



Pautas y recomendaciones para el mantenimiento de la lactancia durante una separación o divorcio.

Las presentes recomendaciones están basadas en artículos científicos y evidencias médicas y psiquiátricas.

Las recomendaciones de la Asociación Española de Pediatría, la Asociación Americana de Pediatría y la Organización Mundial de Salud son:

0-6 meses : Lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida

6-12 meses: Lactancia materna como alimento principal de los seis a los 12 meses, e ir incorporando poco a poco el resto de alimentos denominados Alimentación Complementaria porque son un complemento de la lactancia, eso quiere decir que la Lactancia es la alimentación principal durante este periodo.

De 12 hasta los 24 meses y hasta que la madre y el bebé así lo quieran: mantener la lactancia junto a la alimentación normal de un niño de esa edad.

Una lactancia de dos o más años no debería extrañar a nadie, y menos a un juez a la vista de las evidencias científicas que la apoyan. La alimentación al pecho mejora la salud física y psíquica de los niños y de las madres y disminuye el gasto sanitario, entre otras ventajas. También se ha constatado que los beneficios de la lactancia materna tiene una relación dosis-respuesta, es decir, a mayor duración de la lactancia, menor incidencia de enfermedades.

Fuente: AEPED, Asociación Española de Pediatría, comité de lactancia materna

La separación temprana durante periodos extensos de tiempo no es recomendable puesto que la lactancia materna se mantiene siempre y cuando haya una demanda periódica por parte del bebé.

De los 6 a los 12 meses no se recomienda una separación de la madre de más de cuatro horas puesto que la LM continúa siendo el alimento principal del bebé y este se vería perjudicado por la separación.

De los 12 a los 18 meses se recomienda no estar separados más de seis horas seguidas puesto que el proceso de iniciación a los alimentos no está finalizado por completo.

A partir de los 18 meses la separación de un bebé lactante y su madre podría establecerse entre las 8 y las 12 horas. El bebé no es tan dependiente de su madre para la alimentación.

A la edad de dos años los niños mantienen la toma para dormirse, alguna toma nocturna en función de los despertares y la toma recién despertado. **La pernocta fuera de casa de bebés**



de dos años que mantienen la lactancia materna se desaconseja hasta los tres años. Llegado el momento de comenzar la pernocta con el padre, se deberá iniciar progresivamente sin que suponga un cambio brusco en los hábitos del niño, secuenciando poco a poco el número de noches que pasa en el domicilio del padre y siempre atendiendo al estado emocional del niño de forma que si durante la adaptación el menor se siente confundido y/o le genera estrés emocional, deberá facilitarse siempre lo mejor para el menor poniéndolo en contacto con su madre si es necesario.

“Por todo ello, el Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española Pediatría considera que la lactancia es motivo justificado para adaptar el régimen de visitas y que, para no perjudicar al hijo, ni que nadie pueda pensar que la lactancia se está empleando como arma contra el ex-cónyuge, sería recomendable negociar el cambio de los tiempos correspondientes a fines de semana o vacaciones, por periodos equivalentes más cortos (tardes o mañanas), que permitan al niño disfrutar de todo a lo que tiene derecho: por un lado el cariño, el calor y el pecho de su madre y por otro el afecto y el contacto con su padre.

En los casos de divorcio o separación de los padres, los jueces tienen que garantizar que se cumplan los derechos de custodia y el régimen de visitas, prioritarios para el fin primordial, que es el bienestar del menor. Los derechos de las relaciones paternofiliales tienen que protegerse, pero los padres han de ser los primeros que velen por el bienestar de su hijo, evitando poner obstáculos a la lactancia como forma de manipulación o castigo hacia las madres, ya que el daño lo sufre el niño. De igual manera las madres no deben usar la lactancia para restringir el derecho de los niños a recibir el cuidado y el cariño de su padre. Hay que permitir y potenciar que los niños establezcan una vinculación afectiva tanto con su madre como con su padre. Si alguna de las partes, por razones no válidas, quiere restringir este derecho, está afectando el desarrollo y bienestar del menor.

Siempre que es posible, los jueces fomentan que los padres lleguen a un acuerdo, de forma voluntaria, sobre el tiempo que el menor compartirá con cada uno de ellos. En el caso de que esto no sea posible, el juez tomará una decisión basada en el mejor interés del menor. Si se le presenta al juez la evidencia de que el niño está siendo amamantando, habitualmente se protege esa relación de amamantamiento, manteniendo al menor con su madre la mayor parte del día y la noche y otorgando al padre visitas cortas de dos a tres horas, preferiblemente diarias. Hay que tener en cuenta que las tomas nocturnas son frecuentes, necesarias y emocionalmente reconfortantes y su interrupción puede afectar la producción de leche y la duración de la lactancia, por lo que es recomendable que el niño que lacta pase las noches con la madre.”

Fuente: **Asociación Española de Pediatría**<http://www.aeped.es/comite-lactancia-materna/documentos/separacion-padres-con-hijos-en-periodo-lactancia>

Estudios antropológicos demuestran que sin interferencias, la edad de destete natural humana oscila entre los 2.5 años y los seis.



“... se cree que la edad promedio del destete en muchos países está entre los 4 y los 5 años. En este tema, la doctora Katherine Dettwyler, antropóloga en la Universidad de Texas, plantea que la edad natural para el destete humano cae entre los 2.5 y los 6 años de edad”

1. Baldwin EN. *Breastfeeding and Divorce* .<http://www.illi.org/Law/LawDivorce.html>
2. *Breast-feeding at heart of divorce dispute*.
http://nwitimes.com/news/local/article_c317f0f6-44f1-5722-a1cd-2700eb0838b5.html
June, 23, 2008
3. Dettwyler KA. *Letter for Court Cases -in support of extended breastfeeding*.
<http://www.kathydettwyler.org/detletter.htm>
4. Grainger RI. *Continuing Breastfeeding after Separation & Divorce*.
<http://www.breastfeeding.asn.au/bfinfo/divorce.html>
5. Parrilla Rodríguez, AM. *Dando el Pecho Después del Año*. Dra.Parrilla.com – Boletín Informativo. Febrero 2009, <http://www.draparrilla.com/boletin/Feb2009.pdf>
6. Shiell W. *Divorce Law: Breastfeeding and Child Custody. Legal: In Custody Dispute after Divorce, Can Breastfeeding Limit Overnight Visitation?*
<http://www.divorce360.com/divorce-articles/child/custody/divorce-law-breastfeeding-and-child-custody.aspx?artid=1566>

VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA PARA EL NIÑO

La lactancia sirve al niño como modelo de vínculo para comparar con otros vínculos que tendrá en su futuro. Los doctores Newton y Ratner han demostrado que las necesidades que se han satisfecho a su debido tiempo, cuando el niño las necesita, hacen que sea más seguro, independiente y emocionalmente más estable en el futuro.

Hay una fuerte presión social por tener niños independientes antes de su madurez para ello, pudiendo provocar que los niños tengan una personalidad insegura y una necesidad de apoyo externo.

Las lactancias prolongadas están relacionadas con escalas menores de ansiedad en el adulto. (Bushnell, 1977) (Hawkins, 1975)

La lactancia ayuda a los niños a tener una transición gradual a la niñez, pues les ayuda a aliviar frustraciones, choques, golpes y tensiones diarias. (Baumgartner, C. 1984).

Un estudio que se hizo específicamente con bebés de lactancias prolongadas, mostraron un mayor ajuste social y con tendencias de menores desórdenes de conducta en relación con la mayor duración de la lactancia (Ferguson,1987).

En otros estudios los niños amamantados tuvieron resultados más altos en el desarrollo cognitivo, inteligencia y desarrollo del lenguaje (Ferguson DM, Beauvais AL).

Según Ferguson DM. yHorwood LJ. El incremento en la duración de la lactancia materna reasocia a un mayor incremento consistente y estadísticamente significativo en:

1. Cociente intelectual calculado a las edades de 8 y 9 años.
2. Comprensión de lectura, habilidad matemática y habilidades escolares calculadas entre los 10 y 13 años.



3. Evaluaciones docentes de lectura y matemáticas entre los 8 y 12 años

4. Mayores logros en exámenes finales.

Cuanto más tiempo se amamanta mayor es el IQ verbal (Horwood L.J., Darlow B.A., Mogridge N.)

En otros estudios se aprecian diferencias significativas entre el índice del desarrollo mental y la duración de la lactancia (Morrow-Tlucak M.).

Los niños con mayor apego en la infancia no exhibieron conductas asociadas con temor a ser abandonados cuando sus madres dejaban la habitación. El niño aceptaba la separación porque sabía que su madre sería accesible si la necesitara. Las madres que amamantaron menos tiempo tenían niños que lloraban más cuando se separaban de ellos (Stayton, 1973).

Se ha demostrado que la lactancia prolongada está relacionada de forma positiva con pruebas en vocabulario, coordinación vasomotor y medidas de cabeza (Taylor B., Wadsworth J.).

Las habilidades motoras y el desarrollo temprano del lenguaje mejoran con el amamantamiento y más con la lactancia prolongada (Vestergaard M., Obel C.).

Como resumen se puede decir que hay abundante evidencia científica que demuestra que los beneficios de la lactancia continúan mientras el niño es amamantado. Además de los beneficios para la salud, se evidencia que cuanto más tiempo es amamantado un niño mayor será su IQ, sus notas serán mejores con evidencia de efectos aún dos años después de finalizar la lactancia.

Aspectos físicos

Incluso en el mundo occidental existen diferencias reales entre los niños amamantados y los que reciben leche artificial. La lactancia es un asunto de vida o muerte en países en vías de desarrollo, pero los investigadores han encontrado que la lactancia también aporta numerosos beneficios en la salud de los bebés de países desarrollados. Los bebés amamantados son menos propensos a contraer enfermedades respiratorias, gastrointestinales, en incluso enfermedades tan graves como neumonía, sepsis, gastroenteritis y meningitis. Es importante señalar que cuando los niños amamantados se enferman, sus síntomas son más leves que los que toman leche artificial.

Los bebés amamantados son menos propensos a morir por diarrea que los que toman leche artificial y tienen síntomas más leves si llegan a padecerla, extendiéndose esta protección hasta la primera infancia.

La lactancia también protege frente a infecciones respiratorias, teniendo cinco veces menos posibilidades de tener ese tipo de infecciones que los niños alimentados con leche artificial.

La lactancia retarda el avance de la enfermedad celiaca y proporciona protección contra enfermedades inflamatorias de los intestinos, como colitis ulcerosa y enfermedad de Crohn.

La lactancia prolongada reduce el riesgo de padecer en la edad adulta cáncer gástrico, gastritis o úlcera péptica.

También fortalece el sistema inmunológico de los bebés y les proporciona protección frente a algunas enfermedades crónicas y parece que tiene algún efecto protector frente a la muerte súbita del lactante.



Los beneficios que una lactancia prolongada pueden reportar a la salud del adulto grandes beneficios y se ha demostrado que protege contra el cáncer, la obesidad, la osteoporosis, disminuye la probabilidad de padecer diabetes insulino dependiente.

Para la salud de la madre lactante también se ha demostrado que la lactancia prolongada tiene grandes beneficios, por un lado el efecto espaciador de los embarazos puede continuar durante el segundo año del niño (aspecto importante para familias de culturas que no utilizan métodos anticonceptivos). Hay estudios que relacionan claramente la duración de la lactancia con la probabilidad menor de padecer cáncer de mama (Michels 2001), también protege frente al cáncer de útero y ovarios. Las hormonas de la lactancia siguen relajando a la madre y facilitando la cercanía física con el hijo. Es una forma de dar consuelo al niño cuando está cansado, enfermo, molesto o lastimado.

Ventajas de la lactancia prolongada para el bebé:

- La lactancia que dura por lo menos un año se ha relacionado con el mejor desarrollo oral de los niños.
- Los estudios sugieren que los niños mayores de un año que toman pecho pueden tener mejor salud.
- La lactancia ofrece consuelo al bebé cansado, molesto, enfermo o lastimado.
- La leche materna es una fuente de alimento fácil de digerir y aceptar cuando el niño está enfermo.
- La cercanía o intimidad de la lactancia mejora la relación del niño con su madre y le da estabilidad emocional durante épocas de rápido crecimiento y desarrollo.