

# HOJA INFORMATIVA N°8

## LA HORA DEL DESTETE

LA LECHE LEAGUE - -

Lactancia Materna: ¿Hasta Cuando?

Presentación basada en el artículo:

Traducido de: Breastfeeding ABSTRACTS, Ag. 1994, Vol. 14, n° 1, © La Leche League International

DRA. KATHERINE A. DETTWYLER

DEPARTAMENTO DE ANTROPOLOGÍA

TEXAS A & M UNIVERSITY

COLLEGE STATION TEXAS

En los EE.UU. las mujeres reciben consejos contradictorios respecto a cuándo deben destetar a sus hijos. La Academia Americana de Pediatría recomienda un año, mientras que la OMS y UNICEF recomiendan al menos dos años. Muchos médicos consideran que seis meses constituyen una lactancia "prolongada" y algunos profesionales de la salud cuestionan los motivos de las mujeres que amamantan a sus hijos más de un año. Por su parte, las mujeres ocultan que amamantan a niños mayores para evitar la desaprobación de los profesionales de la salud y de los miembros de la familia. A partir de estudios antropológicos sabemos que en muchas culturas no occidentales las mujeres amamantan rutinariamente a sus hijos hasta los tres o cuatro años. ¿Son ellos los excéntricos o lo somos nosotros? ¿Podemos fijarnos en otros animales para determinar cuál sería la edad de destete de los humanos modernos si no estuviera modificada por motivos culturales? Como todos los mamíferos, los humanos tenemos glándulas mamarias cuya función es nutrir a la prole. Dentro de la clase Mamíferos, los humanos pertenecemos al orden de los Primates y poseemos el patrón básico de éstos para la actividad de amamantar y destetar, patrón que se ha moldeado durante más de 65 millones de años de selección natural con objeto de asegurar el mayor índice posible de supervivencia en la prole de los primates. Se supone que este patrón básico tiene una esencia fundamentalmente genética. Además, también hay variables del ciclo vital de los primates no humanos asociadas con la edad a la que se produce el destete. ¿Qué sugieren estas variables con respecto a la edad "natural" de destetar a los humanos?

**Destete al alcanzar el triple o cuádruple del peso del nacimiento.** La idea de que los mamíferos destetan a sus crías cuando éstas triplican o cuadruplican su peso de nacimiento aparece extensamente en la bibliografía sobre lactancia (Lawrence 1989). Este regla de tres es válida para los pequeños mamíferos, pero no para los grandes. Las investigaciones recientes se han centrado en la edad de destete y en el crecimiento de los grandes mamíferos, incluidos los primates. Los resultados indican que el destete ocurre algunos meses después de cuadruplicar el peso de nacimiento, y no al triplicarlo (Lee, Majluf y Gordon 1991). Como promedio, ¿cuándo cuadruplican su peso de nacimiento los bebés de los EE.UU.? Los varones en torno a los 27 meses y las niñas en torno a los 30.

**Destete al alcanzar un tercio del peso de adulto.** Otros estudios sugieren que los primates se comportan como otros mamíferos destetando a cada uno de sus descendientes cuando alcanzan un tercio de su peso de adulto (Charnov y Berrigan, 1993). Los humanos alcanzan diferentes tamaños, pero con este método de comparación el destete tendría lugar tras 4 - 7 años de lactancia, siendo los niños generalmente amamantados por más tiempo que las niñas y los individuos pertenecientes a grupos de población de mayor tamaño por más tiempo que los pertenecientes a grupos de menor tamaño.

**Destete de acuerdo con el tamaño del cuerpo adulto.** Harvey y Clutton-Brock (1985) publicaron un estudio sobre las variables del ciclo vital de los primates que incluía una fórmula para calcular la edad de destete en función del peso del cuerpo de una hembra adulta. La ecuación predice la edad de destete para los humanos entre los 2,8 y 3,7 años, dependiendo del peso medio del cuerpo de una hembra adulta, siendo las poblaciones formadas por individuos de mayor tamaño las que amamantan durante más tiempo.

**Destete en función de la duración del período de gestación.** A menudo la bibliografía afirma que entre los mamíferos en general la edad de destete coincide aproximadamente con la duración del período de gestación (Lawrence 1989). Con este criterio, el destete en los humanos debería ocurrir tras sólo nueve meses de lactancia. Sin embargo, esta relación uno a uno se ve fuertemente afectada por el tamaño del animal adulto. En muchos primates pequeños, la duración de la lactancia es inferior a la duración del período de gestación. Entre las especies de primates de gran tamaño, la duración del período de lactancia excede

ampliamente la duración media del período de gestación. Para los familiares más cercanos del género humano, el chimpancé y el gorila, la duración de la lactancia es superior en más de seis veces a la duración del período de gestación. Los humanos se encuentran entre los primates más grandes y comparten más del 98% de su material genético con los chimpancés y los gorilas. Según estas comparaciones, una estimación de la edad natural de destete para los humanos sería como mínimo de seis veces la duración del período gestante, esto es, 4,5 años.

**Destete en función de la erupción dental.** De acuerdo con las investigaciones de Smith (1991), muchos primates destetan a su progenie cuando ésta desarrolla sus primeros molares permanentes. La erupción de los primeros molares permanentes tiene lugar en los humanos modernos aproximadamente a los 5,5 o 6 años. Es interesante señalar que los humanos alcanzan la autonomía inmunológica en torno a los seis años de vida, lo cual permite suponer que, a lo largo de nuestro reciente pasado evolutivo, los niños disponían de la inmunidad activa que proporciona la leche materna hasta esa edad más o menos (Frederikson). Nuestro pasado evolutivo ha creado un organismo que delega en la lactancia el suministro del contexto para el desarrollo físico, cognitivo y emocional. Los datos sobre primates no humanos sugieren que los niños humanos están diseñados para recibir todos los beneficios de la lactancia durante un período mínimo de 2 años y medio y un aparente límite máximo de unos 7 años. La selección natural ha favorecido a los niños que presentan una fuerte predisposición genética a esperar ser amamantados varios años desde su nacimiento, por lo que el instinto de mamar permanece fuerte en ellos durante todo este período. Hoy en día muchas sociedades pueden satisfacer las necesidades nutritivas de los niños a partir del tercer o cuarto año de edad con alimentos de adultos modificados. Las sociedades industrializadas occidentales pueden compensar algunos (que no todos) los beneficios inmunológicos de la lactancia por medio de antibióticos, vacunas y mejoras sanitarias e higiénicas. Pero las necesidades físicas, cognitivas y emocionales de los niños persisten. Los profesionales de la asistencia sanitaria, los padres y el público en general deberían tomar conciencia de que entre los tres y los siete años es una edad razonable y apropiada para destetar a los humanos, por poco habitual que sea en los EE.UU. amamantar a un niño cuando ya ha dejado de ser bebé.

#### Bibliografía:

Charnov, E.L. and D. Berrigan. Why do female primates have such long lifespans and so few babies? or Life in the slow lane. *Evol Anthropol* 1993; 1:191-94.

Fredrickson, D. University of Kansas, personal communication.

Harvey, P.H. and T.H. Clutton-Brock. Life history variations in primates. *Evolution* 1985; 39:559-81.

Lawrence, R.A. *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession*, 3rd edition. St. Louis: Mosby, 1989.

Lee, P.C., P. Majluf, and I.J. Gordon. Growth, weaning and maternal investment from a comparative perspective. *J Zool Lond* 1991;225:99-114.

Smith, B.H. Age of weaning approximates age of emergence of the first permanent molar in nonhuman primates, abstracted. *Phys Antropol Suppl* 1991; 12:163-64.

A Time to Wean, Katherine A. Dettwyler, PhD

Department of Anthropology, Texas A & M University, College Station Texas, *Breastfeeding Abstracts*, August 1994, Volume 14, Number 1.

Traducido al Castellano por La Liga de la Leche de Euskadi

Apdo 5044 48080 Bilbao

Tel: 94 423 01 36

Email: [lleuskadi@sarenet.es](mailto:lleuskadi@sarenet.es)