

Boletín bibliográfico

Lactancia Materna. Beneficios

La lactancia materna es una de las formas más eficaces de garantizar la salud y la supervivencia de los niños. Sin embargo, contrariamente a las recomendaciones de la OMS, menos de la mitad de los lactantes se alimentan exclusivamente con leche materna.

La leche materna es el alimento ideal para los lactantes. Es segura y limpia y contiene anticuerpos que protegen de muchas enfermedades propias de la infancia. Además, suministra toda la energía y nutrientes que una criatura necesita durante los primeros meses de vida, y continúa aportando hasta la mitad o más de las necesidades nutricionales de un niño durante la segunda mitad del primer año, y hasta un tercio durante el segundo año.

Los niños amamantados muestran un mejor desempeño en las pruebas de inteligencia, son menos propensos al sobrepeso o la obesidad y, más tarde en la vida, a padecer diabetes. Las mujeres que amamantan también presentan un menor riesgo de padecer cáncer de mama y de ovario.

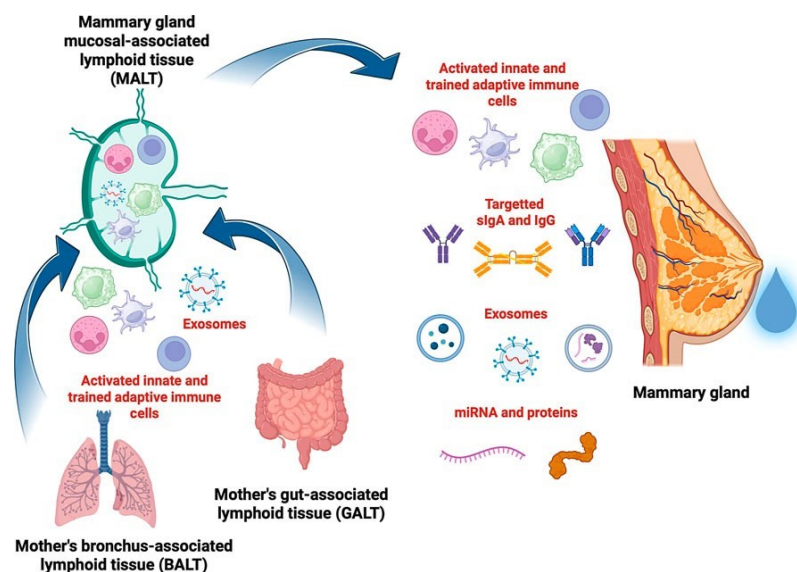
Fuente. [OMS](#)

La lactancia materna tiene innumerables ventajas para el niño y para la madre

- ⇒ - Nutrición correcta: la leche materna es el mejor alimento existente por su alto contenido en nutrientes y también por el equilibrio existente entre cada uno de ellos .
- ⇒ - Nutrición adecuada para prematuros: la leche de pretérmino, es una leche óptima para el niño prematuro.
- ⇒ - Protección inmunológica: el niño que toma lactancia materna, no presenta enfermedades digestivas, respiratorias, otitis y alergias. El calostro y la leche de transición contienen suficiente inmunoglobulina IgA que protege al niño.
- ⇒ - Fácil digestibilidad: la leche humana es una leche de fácil digestión debido a su concentración de grasas, proteínas y lactosa.
- ⇒ - Organización sensorial: el contacto físico madre-niño, es decir, apego durante el amamantamiento permite un desarrollo óptimo de los órganos de los sentidos.
- ⇒ - Establecimiento del apego: cuando antes se inicie la lactancia materna, mayor es el apego entre madre e hijo, por ello, se recomienda su inicio en la misma sala de partos.
- ⇒ - Equilibrio emocional de la madre: la intensa unión e interdependencia de la madre con su hijo que amamanta, produce en ella un sentimiento de valoración de sí misma y un equilibrio emocional que promueven su desarrollo integral .
- ⇒ - Economía de recursos: costo relacionado a la fórmula artificial, biberones, chupetes.
- ⇒ - Ventajas ecológicas: la leche materna es un recurso natural y renovable, juega un papel importante a nivel ambiental.

La lactancia materna es una de las intervenciones más eficaces para mejorar la supervivencia, la nutrición, la salud y el desarrollo infantil. Proporciona una nutrición óptima, protege a los niños contra enfermedades infecciosas, contribuye al desarrollo cognitivo y reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad en la edad adulta. Las madres también se benefician gracias a la reducción del riesgo de cáncer de mama y ovario, diabetes tipo 2 y un mejor espaciamiento entre los nacimientos.

Leche materna y función inmune



La leche humana promueven el desarrollo de la inmunidad de la mucosa intestinal. Las células inmunes en la leche materna viven a través del entorno desafiante del tracto digestivo infantil, se infiltran en la mucosa intestinal, pasan a la circulación y en los tejidos del bebé.

Fortalece los mecanismos de defensa del huésped a través del desarrollo inmunológico innato y adaptativo y mejora el sistema inmunológico inma-

duro del recién nacido durante un período delicado y crucial.

Proporciona tanto bacterias como prebióticos que funcionan en una relación simbiótica que crea el medio en el que funciona la inmunidad intestinal innata de los bebés, y se desarrolla el intestino. Las especificidades de los anticuerpos en la leche materna reflejan los antígenos maternos, proporcionando al bebé protección contra los patógenos ambientales que la madre ha encontrado. Cuando el sistema inmunitario de la madre reconoce el desafío patógeno a través del contacto con la saliva infantil, la madre produce inmunoglobulinas específicas que se administran a través de su leche materna. Los bebés prematuros que son alimentados con leche de sus propias madres tienen menos episodios de enfermedad que los bebés prematuros alimentados con fórmula, lo que sugiere que la leche humana mejora la defensa del huésped.

Algunos de los mecanismos que explican la estimulación activa del sistema inmunitario del bebé incluyen tres fenómenos principales: (1) la leche humana acelera la maduración de la función de barrera intestinal en la mucosa neonatal, por lo demás inmadura; (2) una gama de factores inmunes innatos y adaptativos en la leche humana protegen al recién nacido y al bebé joven del daño patógeno; y (3) los componentes de la leche humana modulan activamente las reacciones inflamatorias. La alimentación con leche materna de los recién nacidos se ha asociado con una reducción de la enfermedad en la infancia temprana y la vida posterior que puede atribuirse a muchos de los factores bioactivos identificados en la leche, como las vesículas extracelulares, los exosomas, los microARN, las células madre, las citoquinas, las hormonas, los factores de crecimiento, los factores estimulantes de colonias y los nutrientes, oligosacáridos, lípidos y proteínas que promueven el desarrollo óptimo y protegen contra la enfermedad.

Debido a hallazgos significativos relacionados con la leche materna y la función inmune en la vida temprana, la lactancia materna exclusiva es el modo preferido de nutrición infantil durante al menos los primeros 6 meses. Se recomienda la lactancia materna y alimentos complementarios más allá de los 6 meses hasta los 2 años.

Fuente. [Ann Nutr Metab](#)

Semana Mundial de la Lactancia Materna: del 1 al 7 de agosto



La lactancia materna para un comienzo de vida sostenible: reforzar lo que funciona.

La Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra anualmente del 1 al 7 de agosto, es una campaña global coordinada por la Alianza Mundial para la Acción en Lactancia Materna (WABA) para promover, proteger y apoyar la lactancia materna.

El lema de la Semana Mundial de la Lactancia Materna de 2026, «Lactancia materna para un comienzo de vida sostenible: fortalecer lo que funciona», se centra en el seguimiento del progreso, la evaluación del impacto y la ampliación de enfoques probados que mejoran los resultados de la lactancia materna.

Hace un llamamiento a los gobiernos, los sistemas de salud, los lugares de trabajo, las comunidades, las organizaciones de la sociedad civil y las familias para que aprovechen las experiencias exitosas y fortalezcan la «cadena de apoyo» para la lactancia materna.

Asesoramiento especializado en alimentación infantil y de niños pequeños (AINP)

Se ha demostrado que el asesoramiento y la educación aumentan sustancialmente las tasas de lactancia materna exclusiva. Una revisión sistemática que recopiló estimaciones de 16 estudios encontró que cuando la intervención se implementa a través de centros de salud, comunidades y hogares, las tasas de lactancia materna exclusiva aumentaron en un **58 %**.

Iniciativa Hospital Amigo del Niño (BFHI, por sus siglas en inglés)

Los Diez Pasos para una Lactancia Materna Exitosa describen los componentes esenciales de una atención clínica óptima para las nuevas madres y sus bebés. Estudios de eficacia realizados con 15 096 recién nacidos revelaron que la implementación de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño (BFHI) produjo un **aumento del 45 %** en las tasas de lactancia materna exclusiva a los 6 meses y un **aumento del 26 %** en la lactancia materna continuada.

Boletín bibliográfico

Arciniega-Cáceres M, Escobar Fuentes S. La Lactancia como Eje de la “Buena Maternidad”: Discursos y Tensiones en los Comentarios de Instamamis Españolas. Media & Jornalismo [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 26. Disponible en: http://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-54622026000100206&lang=en.

Acosta-Román M, Alarcón-Soto O, Huayllani-Quispe SA, Escobar-Villanueva R, Huaman-Barreto JA, Barreto-Cuyubamba ME, et al. Conocimiento de madres en lactancia materna exclusiva y el desarrollo psicomotor de sus hijos. Vive Rev Salud [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 9(25). Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2664-32432026000100358&lang=en.

Ahmad H, Yousaf S, Sardar H, Nadir F, Raza R. The role of sleep deprivation due to frequent breastfeeding in the development of post-partum depression: A cross-sectional study. JPMA The Journal of the Pakistan Medical Association [Internet]. 2026 Jan [citado 20 Jul; 76(1). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41736327/>.

Borges Amaral A, Gonçalves de Oliveira Azeredo VM, Alves Pereira L, Madalena Rinaldi AE. Knowledge and actions for the promotion and protection of breastfeeding by primary health care professionals in Uberlândia, 2022. Epidemiol Serv Saúde [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 35. Available Disponible en: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-96222026000102622&lang=en.

Bueno ML, Sousa JCG, Monteiro VS, Sá AAS, Mendonça A, Siqueira KM, et al. Factores asociados con la interrupción de la lactancia materna exclusiva y el destete en bebés prematuros después del alta hospi-

Lactancia Materna. Beneficios

talaria: un estudio prospectivo de cohorte. . Revista latino-americana de enfermagem [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 34. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41919825/>.

Çankaya S, Akın B, Aksoy YE. Autoeficacia de la lactancia materna, comportamiento de crianza y papel maternal de las madres con embarazos planificados y no planificados.. Revista latino-americana de enfermagem [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 34. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41983784/>.

Careaga-Valido Dianelys. Intervención educativa sobre lactancia materna en gestantes. Arch méd Camagüey [Internet]. 2023 [citado 30 Sep 2026] ; 27: e9667. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552023000100067&lng=es. Epub 18-Oct-2023.

da Silva BV, Barollo AV, Sá N, Oliveira LB, Sanglard LF. Lingual Frenotomy in Breastfeeding Infants: An Umbrella Review. International journal of paediatric dentistry [Internet]. 2026 Jan [citado 20 Jul 2026]; 36(1). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40990400/>.

Garrido-Díaz M, Sanino-Zavala I, Quitral-Argandoña R, Arce-Paniagua M. Efectividad de la frenotomía para anquiloglosia en la lactancia materna. Revisión de alcance. Int j interdis dent [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 19(1). Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2452-55882026000100040&lang=en.

Boletín bibliográfico

Lactancia Materna. Beneficios

Góngora Ávila César Ramón, Frías Pérez Annalie Elisabeth, Mejías Arencibia Roberto Alejandro, Vázquez Carvajal Lisandra. Características maternas relacionadas con el abandono de la lactancia materna exclusiva. Rev Cub Med Mil [Internet]. 2022 Mar [citado 30 Sep 2026] ; 51(1): e1634. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572022000100005&lng=es. Epub 01-Mar-2022.

Gutiérrez-Fragoso K, Sampieri CL. Iniciación de la lactancia materna y contacto piel con piel en países latinoamericanos. Atencion primaria [Internet]. 2026 Mar [citado 20 Jul 2026]; 58(3):[103429 p.]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41653563/>.

Hernández Magdariaga Alfredo, Hierrezuelo Rojas Naifi, González Brizuela Carlos Manuel, Gómez Soler Ulises, Fernández Arias Livardo. Conocimientos de madres y padres sobre lactancia materna exclusiva. MEDISAN [Internet]. 2023 Abr [citado 30 Sep 2026] ; 27(2): e4336. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192023000200001&lng=es. Epub 11-Mar-2023.

Irribarra K, Fernández Mackarena S, Rodríguez M, Sagredo M. Simulación clínica colaborativa interprofesional en lactancia materna: una estrategia formativa. Andes pediater [Internet]. 2026 [cited 20 Jul 2026]; 97(2). Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2452-60532026000200262&lang=en.

Kaizer M. ¿Cuál es la técnica de amamantamiento recomendada para una madre de gemelos? . Rev Hosp Ital B Aires Internet]. 2022 [citado 28 Jul 2026]; 42(2). Disponible en: <https://ojs.hospitalitaliano.org.ar/index.php/revistahi/article/view/169/94>.

Kull I, Ödling M, Andersson N, Melén E, Ekström S, Bergström A. Breast-feeding is inversely associated with asthma and IgE sensitization up to young adulthood. The Journal of allergy and clinical immunology [Internet]. 2026 May [citado 20 Jul; 157(5). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41571043/>.

Noonan M, Fitzgibbon V, Keyes R, McCarthy J, Bradshaw C, Tighe SM, et al. Sustaining Breast-milk Expression and Direct Feeding at Breast for Very Low Birth Infants: A Qualitative Exploration of Parental Perspectives. Maternal & child nutrition [Internet]. 2026 Jul [citado 24 Jul 2026]; 22(3). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42200703/>.

Primo Tamarit S. Beneficios de la lactancia materna en el neurodesarrollo del bebé: revisión bibliográfica [Tesis]. Madrid: Universidad Europea; 2025 [cited 20 Jul 2026]. Disponible en: https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/13015/TFG_%20Sandra_%20Primo.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Rondón-Carrasco J, Morales-Vázquez C L, Rosabal-Pérez K. Papel inmunológico de la lactancia materna en la prevención de enfermedades. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2024 Abr [citado 30 Sep 2026] ; 28(2): e6244. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942024000200022&lng=es. Epub 01-Mar-2024.

Sánchez-Artigas R, Fiallos-Brito E J, Peña-Laurencio A M, Villacrés-Gavilanes S C, Flores-Laguas E E. Factores maternos asociados con el comportamiento de la lactancia materna exclusiva. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2024 Jun [citado 2026 Sep 30] ; 28(3): e6395. Disponi-

ble en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942024000300017&lng=es. Epub 01-Mayo-2024.

Waghmode S, Viswanathan R, Koligudde V, Umare P, Lavania M. Microbial shifts in early life: the pediatric gut microbiome and its role in health and disease. Gut microbes [Internet]. 2026 Dec 31 [citado 20 Jul 2026]; 18(1). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42228606/>.

Watakabe K, Kawada S, Horiuchi S, Asahiro R, Tanaka A, Tei K, et al. Characteristics Associated with Infant Feeding with Both Breast Milk and Formula Milk. Nutrients [Internet]. 2026 May 28 [citado 20 Jul 2026]; 18(11). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42280369/>.

Villas Boas ASC, Wernet M, Ruiz MT, Silveira AO, Charepe Z, Linares AM, et al. Esperanza en la lactancia materna en el contexto del asesoramiento en lactancia: un análisis cualitativo basado en el Modelo Multidimensional de Esperanza. . Revista da Escola de Enfermagem da U S P [Internet]. 2026 [citado 20 Jul 2026]; 60. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42696714/>.

Posiciones para dar el pecho



Sentada



Caballito



Balón de rugby



Acostada



Crianza biológica

DESCRIPTORES

DeCS

Lactancia Materna

Lactancia Materna /métodos

MeSH

Breast Feeding

Breast Feeding/methods

Límites:

Fecha de publicación: 2021-2026

Idiomas: Español/Ingles/Portugués

Publicaciones académicas (arbitradas)

Texto completo: PDF/Html

SITIOS CONSULTADOS



Elaborado por
Grupo Gestión de Información en Salud
Centro Provincial Información de Ciencias
Médicas
Camagüey, 2026.
[‘Estamos en la web’](#)