



La Asociación Española de Pediatría se suma a otras sociedades científicas para matizar tres recomendaciones de la OMS sobre la lactancia materna.



La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha publicado [una guía actualizada](#) sobre alimentación complementaria, cuyo objetivo es ofrecer directrices globales de salud pública proporcionando recomendaciones para lactantes alimentados o no con leche materna.

El Comité de Nutrición y Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría (AEP) y la Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica (SEGHNP) se han sumado a las enmiendas que la European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) y otras 10 organizaciones pediátricas internacionales han realizado a dicha guía.

Las organizaciones pediátricas valoran de forma positiva el documento, pero han emitido algunas consideraciones matizando ciertas recomendaciones. Los pediatras europeos opinan que algunas afirmaciones deben adaptarse en función del contexto, pues la guía va dirigida tanto a países de ingresos bajos, como medios y altos.

Las propuestas que se matizan son: la continuación de la lactancia materna de forma generalizada en el segundo año de vida, el uso de leches de origen animal en lactantes menores de 12 meses y la edad de introducción de la alimentación complementaria en lactantes.

1. Lactancia más allá de los dos años

- ¿Qué recomienda la OMS?

La lactancia materna debe continuar hasta los 2 años o más.

- Matizaciones:

En ausencia de pruebas sólidas, se sugiere que la decisión de continuar la lactancia materna durante el segundo año de vida recaiga en la familia, y en concreto en la madre y el lactante. La continuación de la lactancia materna durante el segundo año de vida podría ser un objetivo deseable para algunas familias y niños, dependiendo de factores individuales, la elección personal y el entorno.

2. Uso de leche animal

- ¿Qué recomienda la OMS?

Para los lactantes de 6 a 11 meses de edad alimentados con leches distintas de la leche materna, pueden utilizarse fórmulas lácteas o leche animal.

- Matizaciones:

Esta recomendación podría contribuir involuntariamente a alteraciones nutricionales. Para evitarlo, se propone que las recomendaciones sobre el uso de leche animal sean específicas para cada contexto, ya que el nivel de evidencia científica es bajo.

- En lactantes de 6 a 12 meses: Lo ideal sería continuar con la **lactancia materna junto con alimentos complementarios**, pero si no se dispone de leche materna, se sugiere el consumo de **fórmulas infantiles junto con alimentos complementarios**, para reducir el riesgo de carencias nutricionales, ya que

proporcionan un perfil nutricional más adaptado a los lactantes humanos que la leche no modificada de otros mamíferos.

Si las **fórmulas infantiles no estuvieran disponibles**, no fueran asequibles o no se pudieran preparar de forma segura, puede utilizarse **leche animal entera**, pero es importante **no dar cantidades excesivas** porque podría fomentar carencias de hierro y aumentar la pérdida de sangre gastrointestinal.

- Después de los 12 meses: **La lactancia materna debe continuar como parte de una dieta saludable, si la madre y el niño lo desean.** En general, la leche animal es segura y puede utilizarse junto con otras estrategias para optimizar la ingesta nutricional. En niños de 1 a 3 años no es necesario el uso rutinario de fórmulas para niños pequeños o leches enriquecidas, sin embargo, pueden utilizarse como parte de una estrategia para aumentar la ingesta de hierro, vitamina D y Ácidos Grasos Poliinsaturados n-3 (AGPI n-3), al tiempo que se reduce la ingesta de proteínas en comparación con la leche de vaca no enriquecida. Esa es una opción en aquellos entornos en los que están disponibles y son asequibles, y donde el sobrepeso y la obesidad son motivo de preocupación. Los preparados de continuación podrían utilizarse con el mismo fin, pero conviene recalcar que es necesario regularlos para garantizar una composición adecuada.

3. Edad de introducción de la alimentación complementaria

- ¿Qué recomienda la OMS?

En los lactantes debe **introducirse la alimentación complementaria a los 6 meses (180 días) mientras continúan con la lactancia materna.**

- Matizaciones:

Se considera un objetivo deseable la **lactancia materna exclusiva o predominante durante aproximadamente 6 meses**. La alimentación complementaria, por razones nutricionales y de desarrollo del niño, **no se debe introducir antes de los 4 meses de vida (17 semanas), ni se debe retrasar más allá de los 6 meses**. En pacientes afectados de alergias alimentarias, los alimentos alergénicos como el huevo o el cacahuete pueden introducirse cuando se inicia la alimentación complementaria, en cualquier momento después de los 4 meses (17 semanas), en un formato que el niño acepte en función de su desarrollo psicomotor.

Para más información: <https://www.aeped.es/noticias/aep-se-suma-sociedad-europea-gastroenterologia-hepatologia-y-nutricion-pediatrica-matizar-tres>

Artículo publicado el 9-12-2024, revisado por última vez el 9-12-2024

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/asociacion-espanola-pediatria-se-suma-otras-sociedades-cientificas>