

O CESE DA LACTACIÓN MATERNA EN GALICIA NO ANO 2016.....	páxina 1
A INTRODUCCIÓN DA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA EN GALICIA NO ANO 2016.....	páxina 8
O BABY-LED WEANING EN GALICIA NO ANO 2016.....	páxina 14

O CESE DA LACTACIÓN MATERNA EN GALICIA NO ANO 2016

Introdución. Os beneficios asociados á lactación materna son ben coñecidos¹. Así, diferentes organismos e sociedades recomendan que a lactación materna exclusiva se manteña ata os 4 ou 6 meses e que, aínda que xa se iniciara a alimentación complementaria, se prolongue como mínimo ata o ano de idade^{2,3}. A pesares disto, a diminución na prevalencia de lactación materna que ocorre dende o nacemento ata o ano de vida é moi acusada na maioría dos países, tanto desenvolvidos como en vías de desenvolvemento⁴.

En España, segundo datos da Encuesta Nacional de Salud de 2017, o 39% dos nenos reciben lactación materna exclusiva aos 6 meses⁵. A prevalencia de lactación materna nas diferentes Comunidades Autónomas varía, así en Galicia un estudo realizado no ámbito sanitario en 2013 estimou que o 67'7% dos nenos iniciaban lactación materna tras o parto⁶, prevalencia semellante á obtida noutro estudo de ámbito sanitario na Comunidade Valenciana⁷. En calquera destes estudos obsérvase un descenso acusado na prevalencia a medida que pasa o tempo. Así, o estudo realizado en Galicia mostra unha prevalencia de lactación materna aos 6 meses do 50'3% e ao ano do 34'6%.

En Estados Unidos, a información máis actualizada que aportan os CDC en relación coa lactación materna entre os nenos nados en 2015, apunta a que foron aleitados algunha vez na súa vida o 83'2%, manteñen a lactación materna aos 6 meses o 57'6%, para diminuír ao 35'9% aos 12 meses⁸. Estas prevalencias, que melloran as obtidas entre os nados en 2005⁹, están lonxe das desexadas tanto pola OMS a nivel mundial, como polos CDC ou pola Asociación Americana de Pediatría en Estados Unidos; xa que calquera deles recomenda que a lactación materna sexa exclusiva ata os 6 meses de idade¹⁰. Porén, en calquera destes estudos cúmprese co obxectivo do 50% que a OMS fixa en relación coa lactación materna exclusiva aos 6 meses de idade¹¹.

No abandono da lactación materna inflúen tanto factores individuais coma ecolóxicos, i.e, que carecen de correlato individual, como pode ser a lexislación relativa á duración do permiso de maternidade. Entre os factores individuais hai que diferenciar os factores internos, propios da nai, dos externos. Estes últimos, entre os que destacan hábitos culturais, factores relacionados coa comunidade ou cos profesionais sanitarios, son multidimensionais e inflúen nos factores internos, neste caso concreto na conduta e na idea da nai en relación coa lactación materna. Dentro dos factores internos destacan as condutas da nai como o consumo de tabaco ou de alcohol; a presenza de patoloxías como a depresión; ou variables sociodemográficas como o nivel de estudos ou a situación laboral. En relación cos factores ecolóxicos compre salientar que en España, segundo o artigo 48 do Estatuto dos traballadores, o permiso de maternidade comprende 16 semanas dende o parto e, por regra xeral, ata os 9 meses de idade do neno as nais ou os pais poden desfrutar de 1 hora ao día de permiso de lactación¹².

Estudos realizados en diferentes países amosan que as razóns polas que as nais din que deixan a lactación materna varían en función da idade do neno¹²⁻¹⁵. Entre as principais razóns do abandono precoz da lactación, antes das 4 primeiras semanas de vida, as nais refiren principalmente factores individuais como problemas no peito, hipogalactia, dificultade ou falta de satisfacción do neno despois de ser aleitado; tras as primeiras 4 semanas de vida apuntan á falta de satisfacción do neno despois de ser aleitado como a causa principal¹³. Outro estudo identifica os problemas con aleitar como a razón principal para deixar a lactación materna antes dos 3 meses e os estilos de vida da nai como as causas asociadas ao abandono a partir de entón¹⁵. As causas asociadas ao mantemento da lactación materna e, polo tanto, ao abandono, varían entre sociedades^{16,17}.

Coñecer cando deixan as mulleres de aleitar e as razóns polas que o fan son o primeiro paso para traballar en programas ou en intervencións orientados a fomentar o mantemento da lactación materna. Ademais, coñecer cales son as razóns polas que as mulleres abandonan a lactación e se estas cambian en función da idade do neno, permite dirixir de xeito máis preciso as intervencións.

En Galicia, ata o de agora, non hai estudos realizados a nivel poboacional que identifiquen cando sucede o cese da lactación materna nin as razóns polas que se abandona o aleitamento. Dispónse de información no noso ámbito sobre o cese do aleitamento, se ben, circunscríbese nun punto xeográfico concreto e a poboación está restrinxida ao ámbito sanitario⁶. Cabe destacar que, ata o de agora, non se dispón de información sobre as causas de abandono da lactación materna en Galicia.

Así os obxectivos de este traballo son: (1) estimar, mes a mes de idade do neno, a taxa de abandono da lactación materna en Galicia; (2) identificar as principais razóns asociadas ao cese da lactación materna durante o primeiro ano de vida; (3) valorar estas razóns en función da idade do neno.

Métodos

Fonte dos datos: enquisa do ano 2016 do Sistema de Información sobre Condutas de Risco para a Saúde (SICRI), que tivo dúas poboacións obxectivo: (1) as mulleres de 18 anos e máis residentes en Galicia que deron a luz un fillo entre o 1 de setembro de 2015 e o 31 de agosto de 2016 (N=18.822) e (2) os nenos nados en Galicia nese período (N=19.204).

A mostra seleccionouse mediante unha mostraxe bietápica estratificada, tomando como marco de mostraxe o rexistro do Programa de detección precoz de enfermidades endócrinas e metabólicas no período neonatal. Na primeira etapa seleccionouse unha mostra aleatoria de nais, estratificada por idade (18-24; 25-29; 30-34, 35-39; 40 e máis) e, na segunda etapa, incluíronse os fillos destas nais, seleccionando aleatoriamente un neno por nai nos casos de parto múltiple.

A entrevista foi telefónica asistida por ordenador, e o cuestionario incluíu preguntas sobre a muller (referidas aos 6 meses anteriores a saber que estaba embarazada, ao embarazo, ao parto e ao momento da enquisa) e sobre o neonato (referidas ao momento do parto e ao momento da enquisa).

Prevalencias: na entrevista preguntóuselle ás nais se o seu fillo tomaba ou tomara algunha vez lactación materna. Asociado ao cese da lactación materna, preguntábaselle á nai cantos meses tiña o neno cando deixou de aleitalo. Con esta información, para cada idade X dende o nacemento ata os 12 meses estimouse a porcentaxe de nenos con alomenos X meses que xa abandonaran a lactación aos X meses. Tamén se lles preguntou ás nais a causa ou causas polas que abandonaran a lactación mediante unha pregunta de resposta espontánea e múltiple. Clasificáronse as causas de abandono en 5 categorías globais: hipogalactia, volta ao traballo, o bebé rexeitou a lactación, problemas de saúde e decisión propia. Estimáronse as porcentaxes acompañadas de intervalos de confianza do 95% (IC95%) entre parénteses.

Elimináronse da análise as nais que nunca deron lactación (n=1.225) e as que deixaron a lactación cando o neno tiña máis de 1 ano (n=32).

Este estudo realizouse seguindo as normas de boa práctica e a Declaración de Helsinki, de forma que se solicitou e obtívose consentimento expreso verbal da muller enquisada.

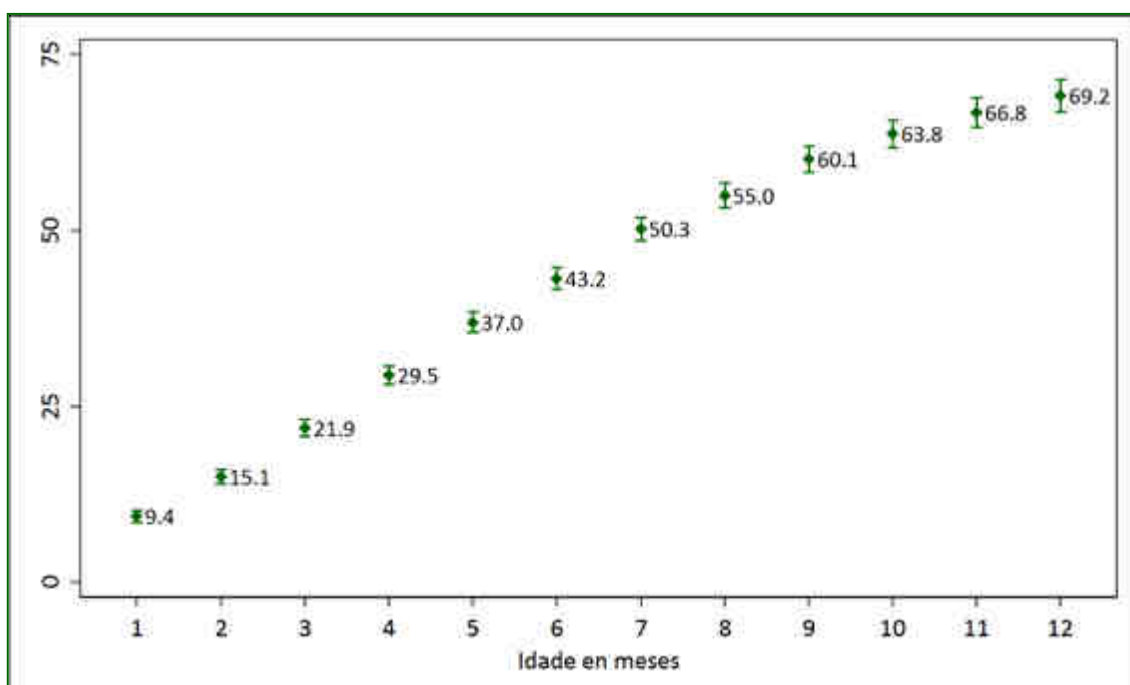
Resultados. O SICRI 2016 incluíu 6.436 nenos nados vivos en Galicia no período a estudo (1 de setembro de 2015 a 31 de agosto de 2016) e que tiñan entre 3 e 16 meses no momento da enquisa.

O 81'8% dos nenos galegos iniciaron lactación materna no momento do parto, prevalencia que pasa a ser do 41'3% aos 6 meses, e do 23'5% ao ano. Para coñecer máis polo miúdo a información que sobre a lactación materna proporcionou esta enquisa, pódese consultar un número anterior do BEG¹⁸.

Esta análise restrínxese a 5.177 nais, con nenos con idades comprendidas entre os 3 e 16 meses, que iniciaran a lactación materna.

Ao mes de idade o 9'4% dos nenos galegos que iniciaran lactación materna xa a abandonaran; antes dos 4 meses, esta porcentaxe pasa a ser do 22% (Figura 1). Ata os 7 meses de idade a prevalencia de abandono aumenta de xeito lineal arredor de 7 puntos porcentuais por mes. A partir dos 8 meses a velocidade de cambio descende a un promedio de 3 puntos porcentuais por mes. Ao ano de vida, o 69'2% dos nenos que iniciaran lactación materna xa a abandonaran.

Figura 1.- Curva de abandono da lactación materna en función da idade do neno.



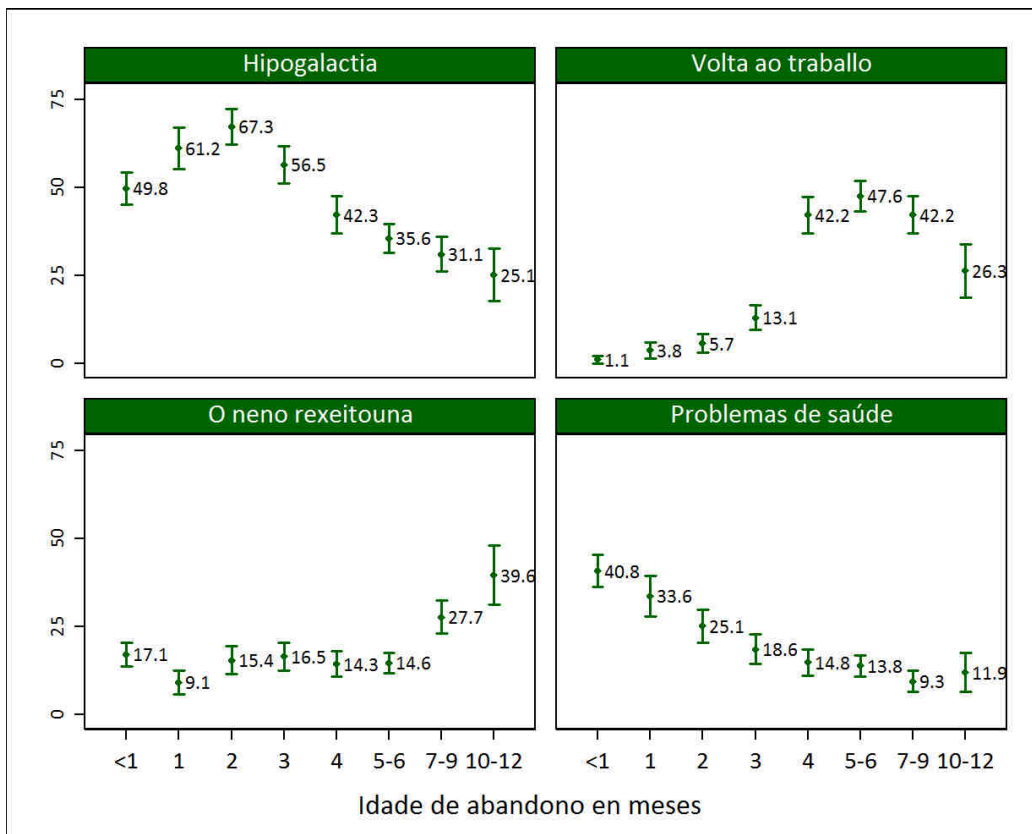
Case a metade das mulleres galegas que abandonaron a lactación materna declaran como causa de abandono a hipogalactia ou produción insuficiente de leite (Táboa 1). A volta ao traballo e o rexeitamento por parte do neno da lactación materna seguen á hipogalactia en orde de importancia. O 21'5% das nais apuntaron razóns relacionadas coa saúde propia ou do neno como causa de abandono. Débese ter en conta que entre os problemas de saúde da nai inclúense situacións diversas que requiren algunhas delas tratamento farmacolóxico, que a nai apuntou como causa do cese do aleitamento. O 7'8% das nais refiren motivos relacionados coa glándula mamaria e o 5'1% problemas de saúde do bebé. O 4'6% das nais abandonaron a lactación materna por decisión propia debido ou ben a que lles provocaba agobio, ou por ter outros fillos ou mesmo porque o neno mordía.

Ao analizar as causas de abandono en función da idade do neno, o impacto de cada unha delas no cese da lactación cambia. Á vista dos resultados, identifícanse 3 momentos temporais nos que a influencia dos motivos de abandono varía en importancia: dende o nacemento ata os 4 meses, dos 4 aos 7 meses e dos 7 meses en diante.

son de declaración obrigatoria urxente ao SAEG todos os casos de enfermidade con:
Febre > 38º C, exantema máculo-papular e: tose ou rinite ou conxuntivite.

Táboa 1.- Causas de abandono da lactación.			
Causa	%	IC95%	
Hipogalactia	46'5	44'6	48'4
Volta ao traballo	24'1	22'5	25'7
O neno rexeitouna	17'7	16'2	19'1
Problemas de saúde nai/neno	21'5	19'9	23'0
Problemas no peito	7'8	6'8	8'8
Problema de saúde da nai	9'4	8'3	10'5
Problema de saúde do neno	5'1	4'2	5'9
Recomendación médica	0'2	0'0	0'3
Decisión propia	4'6	3'8	5'4
Agobio ou estrés	0'7	0'4	1'0
O neno mordía	0'5	0'2	0'8
Por ter outros fillos	0'9	0'6	1'3
Falta de apoio dos profesionais	0'1	0'0	0'3
Outras razóns	2'4	1'8	3'0

Figura 2.- Causas principais de abandono da lactación materna en función da idade do neno en meses.



Ata os 4 meses a hipogalactia e os problemas de saúde da nai ou do neno son os motivos que as nais apuntan con máis frecuencia como causa de abandono. Entre os problemas de saúde da nai destacan patoloxías da glándula mamaria (mastite, gretas ou dor) e o consumo de tratamentos farmacolóxicos.

Entre os 4 e os 7 meses de vida son os motivos relacionados directamente con cambios nas circunstancias de vida da nai a causa máis frecuente do abandono da lactación materna. Entre estes destaca a volta ao traballo ou aos estudos, o que provoca un cambio nas súas circunstancias que fai que as nais deixen a lactación. A hipogalactia segue a ser relevante como causa de abandono.

A partir dos 7 meses cobra importancia o rexeitamento por parte do neno da lactación materna, se ben seguen a ser moitas as nais que apuntan a volta ao traballo como causa de abandono.

Comentario. O abandono da lactación materna en Galicia durante o primeiro ano de vida é preocupante, xa que se ben máis do 80% dos nados inician a lactación materna, aos 6 meses o abandono chega ao 57'6% e non se cumpre co obxecto da OMS que fixa que a prevalencia de lactación materna debería ser como mínimo do 50% aos 6 meses¹¹.

Ao analizar o momento de abandono da lactación débese ter en conta a alta taxa de abandono precoz, antes dos 4 meses de idade. Entre as causas de abandono destacan a hipogalactia, os problemas de saúde da nai ou do neno e a volta ao traballo. A hipogalactia e os problemas de saúde son a causa principal ata os 4 meses, momento no que a volta da nai ao traballo pasa a ter relevancia e a partir dos 5 meses é a causa fundamental pola que as mulleres abandonan a lactación materna ata os 7 meses, momento no que o rexeitamento por parte do neno supón a principal causa de abandono.

Coñecer cando se produce o abandono e as razóns que as nais apuntan como causantes do mesmo poden axudar aos profesionais sanitarios a previlo. Así o abandono precoz poderíase previr mediante o asesoramento profesional referido principalmente á hipogalactia. A hipogalactia aparece na maioría dos estudos como unha das causas principais do abandono da lactación materna⁷. Compre sinalar que a percepción da hipogalactia pode estar relacionada coa percepción de falta de aumento de peso do lactante. A percepción que teñen as nais de que a cantidade de leite que producen é insuficiente para alimentar ao neno produce unha incertidume que en moitos casos conduce ao abandono da lactación materna. Estímase que só no 5% das mulleres que perciben hipogalactia, esta está presente¹⁹.

Outro dos factores que as nais apuntan como causa de abandono son as patoloxías da glándula mamaria, como mastite, gretas ou dor. Estas patoloxías poden previrse e, no caso de que aparezan, tratarse. A postura correcta do neno durante o aleitamento ou alimentalo a demanda son medidas efectivas²⁰ que os profesionais implicados no coidado da muller e do neonato deberían ter en conta cando interactúen coas nais. Os problemas de saúde da nai son outra das causas que se apuntan como asociadas ao abandono, sinalando o tratamento farmacolóxico da nai como un dos factores implicados. Neste punto compre salientar que, de acordo coas guías clínicas da Sociedade Americana de Pediatría, son poucas as medicacións que están contraindicadas no caso de estar dando lactación materna²¹. Información actualizada sobre este tema pódese consultar na internet²².

Os resultados deste estudo mostran que á volta ao traballo o mantemento da lactación materna é difícil para as nais e reflicte que non se da por resolto o dilema “boa traballadora-boia nai”. Así 1 de cada 4 nais apuntan á volta ao traballo como motivo para deixar a lactación materna. As iniciativas legislativas existentes orientadas ao mantemento da lactación materna tras o fin das 16 semanas de permiso de maternidade e que, por regra xeral, consiste en 1 hora de permiso ata os 9 meses de idade do neno, poderían ter mellorado as prevalencias de lactación materna, pero non se coñece o seu impacto debido a que non se dispón de datos previos. A duración do permiso de maternidade está relacionado coa duración da lactación materna, así en países onde os permisos de maternidade son máis prolongados, por exemplo en Suecia onde chega aos 16 meses, a prevalencia de lactación aos 6 meses é máis elevada²³.

Para valorar os resultados obtidos neste estudo débese ter en conta a posible imprecisión temporal, xa que se pregunta pola idade dos nenos en meses, non en semanas. No 60% dos nenos pasaron mais de 6 meses dende que abandonaron a lactación, e isto pode asociarse a un nesgo de recordo.

O presente estudo ten fortalezas entre as que destacan o importante tamaño de mostra. Debido a que se quería coñecer as razóns de abandono da lactación materna polo miúdo, permitiuse a resposta espontánea e múltiple, que facilita a identificación exhaustiva de todos os motivos relacionados co abandono.

As razóns do abandono da lactación materna deberían ser motivo de valoración e reflexión tanto polos profesionais sanitarios encargados do coidado da muller durante o embarazo e o puerperio, coma polas autoridades sanitarias. A demanda de aleitamento, o rexeite por parte do neno ou a sensación da nai de que o neno non queda satisfeito, son factores que afectan ao abandono da lactación e que poderían ser comentados polos profesionais sanitarios coas nais antes de que xurdan. Así a anticipación á aparición do problema, i.e a educación sanitaria das nais durante o embarazo e no período neonatal en relación coa lactación, podería diminuír as taxas de abandono. Outro tema de reflexión debe centrarse na duración dos permisos de maternidade, así se as autoridades sanitarias consideran que a lactación materna exclusiva debería prolongarse durante un número determinado de meses, ben 4 ou 6, deberíaselle facilitar ás nais o poder aleitar ao neno, traballando en medidas máis eficaces de conciliación.

Bibliografía

- ¹ World Health Organization. Breastfeeding. Consultado o 20 de decembro de 2018. Dispoñible en: [ligazón](#) .
- ² World Health Organization. Exclusive Breastfeeding for Six Months Best for Babies Eveywhere; WHO: Geneva, Switzerland, 2011.
- ³ Fewtrell M et al. Complementary Feeding: A Position Paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 2017; 64: 119-32.
- ⁴ Victora CG et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* 2016; 387:475-90.
- ⁵ Encuesta Nacional de Salud de España. Consultado o 20 de decembro de 2018. Dispoñible en: [ligazón](#).
- ⁶ Rodríguez-Pérez MJ et al. Prevalencia de lactancia materna en el área sanitaria de Vigo, Galicia. *Rev Esp Salud Pública*. 2017; 91: 1-9.
- ⁷ Vila -Candel R et al. Mantenimiento de la lactancia materna exclusiva a los 3 meses posparto: experiencia en un departamento de salud de la Comunidad Valenciana. Atención Primaria. 2018. [[Ligazón](#)]
- ⁸ Centers for Disease and Control. Consultado o 20 de decembro de 2018. Dispoñible en: [ligazón](#).
- ⁹ Li R et al. Why mothers stop breastfeeding: mothers' self-reported reasons for stopping during the first year. *Pediatrics* 2008;122 Suppl 2: S69-76.
- ¹⁰ American Academy of Pediatrics. Consultado o 20 de decembro de 2018. Dispoñible en:[ligazón](#).
- ¹¹ World Health Organization, & UNICEF. Global nutrition targets 2025: Breastfeeding policy brief. 2014; Geneve; Switzerland.
- ¹² Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores. Consultado o 22 de xaneiro de 2019. Dispoñible en: [ligazón](#).
- ¹³ Ahluwalia IB et al. Who is breast-feeding? Recent trends from the pregnancy risk assessment and monitoring system. *J Pediatr* 2003;142: 486-91.
- ¹⁴ Olang B et al. Reasons given by mothers for discontinuing breastfeeding in Iran. *Int Breastfeed J* 2012; 7: 7.
- ¹⁵ Kirkland VL, Fein SB. Characterizing reasons for breastfeeding cessation throughout the first year postpartum using the construct of thriving. *J Hum Lact* 2003;19: 278-85.
- ¹⁶ McFadden A et al. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database Syst Rev* 2017; 2:CD001141.
- ¹⁷ Renfrew MJ et al. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database Syst Rev* 2012; 16:CD001141.
- ¹⁸ DXSP. A lactación materna en Galicia no ano 2016. *Boletín Epidemiolóxico de Galicia* 2018; vol. XXX, nº 4.
- ¹⁹ Thulier D et al. Variables associated with breastfeeding duration. *J Obstet Gynecol neonatal Nurs* 2009; 38: 259-68.
- ²⁰ Handa D et al. Role of the pediatrician in breastfeeding management. *Pediatr Clin North Am* 2013; 60: 1-10.
- ²¹ Sachs HC; Committee On Drugs.The transfer of drugs and therapeutics into human breast milk: an update on selected topics. *Pediatrics* 2013;132: e796-809.
- ²² Drugs and lactation database. Consultado o 20 de decembro de 2018. Dispoñible en: [ligazón](#).
- ²³ Sjöström K et al. Comparison of breastfeeding in rural areas of Sweden and Australia – a cohort study. *Women Birth* 2013; 26: 229-34.