

Lactancia materna en el ISSSTE: nutrición y desarrollo

Posted on 5 de agosto de 2026 by José Jesús Flores Castro



Por: José Jesús Flores Castro

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. - En el marco de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, es necesario ampliar la manera en que entendemos el amamantamiento. La lactancia suele reconocerse por su valor nutricional y por la protección que ofrece frente a diversas enfermedades; sin embargo, también constituye una de las primeras experiencias de neurodesarrollo. Mientras el bebé se alimenta, su cerebro recibe el olor de la madre, escucha su voz, siente su piel y percibe sus movimientos. Lactar es ofrecer al sistema nervioso infantil una experiencia repetida de seguridad, regulación corporal, comunicación y vínculo afectivo.

Después del nacimiento, los estímulos asociados con la lactancia se encuentran entre las primeras experiencias organizadas que recibe el cerebro infantil. El olor materno orienta al recién nacido hacia el pecho; el contacto piel con piel transmite temperatura y presión; la voz de la madre reactiva patrones auditivos reconocidos durante la gestación. Al mismo tiempo, la succión, la deglución y la respiración ponen en funcionamiento sistemas motores, sensoriales y autónomos todavía inmaduros. La lactancia se convierte así en una experiencia inicial de nutrición, integración sensorial y aprendizaje cerebral.

La leche materna es un alimento biológicamente especializado. Contiene agua, proteínas, grasas, lactosa, vitaminas, minerales, anticuerpos, enzimas, hormonas y otros componentes bioactivos. Durante los primeros seis meses puede cubrir los requerimientos nutricionales del bebé y contribuir a protegerlo frente

a infecciones gastrointestinales, respiratorias y del oído. El ISSSTE recuerda que la lactancia materna exclusiva es la alimentación recomendada desde el nacimiento hasta los seis meses y que, posteriormente, puede continuar con alimentos complementarios apropiados.

Las grasas presentes en la leche son especialmente importantes para el sistema nervioso. Durante los primeros meses, el cerebro crece con rapidez, establece conexiones neuronales y avanza en la formación de mielina, sustancia que recubre las prolongaciones neuronales y facilita la transmisión de los impulsos nerviosos. La alimentación temprana aporta materiales necesarios para formar membranas neuronales y estructuras relacionadas con la visión, el movimiento, la atención y el aprendizaje. La bibliografía especializada ha señalado asociaciones entre el amamantamiento y diferencias favorables en la sustancia blanca, la mielinización y algunas capacidades motoras, lingüísticas y ejecutivas.

Pero la influencia de la lactancia no se limita a los nutrientes. El recién nacido llega al mundo con un sistema nervioso que todavía no regula plenamente la temperatura, la respiración, el sueño ni la respuesta al estrés. En cada toma ocurre una secuencia reguladora: el bebé siente hambre, busca el pecho, es sostenido, comienza a succionar, recibe alimento y alcanza gradualmente la saciedad. Su cerebro relaciona una sensación interna con una respuesta externa protectora.

Este proceso se conoce como correulación. Antes de tranquilizarse por sí mismo, el bebé necesita una respuesta sensible que ayude a organizar sus estados fisiológicos y emocionales y siente las bases de la autorregulación.

Uno de los aspectos menos conocidos, pero más importantes, es que durante la lactancia el cuerpo materno funciona como un entorno sensorial completo. La neurociencia del desarrollo describe esta interacción como sincronía biocomportamental. El calor, el tacto, el olor, el ritmo cardíaco, la respiración y la alimentación generan señales coordinadas que ayudan a orientar sistemas inmaduros relacionados con el estrés, el sueño, la atención y la exploración.

El olor materno ocupa un lugar fundamental. Durante la gestación, el feto entra en contacto con sustancias aromáticas presentes en el líquido amniótico. Después del nacimiento, encuentra continuidad entre esos estímulos y los olores de la piel, el calostro y la leche. El aroma de la madre orienta al recién nacido hacia el pecho, activa sus movimientos de búsqueda y se asocia con alimento, calor y alivio.

La voz materna enlaza la vida prenatal con el mundo exterior. Durante el último trimestre de la gestación, el feto puede percibir su ritmo y entonación. Después del nacimiento, esa voz resulta conocida. Cuando la madre habla, canta o arrulla mientras amamanta, estimula los circuitos auditivos del bebé, que aún no comprende las palabras, pero reconoce la musicalidad del lenguaje y sus cambios de tono.

La piel constituye otro canal decisivo. El tacto es uno de los primeros sentidos que se desarrollan. Cuando el recién nacido permanece sobre el pecho materno, sus receptores cutáneos captan temperatura, presión, textura y movimiento. Esta estimulación contribuye a estabilizar la temperatura corporal, organizar la respiración y disminuir el llanto.

El contacto piel con piel no es un complemento superficial, sino una señal biológica que llega al sistema

nervioso y participa en la construcción del vínculo. Antes de comprender palabras, el niño reconoce la forma en que es sostenido y la suavidad de las caricias. Así comienzan las primeras formas de comunicación afectiva y se establecen bases para el desarrollo del cerebro social.

Mientras se alimenta, el bebé percibe los latidos, la respiración y los movimientos maternos. El balanceo estimula el sistema vestibular; la posición corporal aporta información propioceptiva y el hambre y la saciedad generan información interoceptiva.

En una sola toma se integran nutrición, olfato, audición, tacto, movimiento, propiocepción e interocepción. El cerebro relaciona el olor con la presencia materna, la voz con el contacto, el contacto con la llegada de la leche y la alimentación con la disminución del hambre. Esta convergencia convierte la lactancia en una experiencia de aprendizaje cerebral temprano.

En este contexto, el ISSSTE desarrolla acciones para promover, proteger y sostener la lactancia materna entre su población derechohabiente. Desde la atención prenatal, el personal médico y de enfermería informa sobre sus beneficios, orienta acerca del agarre y las posiciones adecuadas y enseña técnicas de extracción y conservación. En las unidades hospitalarias, brinda acompañamiento durante el puerperio, atiende dificultades de succión, postura, dolor o producción de leche y favorece el contacto temprano cuando las condiciones clínicas lo permiten.

El ISSSTE cuenta con salas de lactancia en unidades médicas y administrativas. Estos espacios permiten amamantar o extraer leche en condiciones de privacidad, seguridad e higiene, con mobiliario y refrigeradores que facilitan el proceso. Su existencia ayuda a que la reincorporación laboral o la realización de trámites no obliguen a interrumpir la lactancia.

Al director general del ISSSTE, Martí Batres Guadarrama, le interesa especialmente fortalecer este componente de la atención materno-infantil. Ese interés se ha expresado en acciones concretas: en enero de 2025 supervisó e inauguró la rehabilitación de las salas de lactancia del Hospital Regional “1° de Octubre”, y durante su gestión se han fortalecido espacios destinados a garantizar el derecho de las madres a amamantar y de los bebés a recibir leche materna. Esta orientación coincide con una de sus declaraciones centrales: “Transformamos al ISSSTE porque la salud es un derecho”. Aplicada a la lactancia, esa convicción significa que no basta con recomendar a las madres que amamenten; es indispensable ofrecer información, acompañamiento profesional, infraestructura y condiciones laborales que hagan posible sostener esta práctica.

En algunas unidades existen lactarios para apoyar a recién nacidos hospitalizados, especialmente prematuros o con bajo peso. Las Estancias para el Bienestar y Desarrollo Infantil también contribuyen a dar continuidad al cuidado cuando las madres regresan al trabajo.

La Semana Mundial de la Lactancia Materna recuerda que promover esta práctica exige servicios preparados, personal capacitado, espacios adecuados, información científica y condiciones institucionales que permitan sostenerla. Para el ISSSTE, esta tarea forma parte de una política de salud que comienza desde el embarazo, acompaña el nacimiento y continúa durante los primeros años de vida.