

Editorial

Lactancia materna y prevención de la obesidad infantil en Sonora

Breastfeeding and prevention of childhood obesity in Sonora

Héctor Manuel Esparza-Ledezma.
Pediatra-neonatólogo,
Director General del Hospital Infantil del Estado de Sonora (HIES).
Correo electrónico: dresparzaledezma@gmail.com

La leche materna es el único alimento específico, diseñado para satisfacer las necesidades del recién nacido a través de la adecuación de su contenido en micro-macronutrientes y componentes bioactivos. Todo ello, en función de las características del vínculo madre e hijo.

En México la prevalencia de Lactancia Materna Exclusiva (LME) es de 28%, una de las más bajas en la región de las Américas. La tasa global de LME alcanza 40%, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), y claramente se ha establecido que si se logran tasas de más de 50% de LME en el mundo, se evitarían hasta 823,000 muertes de niños de 0 a 5 años. Es en el periodo de los primeros 1,000 días de vida, durante la etapa gestacional y los primeros 2 años de vida postnatal, cuando podemos incidir de manera directa con acciones de prevención temprana en la morbi-mortalidad infantil y evitar enfermedades a largo plazo de alto costo social y económico.^{1,2}

Resultados de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2018, revelaron que Sonora se ubica dentro de los 14 estados por debajo de la media nacional en duración de lactancia materna no exclusiva con 7.5 meses.³ Una de las preocupaciones en nuestro estado es la obesidad infantil; algunos estudios han descrito que hasta 40% de los niños y 35% de las niñas sufren de exceso de peso. Uno de los efectos beneficiosos para la salud asociados con la lactancia prolongada, es una disminución de 13% en el riesgo de desarrollar sobrepeso y obesidad en comparación con los infantes alimentados con fórmula.⁴

La lactancia materna ejerce su beneficio a través de un efecto epigenético, sin embargo, aunque nuestra comprensión de los bioactivos –compuestos no nutricionales de la leche materna y sus cambios dinámicos–, ha mejorado, la complejidad de la composición de la leche materna y los mecanismos sinérgicos responsables de sus efectos biológicos de por vida aún son desconocidos.

Una mayor comprensión de los factores que contribuyen a la regulación del apetito de los recién nacidos, como la programación metabólica a largo plazo, el conocimiento de los compuestos nutricionales y no nutricionales, la asociación de la dieta materna y su impacto en los componentes de la leche, nos daría la oportunidad de desarrollar estrategias adecuadas, dirigidas a la prevención de la obesidad.

Investigaciones recientes se han centrado en las hormonas y compuestos de la leche humana implicados en la regulación del apetito y la adiposidad, con el objetivo de identificar los factores que modulan su concentración a lo largo de la lactancia y así dilucidar su relevancia dentro del crecimiento acelerado durante la lactancia y el desarrollo de sobrepeso y obesidad de estos lactantes.

Las principales hormonas implicadas con el hambre, depósito de grasa y tejido adiposo, además del metabolismo tisular son la leptina, ghrelina, IGF-1, adiponectina e insulina. La presencia de concentraciones elevadas de leptina en leche materna se ha asociado inversamente con adiposidad global y grasa en el tronco a los 6 meses de edad, al parecer con un efecto temporal. La ghrelina es considerada como “la hormona del hambre” y algunos autores han señalado una correlación positiva entre la ghrelina en leche materna y el aumento de peso de los bebés en los primeros dos meses de edad. En cuanto a la composición nutricional de la leche materna, ésta puede variar en diferentes regiones del planeta y es la dieta materna lo que contribuye a estos cambios.⁵

El consumo de alimentos y multivitamínicos ricos en folato, colina, betaína y vitaminas del complejo B, se asocia con la metilación de los genes relacionados con el crecimiento, metabolismo y control del apetito, y parecen modular el crecimiento acelerado en los niños alimentados con LME. Aún nos falta comprender todos los mecanismos del papel protector de la leche materna en el desarrollo de obesidad infantil y los mecanismos del crecimiento acelerado en los niños con lactancia materna. Pero un mayor conocimiento de los factores sociales y nutricionales de las madres que dan lactancia materna podría contribuir a desarrollar acciones que mejoren el crecimiento y desarrollo de los niños que reciben leche materna.

En este número del BCHIES, además del resto de trabajos publicados de interés pediátrico, se presenta una excelente revisión sobre el tema que, seguramente, ofrecerá bases para el desarrollo de protocolos de investigación, destinados finalmente a mejorar el panorama actual nutricional en nuestra población infantil y con ello de la población general en el futuro.

REFERENCIAS

1. Indiro F, Mastrolla SA, et al. Epigenetics Matters: The link between early nutrition microbiome, and long-term health development. *Front Pediatr.* 2017; 5: 178. Recuperado de <https://doi.org/10.3389/fped.2017.00178>
2. UNICEF/INSP. *Prácticas de Lactancia Materna en México*; 2017.
3. INEGI. *Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2018*. Recuperado de inegi.org.mx/programas/ENADID/2018/
4. Quizan-Plata T, Álvarez-Hernández G, et al. Obesidad infantil: El poder de la alimentación y la actividad física. *Revista Universidad de Sonora.* 2008 (22): 11-14.
5. Mazzocchi A, Gianni ML, et al. Hormones in Breast Milk and effects on infants Growth. A Systematic Review. *Nutrients.* 2019; 11: 1845. doi: 10.3390/nu11081845