Alimentando con amor: Consideraciones para la lactancia

Conoce más sobre esta temática de la alimentación infantil y cómo la lactancia se integra en un enfoque completo para el cuidado y desarrollo de los recién nacidos.

Uno de los lazos más significativos entre madre e hijo/a se produce al dar pecho. Sin embargo, hay mujeres que, por diversas razones, no pueden hacerlo, por lo que la elección de una buena fórmula para lactantes es indispensable para el recién nacido, lo cual debe ser determinado por un médico.

El acto de alimentar al bebé, ya sea a través de la lactancia materna o la fórmula para lactantes, es un momento fenomenal para fortalecer el lazo emocional entre la madre y el hijo. Este proceso no solo es una nutrición esencial, también una oportunidad única para compartir momentos de amor y cuidado.

“La leche materna es un fluido biológico que contiene nutrientes que incluyen carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales, enzimas digestivas y hormonas; además, es rica en células inmunitarias y muchas otras moléculas bioactivas. Por otro lado, las fórmulas infantiles están pensadas como un sustituto de la leche materna, aunque debido a sus características únicas no es factible producir un producto idéntico; generalmente se usa leche de vaca como base, y se agregan ingredientes para imitar la composición de la leche materna humana, como mezclas de grasas y hierro”, apunta el jefe de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de O’Higgins, Juan Pablo Espejo.

Pero, ¿en qué casos es aconsejable complementar la lactancia materna con la de fórmula? Juan Pablo Espejo es enfático en que “hay casos especiales que justifican el uso de fórmulas

infantiles o bien fortalecer la leche materna con módulos, como es el caso de los prematuros. Además, hay condiciones médicas en el lactante en las que no se puede dar leche materna, como la alergia a la proteína de leche de vaca; en este caso se deben usar fórmulas especiales no basadas en leche. Desde la perspectiva de la madre, en caso de que su producción de leche sea insuficiente para cumplir con la demanda del lactante también se justifica el uso de fórmulas infantiles, pero tratando siempre de partir ofreciendo el pecho y sólo después complementar con fórmula infantil".

La fórmula para lactante está diseñada para proporcionar a los bebés los nutrientes esenciales que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Esta opción se convierte en una solución valiosa para aquellas madres que no pueden amamantar por diversas razones, brindándoles la tranquilidad de que su bebé está recibiendo los elementos nutritivos necesarios.

"En general, las fórmulas que encontramos en el mercado chileno son bastante similares en cuanto a su aporte de calorías y cantidad de proteínas, carbohidratos y lípidos. Lo que marca la diferencia entre marcas es la presencia de compuestos adicionales, como ácidos grasos de cadena larga, los cuales son necesarios para el desarrollo temprano del cerebro del lactante; no están presentes en todas las fórmulas, así que mi consejo es elegir aquellas que contengan en sus ingredientes ácido docosahexaenoico o DHA", apunta Juan Pablo Espejo, quien agrega que "opcionalmente, también elegir fórmulas que contengan prebióticos o probióticos, ya que contribuyen a la salud intestinal del lactante; también se pueden seleccionar fórmulas infantiles con un tipo de carbohidratos conocidos como oligosacáridos de la leche humana o HMO, los cuales ayudan a proteger de infecciones al lactante".

La decisión entre la lactancia materna y la fórmula para lactantes es personal y única para cada familia. La clave

radica en tomar decisiones informadas, respaldadas por el apoyo y la orientación de profesionales de la salud, para garantizar que cada bebé reciba la atención y nutrición adecuadas para su bienestar.