

# Aquesta és la notícia més llegida d'avui a La Torre

*La presidenta del Comitè de Lactància de l'Hospital Universitari Mútua de Terrassa explica que gairebé totes les dones poden donar el pit al seu nadó*



Doctora Rosa Puigarnau, a la Mútua de Terrassa | A.M.

L'Hospital Universitari Mútua Terrassa ( <https://www.mutuaterassa.com/>) (HUMT) organitza aquest dijous 28 de juny una nova conferència del cicle de "Dijous de Mútua", aquesta vegada centrada en la lactància materna. La conferència, sota el títol "Alletar és salut!" es fa a les 18h a l'edifici docent, és gratuïta i està oberta a tota la ciutadania. Per saber una mica més sobre alletament matern, parlem amb la Dra Rosa Puigarnau, pediatra i presidenta del Comitè de Lactància de l'HUMT.

## - Quin és l'objectiu de la conferència de dijous?

- La idea de la promoció de la lactància materna des dels àmbits sanitaris és donar el coneixement i les eines necessàries sobre l'alletament matern, encara tan desconegut?

## - Per què, tot i ser tan natural, en sabem tan poc?

- Perquè durant la dècada dels setanta van sortir totes les fórmules d'alletament artificials i amb la incorporació de la dona al món del treball, alletar es va anar relegant i va quedar en segon terme. Hi havia tota una indústria al darrera que va provocar que durant uns anys taxa de lactància materna en els països desenvolupats fos molt baixa.

**- Quins beneficis té?**

- La lactància materna s'ha vist que és el més bo pels nens, les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) és fer una lactància materna exclusiva fins als 6 mesos del nadó i es recomana fins als dos anys, o més, segons el desig de la mare. No obstant això, actualment a Espanya la baixa maternal és de setze setmanes, un temps que no s'ajusta a les recomanacions de l'OMS.

**- Quins problemes pot tenir alletar?**

- El principal problema és que culturalment no hem vist mai alletar, no sabem agafar un nadó. En canvi, a una dona d'un país africà, per exemple, no li has d'explicar com s'agafa un nen.

**- És difícil alletar?**

- Sempre poden haver-hi problemes, la posició, hi ha mares que no es troben bé, hi ha nens que tenen un frenet a la llengua i cal ajudar a les mares perquè socialment hem perdut l'instint d'alletar.

**- Tothom pot fer-ho?**

- En general, la majoria de dones poden fer-ho menys en alguns casos puntuals de malalties molt concretes, que no tinguis mama o pel VIH. Inclús dones que no han sigut mare poden alletar, sobreestimulant el pit pots tenir llet. Està descrit que un mariner que feia les Amèriques va aconseguir alletar el seu fill quan la seva dona va morir.

**- Quins tabús encara hi ha?**

- Abans et feien fora d'un restaurant per estar alletant. Tot això ha evolucionat però encara notes que si estàs donant a mamar, els del costat a vegades marxen i és la cosa més natural del món.

**- Què s'està fent per promocionar l'alletament matern?**

- Per exemple, a Mútua Terrassa tenim un model transversal amb tots els pediatres dels CAP que depenen de Mútua, acompanyar-los durant tot el procés de la lactància, des que neixen, el temps que estan ingressats i després, quan ja estan a casa. Hi ha uns tallers de lactància a diferents CAP perquè puguin resoldre dubtes. També els fem saber que el fet que el teu fill siguin les quatre de la matinada i no està menjant, és una urgència. Com a societat hem de fer que l'alletament es normalitzi i per aconseguir-ho, falta suport.

**- Què cal canviar?**

- No tenim cultura de l'alletament. Les llevadores que fan els cursos prepart es troben que en general les dones només estan pendents del part i el part és el de menys perquè només és un esprint, després és quan comença tot, amb la lactància. Hi ha moltes mares que no tenen pensat a quin pediatra aniran o que no són conscients del què significa alletar. Les nostres besàvies estaven un mes al llit, ara volem fer de tot de seguida, no ens deixem ajudar ni per les nostres mares, i la lactància vol suport de la família, de la sanitat, etc.