

Determinar la relación entre la autoeficacia, la actitud y los niveles de estrés con la duración de la lactancia materna en madres residentes de la Ciudad de Puebla que acuden a centros de salud. Una prueba piloto

La Lactancia Materna (LM) es el pilar de la alimentación del recién nacido, es la forma más beneficiosa para alimentar a los bebés; ofrece protección contra diversas enfermedades e infecciones, brinda una nutrición perfecta, además aporta beneficios a la propia madre, las cuales tienen un 32% menos de riesgo de padecer diabetes tipo dos y un 26% menos de padecer cáncer de ovarios a comparación de las madres que no amamantaron. La Organización Mundial para la Salud (OMS, 2025) recomienda que la LM exclusiva se realice hasta los 6 meses de edad y la LM complementaria hasta los 24 meses.

Extensas investigaciones han demostrado que la mala nutrición durante las primeras etapas del ciclo de la vida puede encaminar a daños extensos e irreversibles en el crecimiento físico y en el desarrollo del cerebro de las personas. En México la LM exclusiva alcanzó índices del 30.8%, en Puebla este resultado mejoró al 33.3%, en contraste con países del sur de Asia que presentan índices del 60% y países del sur de África con un 57%, de tal forma que nuestro país se encuentra por debajo de la recomendación mundial del 50%.

Con el desarrollo económico, las influencias sociodemográficas y culturales, la LM se ha visto influenciada de forma negativa, ya que su frecuencia y duración disminuyeron a lo largo del siglo XX tras los fenómenos de industrialización, el desarrollo urbano y finalmente con la integración de la mujer al ámbito laboral, (Luna-Torres et al. 2023), otro factor importante son los denominados factores cognitivos entre los cuales se encuentra la actitud de las madres hacia la LM, la autoeficacia para la LM y los niveles de estrés percibido por la madre, estos en conjunto pueden influir en la duración de la LM.

La autoeficacia para la LM es un “factor psicométrico importante que influye positivamente en las tasas de LM e identifica a las madres con alto riesgo de interrupción prematura de la LM” (Pato et al., 2024). La actitud para la LM es “las percepciones y creencias que intervienen en la decisión de la madre sobre iniciar o continuar con la LM” (Kaya, et al. 2020), el estrés es un estado de preocupación o tensión mental, cuando sus niveles aumentan, presenta consecuencias físicas y psicológicas (OMS, 2023). Las variables mencionadas desembocan en un resultado: la duración de la LM (OMS, 2025) es el “tiempo de alimentación del lactante mediante el pecho de la madre (amamantamiento)”.

Cabe resaltar que una investigación en México mostró que sólo el 33.6% de RN menores de 6 meses recibió LME y el 27.2% de lactantes menores de 24 meses no recibió LME durante los primeros tres días de vida y fue alimentado con fórmula comercial infantil (FCI) u otro líquido, demostrando que existe una escasez en la promoción de esta y una brecha de oportunidad para potenciar la ya mencionada autoeficacia y las actitudes frente a la LM (González-Castell 2023).

Conforme a la Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016 plantea que una de las principales intervenciones de enfermería debería ser proporcionar información para fomentar la LM y esto se debe de realizar desde una atención prenatal y posteriormente en el puerperio inmediato, sin embargo, es importante destacar que como lo mencionan diferentes autores, la autoeficacia se relaciona con la experiencia previa y con el apoyo verbal, en ambos rubros el personal de enfermería tiene impacto y relevancia, con respecto a las actitudes hacia la lactancia materna.

Para conocer el fenómeno, en la ciudad de Puebla, se analizó a 30 mujeres con hijos menores a 24 meses, que asistían a Centros de Salud (CS) se aplicaron tres instrumentos el IIFAS para medir la actitud de la LM, el BSEF-SH para medir la autoeficacia de las madres, el PSS para medir el estrés percibido, así como una cédula de datos sociodemográficos, que incluía la duración de la LM. Se encontró que las madres tenían una autoeficacia para la LM alta, esto significa que las madres tenían amplia confianza en su capacidad de amamantar y puede predecir la continuación de la alimentación con leche humana.

Con respecto a la actitud, el resultado fue una actitud neutra, esto representa una postura intermedia donde la madre no se inclina enérgicamente ni por la LM ni por la fórmula, indicando ambivalencia o flexibilidad entre ambas opciones, esto puede aumentar el riesgo de abandono temprano de la LM, con respecto al estrés fue moderado a alto, los cuales pueden afectar la producción de leche mediante el aumento de cortisol, finalmente la duración de la LM se reportó entre los 6 a 12 meses cumpliendo el mínimo requerido por la OMS, sin alcanzar el objetivo de los 24 meses de LM complementaria.

En el análisis inferencial de esta investigación se encontró una relación positiva entre la autoeficacia para la LM y la actitud para la LM ofreciendo oportunidad de reforzarlas para alcanzar tiempos más prolongados de la alimentación mediante leche materna, así como una relación positiva entre la duración y la autoeficacia para la LM, debido a que mayor confianza de la madre sobre sus capacidades para amamantar con éxito, influirá directamente en una mayor duración de la LM, se debe aprovechar la influencia positiva mediante diversos factores como las intervenciones educativas, sistemas de apoyo, intenciones personales, entre otras.

Dado que todas las madres continuaban amamantando al momento del estudio se cumple la recomendación mundial de LM exclusiva y complementaria. Es importante conocer el origen de una actitud neutra hacia la LM, por lo que se sugiere realizar estudios cualitativos que expliquen el fenómeno en cuestión. Por los niveles de estrés encontrados en la población, se propone aplicar instrumentos que expongan las posibles causas. Se debe aprovechar los niveles de autoeficacia para la LM y su relación positiva con la actitud para aumentar la duración de la LM. De igual forma la relación positiva entre autoeficacia para la LM y la duración, beneficiando al binomio.

Referencias

- Abou-Dakn, M., Schafer-Graf, U., & Wockel, A. (2009). Psychological stress and breast diseases during lactation. *17*(3), 19-26. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20043434>
- Ambekar, P., Havale, A. A., & Deshmukh, J. (2024). Effect of maternal psychological distress on lactation: a review of the literature. *International Journal Of Indian Medicine*, *05*(11), 19-30. <https://doi.org/10.55552/ijim.2024.51104>
- Değer, M. S., Sezerol, M. A., & Altaş, Z. M. (2023). Breastfeeding Self-Efficacy, Personal Well-Being and Related Factors in Pregnant Women Living in a District of Istanbul. *Nutrients*, *15*(21), 4541. <https://doi.org/10.3390/nu15214541>
- Gil-Vargas, M., Dorantes-Vidal, X., León-López, M., & Maldonado-Castañeda, S. (2020). Encuesta a mujeres puérperas de autoeficacia y actitud hacia la lactancia materna en un hospital de tercer nivel de atención. *Revista Mexicana de Pediatría*, *87*(4), 132-136. <https://doi-org.udlap.idm.oclc.org/10.35366/95822>
- González-Castell, L. D., Unar-Munguía, M., Bonvecchio-Arenas, A., Ramírez-Silva, I., & Lozada-Tequeanes, A. L. (2023). Prácticas de lactancia materna y alimentación complementaria en menores de dos años de edad en México. *Salud pública de México*, *65*, s204-s210. <https://doi.org/10.21149/14805>
- Kharel, S., Raut, B. y Mainalee, M. (2020). Evaluación del estrés posparto en madres lactantes y no lactantes de Katmandú, *Nepal* . *18* (7), 32-37. <https://doi.org/10.5742/MEWFM.2020.93832>
- Kaya, Z., Yilmaz, B. y Gungor Satilmis, I. (2020). Perspectivas y actitudes hacia la lactancia materna en espacios públicos. *6* (3), 595-609. <https://archhealthscires.org/en/views-andattitudes-toward-breastfeeding-in-public-places-1355>
- Luna-Torres, Jessica A., Camarillo-Nava, Víctor M., & Vega-Mendoza, Santa. (2023). Factores de riesgo asociados al abandono de la lactancia materna en atención primaria. *Revista mexicana de medicina familiar*, *10*(4), 143-150. Epub 24 de mayo de 2024. https://www.revmexmedicinafamiliar.org/frame_esp.php?id=143
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Lactancia materna y alimentación complementaria. <https://www.paho.org/es/temas/lactancia-materna-alimentacion-complementaria#:~:text=La%20lactancia%20materna%20ayuda%20a,diabetes%20tip%20%20en%2035%25>
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Lactancia materna. <https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding>
- Pato, S., Rabiepoor, S., Alinejad, V., Rezaei, E., y Mehrpooya, S. (2024). Investigating the correlation between maternal emotions and attitudes toward breastfeeding and breastfeeding self-efficacy in primiparous mothers. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4351597/v1>
- Robert, E., Coppieters, Y., Swennen, B., y Dramaix, M. (2014). Breastfeeding duration: a survival analysis-data from a regional immunization survey. *BioMed research international*, *2014*, 529790. <https://doi.org/10.1155/2014/529790>

Sobre las autoras

Tori Coba de la Cruz

Estudiante de octavo semestre de la Licenciatura de Enfermería miembro del Programa de Honores.

Contacto: tori.cobadz@udlap.mx

Luna Rubí Guadalupe Flores Beltrán

Estudiante de octavo semestre de la Licenciatura de Enfermería miembro del Programa de Honores.

Contacto: luna.floresbn@udlap.mx

Sobre las mentoras

M.E. Madai Muñoz Covarrubias

Profesor de Tiempo Completo UDLAP y subcoordinadora de la Comisión de Servicio Social de la Licenciatura en Enfermería. Maestría en Enfermería, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Enfermera Asistencial en el Instituto Mexicano del Seguro Social. Diplomado en diseño de ambientes de aprendizaje de enfermería.

Contacto: madai.munoz@udlap.mx

Dra. Elizabeth Guzmán Ortiz

Doctora en Ciencias de enfermería por la Universidad Autónoma de Nuevo León, coordinadora de la Lic. En Enfermería de la misma universidad. Actualmente pertenece al Sistema Nacional de Investigadores (SNI) nivel 1.

Contacto: elizabeth.guzman@ugto.mx