

► **María del Carmen Tuñón Higuera** • Monitora de Lactancia Materna

“La leche materna previene el cáncer infantil y la diabetes”

■ “En cinco meses he recibido ya cerca de cien llamadas”

■ “El mayor temor es creer que se van a quedar sin leche”

■ “La lactancia eleva el coeficiente intelectual”

MONTAÑA JIMÉNEZ CORTÉS ■ JAÉN

Jaén cuenta, desde el mes de septiembre pasado con una monitora de lactancia materna, perteneciente a la organización no gubernamental La Liga de la Leche. Es la segunda provincia andaluza, junto con Málaga, que cuenta con esta figura.

—¿En qué consiste su cometido como monitora?

—Ayudar a las madres que desean amamantar a sus bebés sobre todas aquellas dudas que se les plantean. Para ello celebramos una reunión mensual, en la que, a modo de coloquio, se transmiten experiencias.

—¿Cuál es el proceso de formación de una monitora?

—Lo primero que se precisa es ser madre que haya amamantado a su hijo, al menos un año. Posteriormente, la formación se realiza a través de manuales, bajo la tutela de una coordinadora, que hace un seguimiento de los avances de las aspirantes. El tiempo de este proceso se desarrolla a lo largo de un año, aproximadamente, según los casos, y finaliza con una prueba que tiene que superar, en donde se plantean situaciones prácticas que se pueden dar.

—¿En qué principios se basa La Liga de la Leche?

—Todo lo que nosotras decimos tiene una base científica detrás y se siguen las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud o de Unicef.

—Cuando se plantea un problema de salud que obliga al destete, ¿cómo actúa?

—A veces, los médicos aconsejan el destete cuando surgen problemas determinados y a lo mejor hay otra alternativa. Nosotros tratamos de buscar esa al-



María del Carmen Muñoz, en su casa, donde desarrolla su actividad.

ternativa y luego será cada madre la que decida qué hacer. Ante todo, nosotras nos basamos en el respeto: hay que respetar tanto a la madre que decide dar el biberón, como a las que quieren dar el pecho.

—¿A cuántas madres ha atendido desde septiembre en Jaén?

—El volumen aún no es muy grande, aunque llamadas he recibido ya unas cien y atendidas en las reuniones, alrededor de unas cincuenta madres.

—¿Cuáles son las dudas más generalizadas?

—El temor más extendido entre las madres es el creer que se va a quedar sin leche, y esto no es cierto. Partimos de la base de que todas las madres pueden amamantar, lo que ocurre es que hay que darle la oportunidad al cuerpo para que la produzca: colocar bien al niño, o evitar la interferencia del uso de chupetes o del biberón al principio, ayuda a que el bebé

La Liga de la Leche funciona desde 1956

JAÉN ■ Una asociación con cuarenta y ocho años de antigüedad. La Liga Internacional de la Leche es una organización no gubernamental, sin ánimo de lucro, cuyo objetivo es proporcionar información y apoyo a aquellas madres que desean amamantar a sus bebés, según afirma María del Carmen Tuñón Higuera.

En la actualidad, está activa en 65 países, con más de ocho mil monitoras voluntarias, que ayudan a unas 100.000 madres todos los meses. Las representantes de La Liga de la Leche, las monitoras, son madres que han amamantado a sus hijos y han recibido una formación sobre diferentes aspectos de la lactancia materna. Tras la formación, prestan ayuda “madre a madre” a través de consultas por teléfono y en reuniones mensuales sobre aspectos de la lactancia. La Liga tiene un consejo formado por 42 profesionales, que funcionan como organismo de consulta. ■ M. J. C.

aprenda a mamar bien y a estimular el pecho para que genere la leche que necesita.

—¿Qué beneficios tiene la lactancia materna?

—En el bebé, está comprobado que reduce la diabetes, el cáncer infantil y también en el futuro. Hay un estudio en el que se afirma que la leche materna mata las células cancerígenas. En general, los niños sufren menos infecciones y disponen de un cociente intelectual más alto, entre otros. ■