



FICHAS FAMILIAS

Lactancia en la Educación Parvularia:
Un derecho de las niñas y niños y sus familias





La lactancia o la leche humana es considerada a nivel mundial como la mejor opción para la promoción de la salud integral. Diversos organismos internacionales e investigaciones respaldan su importancia en la contribución del bienestar integral tanto de las madres y cuidadores, como de los niños y niñas.

La Organización Mundial de la Salud, Unicef y el Ministerio de Salud de Chile, recomiendan la lactancia exclusiva durante los primeros seis meses de vida (sin consumo de ningún otro alimento o bebestible, incluida el agua), sugiriendo mantenerla junto con la alimentación complementaria hasta los dos años de edad o más, por lo que se torna muy importante mantener, en la medida de lo posible, su continuidad.

La lactancia es reconocida como un derecho humano que debe ser fomentado y protegido.

Este derecho se basa en la premisa de que todas las personas deben tener la libertad de ejercer la lactancia de manera informada y sin restricciones. En consonancia con esta idea, cada niño y niña posee el derecho a recibir una alimentación nutritiva, lo que contribuye de manera significativa al desarrollo integral y a la prevención de posibles enfermedades, constituyendo la Educación Parvularia un importante aliado para su promoción.



Protección Legal de la Lactancia en Chile

El ejercicio de la lactancia en Chile se encuentra protegido por la Ley 21.155, promulgada en el año 2019. A partir de ella se establecen medidas para asegurar el derecho libre al amamantamiento y el uso voluntario de salas de lactancia, las que deben presentar condiciones de higiene, comodidad y seguridad.



La incorporación a un establecimiento de Educación Parvularia no significa el término de la lactancia:

Para mantener la producción de leche en este contexto, es crucial usar las opciones existentes en estos espacios educativos para generar momentos de reencuentro, ya que la succión mantiene la producción de leche, permitiendo la continuidad de la lactancia.

Los jardines infantiles cuentan con las condiciones necesarias para facilitar la continuidad de la lactancia en casos que las familias así lo decidan y requieran. Dentro de las medidas que los establecimientos disponen, se puede encontrar:

Infraestructura y equipamiento

- » Cocina de leche (Sedile): consiste en un espacio físico exclusivo para la preparación de la leche. En este espacio se almacenan las leches que se han extraído previamente y también se preparan para alimentar a niños y niñas.
- » Los establecimientos que cuentan con el nivel de sala cuna deben disponer de un espacio o zona de uso voluntario para la lactancia (conocida como sala de lactancia), cumpliendo con condiciones de higiene, comodidad y seguridad, de conformidad con lo dispuesto en la Ley N° 21.155, que establece medidas de protección a la lactancia y su ejercicio.

Flexibilidad de los equipos pedagógicos

- » Tienen la capacidad para tomar decisiones en beneficio a las familias y el bienestar de niños y niñas. En este sentido, pueden acordar y planificar con las familias las acciones para dar continuidad a la lactancia en el espacio educativo.
- » Permitir el libre ejercicio del amamantamiento en el jardín infantil, en caso de que las familias lo requieran.

Beneficios de la leche humana

Los beneficios de la lactancia se vinculan a aspectos físicos, cognitivos y emocionales, tanto para quien la recibe como para quien la entrega, por lo que tiene beneficios integrales para la salud de las personas.

Beneficios para niños y niñas que se alimentan con leche humana:

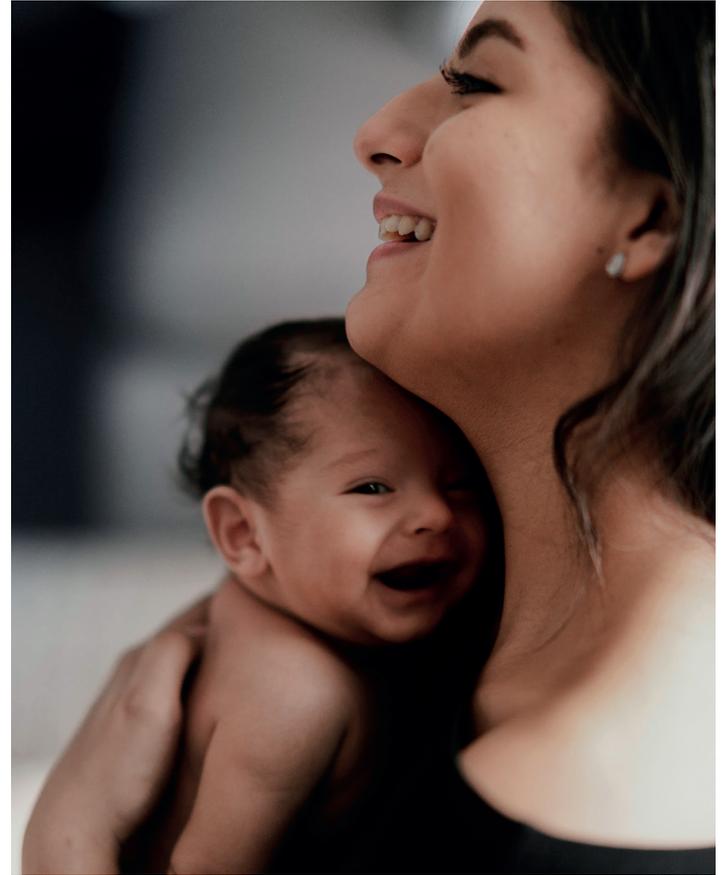
- La lactancia es una oportunidad para establecer vínculos. Mientras se alimenta con leche humana, el contacto piel con piel y la interacción responsiva que se establece en ese momento, favorece el apego y la creación de vínculos de seguridad entre las personas cuidadoras y el niño o niña.
- Favorece aspectos emocionales tanto de los niños y niñas como de sus cuidadores, a través de las interacciones durante los primeros días, semanas y meses.
- Es un alimento natural que contiene la totalidad de nutrientes que un niño y niña necesita para un desarrollo sano.

- Proporciona anticuerpos contra infecciones gastrointestinales y respiratorias y contribuye al fortalecimiento del sistema inmunológico.
- Previene la aparición de sobrepeso, diabetes tipo 2, alergias en la infancia y la edad adulta.
- Reduce la presencia de caries y malformaciones dentales.
- La toma nocturna favorece el sueño, al estar dotada aminoácidos L- triptófano, que ayudan a regular el sueño de los niños y niñas.



Beneficios para quienes ejercen lactancia:

- La lactancia contribuye a prevenir la depresión postparto, producto de la oxitocina que se libera con la succión del pecho, provocando un estado de bienestar.
- Protege contra el desarrollo de cáncer de mama y de ovarios.
- Contribuye a la pérdida de peso.
- Previene el desarrollo de diabetes tipo 2.
- Contribuye a evitar el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.



Mitos asociados a la interrupción de la lactancia

A continuación, se presentan algunos mitos con relación a la lactancia:

MITOS	REALIDAD
La leche humana, pasado el año del niño y niña, no alimenta ya que es sólo agua.	La leche humana se modifica y adapta a los requerimientos nutricionales y de crecimiento de cada niño y niña.
Si el niño y niña no es amamantado de manera directa del pecho, no es lactancia.	Alimentar a niños y niñas con leche humana a través de mamadera, vasos u otro utensilio si constituye una forma de lactancia.
Cuando la persona que amamanta está enferma debe suspender la lactancia.	Es una instancia para traspasar anticuerpos al niño y niña y, además, la gran mayoría de medicamentos son compatibles con la lactancia. Solo se debe suspender cuando sea indicado por un profesional de la salud.
Si se vuelve a estudiar o trabajar se termina la lactancia.	Existen políticas nacionales que protegen la lactancia en el trabajo, tales como el derecho a una hora de lactancia diaria hasta los dos años del niño o niña, escogiendo la trabajadora o trabajador la modalidad del beneficio, en previo acuerdo con el empleador.
Los pechos blandos indican que ya no hay suficiente leche.	Los pechos llenos de leche son característicos de los primeros meses de lactancia y es probable que se vuelvan más blandos durante el transcurso de los meses. La producción se vuelve más eficiente ajustándose a los requerimientos de cada niño y niña.
Se debe acumular la leche en un pecho.	Dentro de lo posible, se debe alternar la lactancia o extracción de leche en ambos pechos, siempre vaciando completamente uno antes de seguir con el siguiente. Esta simple acción permite mantener una adecuada producción de leche, mientras que acumular leche en un pecho causa el efecto contrario, enviando el mensaje al cerebro de que no se requiere de más producción, pudiendo causar algunos problemas con la lactancia.



parvularia.mineduc.cl