



Comunicación. Prevención y promoción de la salud

Lactancia frustrada. Cuando la lactancia dura menos de lo deseado

Eduarne Ciriza Barea^a, Andrea Codoñer Canet^b, Marta Gómez-Fernández Vegue^c,
Elia Oliva González^d, Marta Sánchez Mena^e, Miguel Menéndez^f

^aHospital Universitario de Navarra. Pamplona. Asociación Española de Lactancia Materna (AELAMA). Madrid. España.

^bHospital Universitario de La Plana. Villarreal. Castellón. Asociación Española de Lactancia Materna (AELAMA). Madrid. España.

^cCS Ensanche de Vallecas. Asociación Española de Lactancia Materna (AELAMA). Madrid. España.

^dCS Los Alpes. Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal. Madrid. España.

^eConsulta privada. Zaragoza. Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal. Madrid. España.

^fIndependiente. Asociación Española de Lactancia Materna (AELAMA). Madrid. España.

Publicado en Internet:
26-mayo-2025

Eduarne Ciriza Barea:
edurne.ciriza.barea@gmail.com

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

A pesar del apoyo a la lactancia materna, muchas madres no logran amamantar como desean. Frecuentemente existen dificultades de lactancia, sentimientos de culpa, soledad y vergüenza, y el cese de la lactancia se asocia en ocasiones con depresión.

El objetivo es realizar una revisión sobre la relación entre la experiencia de lactancia y la salud mental materna, y aportar recomendaciones a profesionales y familias.

MÉTODOS

Se realizó una revisión de la literatura publicada en PubMed (MEDLINE), Cochrane, APA PsycNet, PsycINFO, Enfispo y CINHAL con las palabras clave “maternal/motherhood”, “experience breastfeeding”, “guilt”, “anxiety” y “depression”.

RESULTADOS

La depresión o ansiedad materna se han relacionado con menores tasas de lactancia materna y la lactancia materna se ha identificado como factor protector contra la depresión. La falta de apoyo y la discordancia entre las expectativas y la experiencia real pueden asociarse a peor salud mental materna. Las intervenciones individualizadas e interdisciplinarias son más exitosas.

CONCLUSIONES

La asociación entre lactancia materna y depresión o ansiedad es inversa y bidireccional, y está influenciada por el apoyo social y las expectativas maternas. El puerperio es un periodo de especial vulnerabilidad; profesionales y familias deben ayudar a las madres, evitando influir negativamente en su experiencia. Hacen falta más investigaciones sobre los factores que condicionan la experiencia de la lactancia y la eficacia de las intervenciones. La lactancia no es solo opción o responsabilidad de la madre, incumbe a toda la sociedad.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

Cómo citar este artículo: Ciriza Barea E, Codoñer Canet A, Gómez-Fernández Vegue M, Oliva González E, Sánchez Mena M, Menéndez M. Lactancia frustrada. Cuando la lactancia dura menos de lo deseado. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2025;(34):e253.