

Intervenciones de asesoramiento conductual para apoyar la lactancia materna

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (USPSTF) revisó estudios sobre asesoramiento conductual para apoyar la lactancia materna durante el embarazo y después del parto.

La declaración de recomendaciones considera que la lactancia materna es la alimentación del lactante con el pecho o con un biberón con leche materna.¹ Pocos estudios de intervenciones incluidos en la revisión del USPSTF examinaron los efectos directos de la lactancia en la salud. Sin embargo, otras investigaciones han demostrado que la lactancia materna puede reducir el riesgo de otitis media aguda, asma, aumento de peso y obesidad, leucemia infantil y diabetes tipo 1 en los niños. Otros estudios previos también han demostrado que la lactancia materna puede reducir el riesgo de las madres de padecer cáncer de mama y de ovario, hipertensión y diabetes tipo 2.

Lactancia materna en los EE. UU.

Hasta 2021, solo el 59.8 % de los lactantes estadounidenses de 6 meses eran amamantados y solo el 27.2 % eran amamantados exclusivamente. La meta de EE. UU. a nivel nacional es que el 42.4 % de los bebés sean amamantados hasta los 6 meses y que el 54.1 % sea amamantado al menos parcialmente hasta el primer año de vida.

Las tasas de lactancia materna más bajas en los EE. UU. se informan entre las madres negras, menores de 30 años, solteras o que viven fuera de las áreas metropolitanas; las madres cuyo nivel educativo más alto es la escuela secundaria; y las madres que participan en el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC). Las madres recientes que pertenecen a grupos minoritarios raciales y étnicos podrían tener menos probabilidades de recibir apoyo para la lactancia materna que las madres blancas. Además, es menos probable que algunas áreas geográficas de los EE. UU. tengan centros de parto que respalden las prácticas de lactancia materna poco después del nacimiento.

Asesoramiento conductual para apoyar la lactancia materna

Las intervenciones que ayudan a aumentar las tasas de lactancia materna incluyen educación y apoyo. Programas educativos que generalmente proporcionan información general sobre la lactancia materna centrada en sus beneficios, las estrategias prácticas para amamantar, como el agarre del pezón, y el manejo de complicaciones frecuentes. Los programas educativos también pueden incluir a familiares.

Los programas de apoyo, a menudo a cargo de personal de enfermería, parteras, médicos clínicos, profesionales de atención de la lactancia y pares capacitados, pueden analizar los beneficios de la lactancia materna y proporcionar aliento, tranquilidad y oportunidades para abordar preguntas y problemas relacionados con la lactancia materna. Las observaciones en torno a la lactancia pueden permitir que las madres recientes aprendan a posicionar al bebé y entiendan el agarre del pezón.

Los programas de apoyo que se brindan durante los períodos prenatal, periparto y posparto tienden a ser más efectivos que aquellos limitados a un único período, como un solo trimestre del embarazo. Las embarazadas y las madres recientes pueden participar individualmente, en grupo, en persona o de forma remota por video, teléfono o mensaje de texto, durante una visita domiciliaria, o en un hospital o consultorio médico.

La lactancia materna proporciona beneficios para la salud de los lactantes y de las madres.

Recomendación del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.

El USPSTF recomienda intervenciones para apoyar la lactancia materna en todas las adolescentes y las adultas que estén embarazadas o en la etapa de posparto.

Las intervenciones que ayudan a aumentar las tasas de lactancia materna incluyen lo siguiente:

- ▶ **Programas educativos** que proporcionan información general sobre la lactancia materna centrándose en sus beneficios, las estrategias para amamantar, como el agarre del pezón, y el manejo de complicaciones frecuentes.
- ▶ **Programas de apoyo** a cargo de personal de enfermería, parteras, médicos clínicos, profesionales de atención de la lactancia y pares capacitados.



Ventajas y desventajas del asesoramiento conductual para la lactancia materna

La revisión del USPSTF halló que las tasas de lactancia materna fueron significativamente más altas entre las madres recientes que participaron en intervenciones de asesoramiento conductual en comparación con aquellas que no recibieron este apoyo. Estas intervenciones también se asociaron con mayores tasas de lactancia materna exclusiva entre las madres recientes. Además, en 22 estudios se informó que las madres que recibían asesoramiento conductual sobre la lactancia materna tenían menos problemas para amamantar (incluida la mastitis y el dolor en los pezones o las mamas).

Se informó un posible daño por intervenciones de asesoramiento conductual en solo 1 estudio, en el que algunas madres manifestaron sentirse más ansiosas y menos confiadas que aquellas que no participaron en esta intervención de asesoramiento.

¿Se debe utilizar el asesoramiento conductual para la lactancia materna?

El USPSTF concluyó que las intervenciones de asesoramiento conductual en la atención primaria tienen un beneficio neto moderado. El USPSTF recomienda que los médicos clínicos de atención primaria realicen intervenciones o derivaciones para apoyar la lactancia materna en todas las adolescentes y adultas que estén embarazadas o en la etapa de posparto.

PARA MÁS INFORMACIÓN

- [Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. \(US Preventive Services Task Force\)](#)
- [American College of Obstetricians and Gynecologists](#)

Autora: Rebecca Voelker, MSJ

Publicado en línea: 8 de abril de 2025.

doi:[10.1001/jama.2025.4144](https://doi.org/10.1001/jama.2025.4144)

Afiliaciones de la autora: escritora colaboradora, *JAMA*.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses: no se informó ninguna.

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla

con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.

1. Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. Primary care behavioral counseling interventions to support breastfeeding: declaración de recomendaciones del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. *JAMA*. Publicado en línea el 8 de abril de 2025. doi:[10.1001/jama.2025.3650](https://doi.org/10.1001/jama.2025.3650)