

Amamantar:
Un Acto de Vincular

De la mano contigo



Más allá de su indiscutible valor nutricional y de protección, la lactancia materna es un acto profundamente humano que fortalece los lazos afectivos y favorece el desarrollo integral de las niñas y los niños desde los primeros días de vida. Allí, el contacto piel con piel, la mirada, el olor... todo ello fortalece el lazo emocional entre la madre y el bebé de una manera única.

La leche materna es un alimento vivo, diseñado específicamente para cada bebé. Cambia su composición día a día, adaptándose a sus necesidades exactas. Contiene anticuerpos, enzimas, hormonas y factores de crecimiento que ninguna fórmula puede replicar perfectamente.



El amamantamiento como vínculo de bienvenida al mundo

Amamantar se constituye en una oportunidad para el cuidado sensible y el fortalecimiento del vínculo entre las niñas, los niños y sus familias. Este primer contacto es la bienvenida al mundo para los bebés, un acto de amor que les brinda seguridad, protección y confianza para la exploración del entorno.

Esta práctica trasciende su función nutricional para convertirse en un poderoso vehículo de interacción de alta calidad entre la madre y el bebé. Durante el acto de amamantar, se produce de forma natural un conjunto de comportamientos interactivos cruciales: el contacto piel con piel, el intercambio de miradas, el diálogo tónico (ajustes posturales mutuos) y la comunicación vocal temprana. Esta proximidad física y sensorial permite a la madre ser más sensible y responder de forma cercana a las sutiles señales del bebé, estableciendo las bases de la sincronía diádica, es decir, el ir y venir de la interacción.

Fisiológicamente, la succión y el contacto piel con piel liberan oxitocina tanto en la madre como en el bebé. Esta hormona no solo facilita la generación de leche, sino que también reduce el estrés, promueve sentimientos de calma y bienestar, y fortalece el vínculo afectivo, movilizando en la madre conductas de cuidado sensibles. Al respecto, siguiendo los aportes de John Bowlby sobre la teoría del apego, el amamantamiento se constituye en un espacio de proximidad que ofrece refugio y seguridad, permitiendo que las niñas y los niños formen una base segura para su desarrollo fomentado en la sensibilidad y respuesta materno, lo cual es fundamental para la salud socioemocional a largo plazo. A través del contacto piel con piel, las miradas cálidas, las caricias y la escucha atenta, se genera un vínculo significativo que impacta positivamente el bienestar emocional de la diada madre-bebé.



Un Encuentro Sensorial y Cultural

Escanea el siguiente código QR en donde veremos a Adelí disfrutar de su momento de lactancia. Luego reflexiona respecto a ¿qué se observa y escucha?, ¿qué podemos decir sobre este momento afectivo?

Como vemos en este corto video, el amamantamiento es un acto en el que intervienen todos los sentidos: la piel de la madre o el cuidador proporciona calor y tranquilidad; el contacto visual refuerza la conexión emocional; la voz de la madre, acompañada de nanas y arrullos, transmite seguridad y fortalece la identidad cultural; y el olor de la leche materna genera una asociación reconfortante con la madre. Cada uno de estos elementos aporta a la construcción de un entorno afectivo que favorece el desarrollo integral de las niñas y los niños.

Desde el nacimiento, el acto de amamantar sumerge al bebé en un universo sensorial rico y coherente: el tacto cálido de la piel de la madre, su olor particular que guía y tranquiliza, el sabor de la leche –que varía sutilmente según la dieta materna, ofreciendo una primera ventana a los sabores de la cultura familiar–, la visión cercana del rostro y las expresiones maternas, y la audición de su voz y latidos cardíacos. Esta experiencia multisensorial es crucial para la maduración del sistema nervioso y la forma en que el bebé aprende a comprender el mundo.

Al mismo tiempo, este íntimo intercambio sensorial está profundamente incrustado en un contexto cultural. Las prácticas específicas de lactancia –cómo y cuándo se amamanta, la duración, las posturas, el grado de exposición pública– son aprendidas y transmitidas culturalmente. La forma en que la madre interactúa verbal y no verbalmente durante la lactancia (el tono de voz, el tipo de caricias, la intensidad del contacto visual) refleja normas culturales de comunicación y afecto. Así, mientras el bebé satisface sus necesidades biológicas y sensoriales, simultáneamente está aprendiendo las primeras lecciones sobre su cultura: los sabores que la definen, las formas de contacto físico valoradas y los patrones de interacción social. La lactancia se convierte, por tanto, en un puente primordial entre la biología sensorial innata y la pertenencia cultural.

El Amamantamiento en la Cotidianidad de la Educación Inicial

Reconocer la lactancia materna como parte de las rutinas de cuidado dentro de los servicios de educación inicial es fundamental para promover el desarrollo integral de niñas y niños. Esta práctica no solo responde a una necesidad física, sino que también es un espacio de acogida emocional. Algunas acciones que pueden potenciar esta práctica incluyen:



Promoción y acompañamiento a las familias:

Planear estrategias con todo el equipo para sensibilizar a las familias sobre la importancia de la lactancia materna no solo en términos nutricionales, sino como una oportunidad de vínculo afectivo y acogida. Como lo menciona Carlos González en su libro *Un regalo para toda la vida*: "Ahí es donde el bebé, además de comida, busca y encuentra cariño, consuelo, calor, seguridad y atención". propios de sus



Fortalecimiento de las Salas Amigas de la Familia Lactante:

Vincular en las rutinas y en la planeación pedagógica el amamantamiento permitirá enriquecer las experiencias con elementos culturales propios de cada familia. y los niños.



Espacios de diálogo y reflexión:

Fomentar conversaciones entre todo el equipo del jardín infantil fortalece las acciones cotidianas de acogida y transición de la casa al entorno educativo y de la lactancia materna hacia la alimentación complementaria, siempre priorizando el cuidado sensible y la vinculación afectiva.

Referencias Bibliográficas

- Bowlby, John. Una base segura. Aplicaciones clínicas de la teoría del apego. Argentina, 2009.
- González, Carlos. Un regalo para toda la vida. Guía de la lactancia materna. Barcelona, España.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). Lineamientos para la atención integral a la primera infancia.
- Meek, J. Y., & Noble, L.; Section on Breastfeeding. (2022). Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. Pediatrics, 150(1), e2022057988.
- Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J., França, G. V., Horton, S., Krasevec, J., ... & Rollins, N. C. (2016). Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. The Lancet, 387(10017), 475490.

De la mano contigo