

# Amamantar: una decisión de la mujer

## Breastfeeding: a woman's decision

María A. Gutiérrez-Torres, Luisa F. Zamora-Sandoval y María L. Mesa-Rubio

Recibido 23 octubre 2022 / Enviado para modificación 18 diciembre 2022 / Aceptado 28 diciembre 2022

### RESUMEN

La lactancia materna debe ser saludable y deseable tanto para las madres como para sus bebés. A pesar de ello, en este momento histórico, es necesario replantear el enfoque de la lactancia materna y examinar las razones socioculturales que la rodean. La lactancia materna es un derecho reproductivo protegido y promovido por múltiples organizaciones tanto en el país como en el mundo. Sin embargo, a pesar de estos esfuerzos, aún queda mucho por hacer para ofrecer a todas las mujeres, independientemente de su situación, un apoyo adecuado y el control sobre sus cuerpos y vidas, brindándoles una opción realista e informada.

Por lo tanto, se requiere una intervención multinivel de comunicación y sensibilización, donde las políticas integren diálogos con diferentes sectores de la sociedad para generar políticas apropiadas de apoyo a las madres lactantes, protección a las mujeres y una mayor conciencia en la sociedad sobre la lactancia materna, sin juzgar ni culpar a las mujeres. Todo esto tiene como objetivo garantizar los derechos humanos y la autonomía, que son componentes esenciales en la toma de decisiones de las mujeres sobre si desean amamantar o no a sus hijos.

En resumen, es importante reconocer la importancia de la lactancia materna y trabajar para superar las barreras socioculturales que dificultan su práctica, asegurando que todas las mujeres tengan acceso a la información y el apoyo necesarios para tomar decisiones informadas y empoderadas sobre la alimentación de sus hijos.

**Palabras Clave:** Lactancia materna; feminismo; derechos sexuales y reproductivos (*fuentes: DeCS, BIREME*).

### ABSTRACT

Breastfeeding is healthy and desirable for both mothers and their babies. However, at this historical moment, it is necessary to reconsider the approach to breastfeeding and examine the sociocultural reasons surrounding it. Breastfeeding is a reproductive right protected and promoted by multiple organizations both within the country and globally. Nonetheless, despite these efforts, there is still much to be done to provide all women, regardless of their situation, with adequate support and control over their bodies and lives, offering them a realistic and informed choice.

Therefore, a multi-level intervention of communication and awareness is required, where policies incorporate dialogues with different sectors of society to generate appropriate support policies for breastfeeding mothers, protection for women, and increased awareness in society about breastfeeding, without judging or blaming women. The aim of all this is to ensure human rights and autonomy, which are essential components in women's decision-making regarding whether they want to breastfeed their children or not.

In summary, it is important to recognize the significance of breastfeeding and work towards overcoming sociocultural barriers that hinder its practice, ensuring that all women have access to the necessary information and support to make informed and empowered decisions regarding the feeding of their children.

**Key Words:** Breastfeeding; feminism; reproductive rights (*source: MeSH, NLM*).

MG: Profesional en Gobierno y Asuntos Públicos. Minor en Ciencia Política. Minor en Administración de Empresas. Fundación Santa Fe de Bogotá. Bogotá, Colombia. [ma.gutierrez@uniandes.edu.co](mailto:ma.gutierrez@uniandes.edu.co)  
LZ: MD. Investigadora. Bogotá, Colombia. [lf.zamora10@uniandes.edu.co](mailto:lf.zamora10@uniandes.edu.co)  
MM: MD. Pediatra. M.Sc. Género. Sociedad y Política. Docente, Universidad de los Andes. Bogotá, Colombia. [ml.mesa72@uniandes.edu.co](mailto:ml.mesa72@uniandes.edu.co)



La lactancia materna es saludable, deseable y placentera tanto para las madres como para sus bebés. Asimismo, los beneficios que esta trae consigo para la madre y el infante han sido ampliamente demostrados. A pesar de ello, en este momento histórico, el término lactancia materna y todo lo que conlleva es un paradigma que debe reorientarse (1), y, para ello, es importante interrogarse sobre las razones socioculturales detrás de la lactancia materna más allá de las puramente biomédicas (2). Históricamente, la lactancia materna ha sido considerada como una elección exclusiva de la madre, una decisión que ella tomaba no en nombre de la naturaleza o la razón, sino para establecer un vínculo afectivo más estrecho con su hijo (3). Sin embargo, ¿en qué medida esta elección es verdaderamente propia, considerando que la política, las religiones, las culturas y otros aspectos contextuales afectan directamente las decisiones de las madres, que han sido influenciadas por su entorno (4)? Es por esta razón que a continuación se explorará brevemente la lactancia materna no solo como una práctica beneficiosa para los bebés, sino como una práctica actual que empodera y reconoce el valor de las mujeres y las madres.

Para empezar, la lactancia materna es un derecho reproductivo (5) que debería ser ejercido por las mujeres de una manera informada. Es por eso que, desde 1980, en la Convención sobre los Derechos del Niño, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) estableció en el artículo 24 que la lactancia materna debe ser conocida por todos los sectores de la sociedad, incluyendo los padres, madres, niños y niñas (5). Asimismo, en 2016, la misma organización reconoció la lactancia materna como un derecho humano que debe ser protegido (6). Además, en el país, en el Plan Decenal de Lactancia Materna 2021-2030, según la Declaración Conjunta de los Relatores Especiales sobre el Derecho a la Alimentación, el Derecho a la Salud, el Grupo de Trabajo sobre la Discriminación contra la Mujer y el Comité sobre los Derechos del Niño, se establece que la lactancia materna debe considerarse como un asunto de derechos humanos para las mujeres gestantes y lactantes, las madres, las niñas y los niños, siendo exclusiva hasta los seis meses y manteniéndose como mínimo hasta los dos años. Por lo tanto, debe ser protegida y promovida en beneficio de todos (7). La decisión de amamantar o no y durante cuánto tiempo es, en última instancia, de la mujer, un derecho plasmado en el artículo 12 de la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), donde se establece que los Estados deben garantizar a las mujeres los servicios apropiados durante su embarazo y lactancia, con el fin de eliminar la discriminación contra las mujeres gestantes y lactantes (8).

Sin embargo, a pesar del aumento de los derechos en esta área, sigue habiendo insuficiencia en proporcionar a todas las mujeres, independientemente de su condición socioeconómica, nivel educativo, oportunidades, sistema de salud y condiciones sociopolíticas, el apoyo y control necesarios sobre sus cuerpos y vidas para tomar decisiones responsables que respeten su dignidad y la de sus hijos (5). Existe la necesidad de una intervención multinivel e intersectorial de comunicación y sensibilización sobre la lactancia materna, con un enfoque en los derechos de las mujeres lactantes, la no discriminación hacia las mujeres gestantes y lactantes, y el derecho a una nutrición óptima para los niños (5). Esta intervención debe ser realista y abordar tanto los inmensos beneficios de la lactancia materna como las dificultades emocionales y económicas que implica para las mujeres que deciden amamantar de manera autónoma. Además de considerar los determinantes sociales de la salud, un enfoque interseccional sería beneficioso para abordar las condiciones que favorecen la lactancia materna.

La promoción de la lactancia materna debe incluir el trabajo en políticas que promuevan el bienestar físico, social y económico tanto de las madres como de los niños, y evitar cualquier efecto negativo para las mujeres que eligen amamantar (1). De esta manera, se garantizará que las decisiones de las mujeres de amamantar no resulten en la pérdida de su seguridad económica o de cualquier derecho o privilegio que les corresponda (9). Por lo tanto, es fundamental entablar diálogos con diferentes culturas, estratos socioeconómicos y contextos diversos para comprender a las mujeres en todo el país y poder formular políticas más efectivas a nivel nacional y departamental.

Por otro lado, no solo se necesitan más y mejores políticas; también es fundamental encontrar diferentes herramientas que brinden información imparcial sobre los costos y beneficios de la lactancia materna y sobre los costos y riesgos de la alimentación alternativa a la población (9). Todas las personas, no solamente las mujeres, deben tener conocimientos sobre lactancia materna y los beneficios de la leche humana, así como sobre los costos humanos y económicos que significa lactar no solo para la familia lactante, sino para la sociedad incluidos los sitios de trabajo. Por ejemplo, se ha demostrado que la lactancia materna tiene innumerables beneficios para los bebés, y es importante resaltar los significativos beneficios que también ofrece a las madres, como la reducción del riesgo de cáncer de mama, cáncer de ovario, hipertensión y enfermedades cardiovasculares (10,11). Además, durante la lactancia materna, se produce un aumento en los niveles de oxitocina, que no solo contribuye al vínculo afectivo entre madre e hijo, sino que también desempeña un papel en la regulación

del estrés, la depresión y la ansiedad materna a lo largo del tiempo (12). Sin embargo, es crucial difundir ampliamente esta información para no pasar por alto aspectos fundamentales de esta práctica.

De no informar debidamente a la población y de no mejorar las políticas, seguirán existiendo diversos argumentos en contra de la lactancia materna y la toma de decisiones estará sesgada por la desinformación. Por ejemplo, se ha expuesto que la promoción de la lactancia materna ha impuesto la culpa materna de manera inapropiada, enfatizando el papel de la culpa en la restricción de la autonomía de las mujeres e imponiendo la regulación del cuerpo materno. Se ha establecido también que en una cultura heteronormativa que pone tanto énfasis en los senos como objetos sexuales, una mujer que amamanta a su bebé constantemente se ve como desexualizada en el acto desinteresado de nutrir a su bebé (12). No obstante, para que estos argumentos pierdan valor, y para que la lactancia materna sea un proceso social y biológico en el que la mujer tenga verdaderamente el derecho a la libre determinación, es necesario que sea correctamente conocida y defendida. De esta forma, las mujeres se empoderarán cuando se reconozca el valor tanto de su trabajo productivo como reproductivo (10). Con un cambio en los derechos y las políticas, las mujeres podrán amamantar con orgullo en público y la sociedad comprenderá que cualquier violación de su derecho a amamantar es una violación de sus derechos como mujer.

No obstante, esta no es una responsabilidad exclusiva del Estado ni del Gobierno colombiano. Es una labor en la que la corresponsabilidad de la sociedad, las comunidades, las familias, los sectores públicos y privados, la industria y los medios de comunicación es fundamental. Todos debemos contribuir para que no sea necesario que las mujeres que amamantan tengan que luchar por su derecho a hacerlo, sino que sea una tarea conjunta donde cada persona, desde su rol y función, trabaje para que cada mujer pueda tomar decisiones autónomas sobre la forma de alimentar a sus bebés. Esta elección debe basarse en los beneficios y desventajas de los diferentes métodos de alimentación, siempre respetando la decisión de la mujer de manera libre de prejuicios (13). La lactancia materna es beneficiosa tanto para la mujer como para el bebé, así como para las familias, las comunidades y los gobiernos, y también contribuye al cuidado del medio ambiente (11).

Al reconocer esto, se podrán desarrollar políticas que protejan a las mujeres gestantes y lactantes no solo como madres, sino como mujeres en su totalidad ♣

## REFERENCIAS

1. McCarter-Spaulding D. Is Breastfeeding Fair? Tensions in Feminist Perspectives on Breastfeeding and the Family. *J Hum Lact* [Internet]. 2008 [citado 09 de agosto de 2022]; 24(2):206-212. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/0890334408316076>.
2. Meyer DE, De Oliveira DL. Breastfeeding policies and the production of motherhood: a historical-cultural approach. *Nurs Inq* [Internet]. 2003 [citado 07 de agosto de 2022]; 10(1):11-18. Disponible en: <https://doi.org/10.1046/j.1440-1800.2003.00154.x>.
3. Oiberman A. Historia de las madres en occidente: repensar la maternidad [Internet]. *Psicod debate*. 2005 [citado 11 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3B2KnR5>.
4. Thulier D. Breastfeeding in America: A History of Influencing Factors. *J Hum Lact* [Internet]. 2009 [citado 09 de agosto de 2022]; 25(1):85-94. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/0890334408324452>.
5. Organización de las Naciones Unidas (ONU). Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer [Internet]. Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR). 1979 [citado 07 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3Q5HrYI>.
6. La lactancia materna debe considerarse como una cuestión de derechos humanos para bebés y madres [Internet]. *Noticias ONU*. 2016 [citado 10 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3RuPE9D>.
7. Fundación Salutia. Plan Decenal de Lactancia Materna y Alimentación Complementaria (PDLMAC) 2021-2030. Bogotá D.C.: Fundación Salutia; 2021.
8. United Nations Human Rights. Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR) Report 2016 [Internet]. Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR). 2016 [citado 10 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3CRE30I>.
9. Labbok MH, Smith PH, Taylor EC. Breastfeeding and feminism: A focus on reproductive health, rights and justice. *Int Breastfeed J* [Internet]. 2008 [citado 11 de agosto de 2022]; 3(1):8. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/1746-4358-3-8>.
10. Van Esterik P. Lactancia materna: un asunto feminista [Internet]. *World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)*. [citado 08 de agosto de 2022]; Disponible en: <https://bit.ly/3q6ngPb>.
11. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Semana Mundial de la Lactancia Materna 2020 - OPS/OMS [Internet]. OPS. 2020 [citado 13 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3qyI9TD>.
12. Benoit B, Goldberg L, Campbell-Yeo M. Infant feeding and maternal guilt: The application of a feminist phenomenological framework to guide clinician practices in breast feeding promotion. *Midwifery* [Internet]. 2016 [citado 13 de agosto de 2022]; 34:58-65. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2015.10.011>.
13. Cárdbaga García RM, Muñoz Conejero E, Cárdbaga García I. Reflexiones sobre la lactancia materna desde el feminismo. *Enferm Clínica* [Internet]. 2019 [citado 11 de agosto de 2022]; 29(5):323-4. Disponible en: <https://shorturl.at/iCHNS>.