materna exclusiva en Latinoamérica: una revisión sistemática. Vive Revista de Salud, 5(15), 874-888
10. Gracia, E. E., García, C. C. G., Arbilla, S. T., Sánchez, J. P., Rodríguez, P. A., & De la Flor, M.V. (2022). Aspectos básicos sobre la lactancia materna. Revista Sanitaria de Investigación, 3(9), 244.
11. Gutiérrez Castrellón, P., & Saavedra, J. (2020). Nutrición materno-infantil. Ergon. https://www.digitaliapublishing.com/a/124375
12. Hernández-Luengo, M., Álvarez-Bueno, C., Martínez-Hortelano, J. A., Cavero-Redondo, I., Martínez-Vizcaíno, V., & Notario-Pacheco, B. (2022). The relationship between breastfeedin and motor development in children: a sistematic review and meta – analysis

13. Hossain, S., & Mihrshahi, S. (2022). Exclusive Breastfeeding and Childhood Morbidity: A Narrative Review. International journal of environmental research and public health, 19(22), 14804. https://doi.org/10.3390/ijerph192214804 https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=103635
14. Labraña, Ana María, Ramírez-Alarcón, Karina, Troncoso-Pantoja, Claudia, Leiva, Ana María, Villagrán, Marcelo, Mardones, Lorena, Lasserre-Laso, Nicole, Martorell, Miquel, Lanuza- Rilling, Fabian, Petermann-Rocha, Fanny, Martínez-Sanguinetti, María Adela, & Celis- Morales, Carlos. (2020). Obesidad en lactantes: efecto protector de la lactancia materna versus fórmulaslácteas. Revista chilena de nutrición, 47(3),478 483. https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182020000300478
15. Lassi, Z. S., Rind, F., Irfan, O., Hadi, R., Das, J. K., & Bhutta, Z. A. (2020). Impact of Infant and Young Child Feeding (IYCF) Nutrition Interventions on Breastfeeding Practices, Growth and Mortality in Low- and Middle-Income Countries: Systematic Review. Nutrients, 12(3), 722. https://doi.org/10.3390/nu12030722
16. M. (2019). Obesidad Infantil: Un problema de pequeños que se está volviendo grande. Revista Latinoamericana de Hipertensión, 14(5), 616-623.
17. M. de los Á., Altamirano Cárdenas, L. F., Pogyo Morocho, G. L., … Romero Galabay, I. M. (2020). La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno- infantiles
18. Mantzorou, M., Papandreou, D., Vasios, G. K., Pavlidou, E., Antasouras, G., Psara, E., Taha, Z., Poulios, E., & Giaginis, C. (2022). Exclusive Breastfeeding for at Least Four Months Is Associated with a Lower Prevalence of Overweight and Obesity in Mothers and Their Children after 2-5 Years from Delivery. Nutrients, 14(17), 3599. https://doi.org/10.3390/nu14173599
19. Meek, J. Y., Noble, L., & Section on Breastfeeding (2022). Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. Pediatrics, 150(1), e2022057988. https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988
20. Michala Urgiles, R. E., Ramírez Coronel, A. A., Caizaguano-Dutan, M. K., Estrella González,
21. Okburan, G., & Kızıler, S. (2023). Human milk oligosaccharides as prebiotics. Pediatrics and neonatology, 64(3), 231–238. https://doi.org/10.1016/j.pedneo.2022.09.017
22. Paca-Palao, Ada, Huayanay-Espinoza, Carlos A, Parra, Diana C, Velasquez-Melendez, Gustavo, & Miranda, J Jaime. (2021). Asociación entre lactancia materna y probabilidad de obesidad en la infancia en tres países latinoamericanos. Gaceta Sanitaria, 35(2), 168-176. Epub 29 de noviembre de 2021.https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.09.002
23. Pena-Leon, V., Folgueira, C., Barja-Fernández, S., Pérez-Lois, R., Da Silva Lima, N., Martin, M., Heras, V., Martinez-Martinez, S., Valero, P., Iglesias, C., Duquenne, M., Al-Massadi, O., Beiroa, D., Souto, Y., Fidalgo, M., Sowmyalakshmi, R., Guallar, D., Cunarro, J., Castelao, C., Senra, A., … Seoane, L. M. (2022). Prolonged breastfeeding protects from obesity by hypothalamic action of hepatic FGF21. Nature metabolism, 4(7), 901–917. https://doi.org/10.1038/s42255-022-00602-z
24. Pérez Ruiz, Juan Manuel, Iribar Ibabe, M.ª Concepción, Peinado Herreros, José

María, Miranda León, M.ª Teresa, & Campoy Folgoso, Cristina. (2014). Lactancia materna y desarrollo cognitivo: valoración de la respuesta a la interferencia mediante el "test de los 5 dígitos". Nutrición Hospitalaria, 29(4), 852-857. https://dx.doi.org/10.3305/nh.2014.29.4.7211

25. Prentice A. M. (2022). Breastfeeding in the Modern World. Annals of nutrition & metabolism, 78 Suppl 2, 29–38. https://doi.org/10.1159/000524354
26. Salas-Vázquez, J. M. El beneficio de la lactancia materna en el desarrollo cerebral infantil en niños típicos de 0 a 5 años. Revista Iberoamericana de Neuropsicología, 20.
27. Specht, I. O., Rohde, J. F., Olsen, N. J., & Heitmann, B. L. (2018). Duration of exclusive breastfeeding may be related to eating behaviour and dietary intake in obesity prone normal weight young children. PloS one, 13(7), e0200388. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0200388
28. Tomori C. (2022). Overcoming barriers to breastfeeding. Best practice & research. Clinical obstetrics & gynaecology, 83, 60–71. https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2022.01.010
29. Wallenborn, J. T., Levine, G. A., Carreira Dos Santos, A., Grisi, S., Brentani, A., & Fink, G. (2021). Breastfeeding, Physical Growth, and Cognitive Development. Pediatrics, 147(5), e2020008029. https://doi.org/10.1542/peds.2020-008029
30. Weisstaub, G., Schonhaut, L., & Salazar, G. (2017). Lactancia materna, desarrollo motor y obesidad,¿ Existe asociación causal?. Revista chilena de pediatría, 88(4), 451-457.