

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO

NARRATIVAS SOBRE LACTANCIA MATERNA DE ORGANIZACIONES  
PROLACTANCIA EN COSTA RICA

Tesis sometida a la consideración de la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado en  
Comunicación para optar al grado y título de Maestría Académica en Comunicación y  
Desarrollo

JULIA PAOLA BARRANTES AGUILAR

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio, Costa Rica

2025

## **DEDICATORIA**

A las mujeres cuya única alternativa fue ser madre.

## **AGRADECIMIENTO**

A Lhiam, por decidir ser mi luz cada día.

A Tomasa, por su mirada.

A Canela, por su calor.

A Camilo, por esperarme para jugar.

Esta tesis fue aceptada por la Comisión del Programa de Posgrado en Comunicación de la Universidad de Costa Rica, como requisito parcial para optar al grado y título de Maestría Académica en Comunicación y Desarrollo

---

Dra. Lilliam Marín Arias  
**Representante de la Decana  
Sistema de Estudios de Posgrado**

---

Dra. Lissette Marroquín Velázquez  
**Directora de Tesis**

---

Dra. Yanet Martínez Toledo  
**Asesora**

---

Mag. Ericka García Zamora  
**Asesora**

---

M.Sc. Diana Acosta Salazar  
**Directora  
Programa de Posgrado en Comunicación**

---

Julia Paola Barrantes Aguilar  
**Sustentante**

## TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
HOJA APROBACIÓN .....	iv
TABLA DE CONTENIDO .....	v
RESUMEN EN ESPAÑOL .....	ix
ABSTRACT.....	x
LISTA DE FIGURAS.....	xi
LISTA DE ABREVIATURAS .....	xii
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN .....	1
Justificación .....	5
Dimensión política.....	6
Dimensión social.....	9
Dimensión económica.....	11
Estado de la cuestión.....	16
Lactancia materna: perspectivas de análisis .....	16
Lactancia como un proceso biológico y fisiológico .....	17
Lactancia como un proceso social .....	18
Lactancia como un derecho .....	25
La comunicación en los estudios sobre lactancia materna .....	26
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	30
Sobre las narrativas .....	30

Sistema sexo-género .....	32
Maternidades.....	36
Mito del eterno maternal.....	36
Maternidad desde los feminismos.....	40
Maternidad intensiva.....	42
Lactancia materna .....	43
Lactivismo .....	45
La mamasfera.....	46
Lactancia interseccional.....	47
CAPITULO III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y OBJETIVOS .....	50
CAPITULO IV. METODOLGÍA .....	56
Diseño de investigación .....	56
Unidades de análisis y unidades de observación .....	58
Métodos de recolección de datos .....	59
Procesamiento de datos y codificación .....	59
Técnicas de análisis de datos .....	62
Presentación de relatos.....	65
CAPITULO V. MARCO SITUACIONAL .....	67
La Liga de la Leche Internacional y la lactancia moral .....	67
Evolución de las políticas públicas sobre la lactancia materna .....	68
La lactancia como base (siglo XX).....	70
La lactancia como norma (finales siglo XX).....	71
La leche de fórmula como riesgo (Siglo XXI) .....	72
La lactancia como asunto de salud pública.....	73
Lactivismo en Costa Rica .....	73

CAPÍTULO VI. NARRATIVAS SOBRE LACTANCIA MATERNA .....	78
Narrativa 1. Chiche: secretos mágicos de la madre naturaleza.....	82
Narrativa 2: Universo de beneficios .....	86
Oro líquido: nutrición y protección para el lactante .....	87
Beneficios para las madres .....	90
Beneficios para la sociedad: Primer alimento sustentable y ecológico .....	92
Narrativa 3. Manual de lactancia .....	93
"Formas correctas" .....	95
Situaciones físicas.....	103
Situaciones de salud mental.....	105
Situaciones coyunturales.....	106
Narrativa 4. AMAmantar: vínculos emocionales profundos .....	107
Narrativa 5. El destete, un final feliz .....	112
CAPÍTULO VII. TRANSVERSALIDAD DE GÉNERO .....	115
"Las ayudas de papá" mientras la fábrica es un destino biológico .....	116
¿Lactancia gratuita para quién? .....	122
Trabajo no remunerado y clase social.....	126
Lactancia es amor .....	131
Trabajo y maternidad ¿juntos?.....	133
Gracias a mi asesora de lactancia .....	139
Interseccionalidad de las narrativas .....	144
Empoderamiento: confía en que lo puedes lograr .....	146
CAPÍTULO VIII. TENSIONES Y CONTRADICCIONES .....	150
Tensiones .....	150
Tensión 1. Dar de mamar es lo mejor para el bebé ¿y para mí? .....	150

Tensión 2. Incomoda la teta cuando es fruta y no morbo .....	153
Tensión 3. Amamantar, el privilegio del placer.....	157
Contradicciones .....	163
Contradicción 1. Ni una gota de fórmula.....	164
Contradicción 2. El negocio.....	170
Contradicción 3. ¿Lactivismo? .....	178
CAPÍTULO IX. CONCLUSIONES .....	184
Nuevas líneas de investigación .....	191
Recomendaciones para la academia .....	192
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	193

## RESUMEN EN ESPAÑOL

El objetivo de esta investigación es analizar las narrativas sobre lactancia materna de organizaciones pro lactancia en Costa Rica, para la comprensión, desde una perspectiva de género, de las tensiones y contradicciones presentes en estas. Esta investigación se justifica por su relevancia social en el tanto ahonda en el carácter comunicativo y simbólico de la lactancia materna como fenómeno biosocial. Además, atiende el vacío de conocimiento respecto al estudio de la lactancia materna identificado en el área de la comunicación social. Existen pocos mitos tan persistentes e incuestionados como el del instinto maternal (Gimeno, 2018) y la lactancia materna se ha convertido en una herramienta indispensable para la definición de la buena maternidad y es uno de los mandatos sociales más fuertes que permite ejercer control sobre el cuerpo de las mujeres, por ende, constituye una de las cuestiones más problemáticas en términos de entendimiento del fenómeno de la maternidad, por lo que exige procesos de análisis y reflexión dirigidos a su desnaturalización para la comprensión de sus implicaciones comunicativas, sociales y políticas.

La investigación es cualitativa y se ejecuta un diseño de investigación narrativa, enfocado en los relatos sobre la definición, las vivencias y las percepciones sobre lactancia materna de las participantes de las organizaciones pro lactancia en Costa Rica descritos en la mamasfera, entendida esta como espacios de interacción sociodigitales en temas de maternidad. Se realizó una recolección de publicaciones en redes sociodigitales durante aproximadamente cinco años, desde agosto del 2019 hasta diciembre del 2024, la cuales fueron analizados con la técnica de análisis de contenido.

Se concluye que las organizaciones pro lactancia refuerzan un imaginario colectivo sobre la alimentación infantil como un imperativo moral y deber ético que recae exclusivamente sobre las madres, quienes no deben exponer a sus hijos e hijas a la potencial pérdida de los beneficios que la lactancia materna conlleva. Esta obligación culturalmente asignada condujo a que la lucha por el derecho a amamantar prescindiera del derecho que tienen las mujeres a no hacerlo. En términos de comunicación se concluye que la responsabilidad social de las organizaciones pro lactancia recae en la construcción de la identidad de las mujeres asociada a la maternidad y un diálogo con el ejercicio de los derechos de múltiples actores individuales y colectivos. La lactancia materna resulta ser una práctica socio-comunicativa que permite identificar afectaciones en la configuración de un sistema desigual de poder por lo que se entiende como un problema social y sistémico que debe ser abordado desde la investigación académica y desde las políticas públicas con abordajes integrales y considerando la perspectiva de género interseccional.

## ABSTRACT

The purpose of this research is to analyze the breastfeeding narratives of prolactance organizations in Costa Rica, to understand, from a gender perspective, the tensions and contradictions present in these. This research delves into the communicative and symbolic character of breastfeeding as a biosocial phenomenon. In addition, it addresses the knowledge gap regarding the study of breastfeeding in the field of social communication. There are few myths as persistent and unquestioned as that of the maternal instinct (Gimeno, 2018) and breastfeeding has become an indispensable tool for the definition of good motherhood and is one of the strongest social mandates that allows exercising control over women's bodies. Therefore, it constitutes one of the most problematic issues in terms of understanding the phenomenon of motherhood, so it requires processes of analysis and reflection aimed at its denaturalization for understanding its communicative, social and political implications.

The research is qualitative, and a narrative research design was conducted to gather, analyze and present the stories of prolactance organizations participants in Costa Rica. The collection of publications was gathered in *la mamasfera*, (spaces of sociodigital interaction on motherhood issues) for approximately five years, from August 2019 to December 2024. Social media publications were analyzed with a content analysis technique.

I conclude that prolactance organizations' narratives reinforce a collective imaginary of breastfeeding as a moral imperative and an ethical duty that falls exclusively on mothers, who should not expose their children to the potential loss of the benefits that breastfeeding entails. This culturally assigned obligation led to the struggle for the right to breastfeed dispensing the right that women have not to do so. In terms of communication, it is concluded that prolactance organizations' social responsibility lies in the construction of women's identity associated with motherhood and a dialogue with the rights of multiple individual and collective actors. Breastfeeding turns out to be a socio-communicative practice that allows identifying affectations in the configuration of an unequal system of power, so it is understood as a social and systemic problem that must be addressed from academic research and from public policies with integral approaches and considering the intersectional gender perspective.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Proceso de codificación completo .....	60
Figura 2. Tipología categorial respecto a la pregunta ¿qué se dice? del análisis de contenido .....	63
Figura 3. Tipología categorial respecto al ¿cómo se dice? del análisis de contenido.....	64
Figura 4. Descripción de los identificadores para la presentación de relatos .....	65
Figura 5. Línea del tiempo de Mamatones en Costa Rica .....	75
Figura 6. Articulación de relaciones narrativa "Universo de beneficios" .....	87
Figura 7. Publicación de la LLL con el encabezado La leche materna delata tumores indetectables.....	91
Figura 8. Diagrama sobre el ciclo espiral de la lactancia materna .....	94
Figura 9. Mapa conceptual de las secciones del Manual de Lactancia Materna .....	95
Figura 10. Fotografía publicada en la red social Facebook de LLL con el encabezado "Manera de amar como mamá".....	131
Figura 11. Publicación de LLL con el encabezado "El rincón de la lactancia" .....	140
Figura 12. Intereses, actores y relatos alrededor de la díada madre-hijo.....	189

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

<b>AAP</b>	American Academy of Pediatrics
<b>CCSS</b>	Caja Costarricense del Seguro Social
<b>IBFAN</b>	International Baby Food Action Network
<b>LLL</b>	La Liga de la Leche Internacional
<b>LMD</b>	Lactancia materna a demanda
<b>LME</b>	Lactancia materna exclusiva
<b>OMS</b>	Organización Mundial de la Salud
<b>UNICEF</b>	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

## **CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN**

Desde la perspectiva de la teoría de la comunicación, las personas y sus relatos pueden entenderse como medios, ya que como explica Klaus Bruhn Jensen "el cuerpo humano constituye una condición material necesaria y suficiente para la comunicación: nuestro cuerpo se convierte en un medio de comunicación productivo y receptivo mediante la socialización" (Jensen, 2014). Al cuerpo se le suman herramientas que extienden su capacidad comunicativa, como la escritura y la oralidad, de forma que se expresan por estos medios las representaciones de los mundos posibles tanto como los reales.

Se procura atender en esta investigación la generación de conocimiento de los significados que actores sociales como las organizaciones prolactancia en Costa Rica atribuyen a sus prácticas vinculadas al acto de amamantar a través de su interacción escrita en medios socio-digitales, lo que en palabras de Carlos Sandoval "es tan relevante como el estudio de las relaciones causales, típico de perspectivas explicativas" (Sandoval, 2010, p. 62). Se parte de la teoría comunicativa que asume a las personas, sus expresiones y relatos de vida fuente suficiente de comunicación para la comprensión de los procesos sociales de construcción de significaciones y sentidos.

En este estudio se reflexiona a partir las publicaciones e interacciones socio-digitales del movimiento lactivista costarricense conformado de forma orgánica tanto por las mujeres que dirigen estas agrupaciones prolactancia como por las personas que consumen los contenidos publicados en estas "nuevas formas de socialidad" (Sandoval, 2010, p. 62) también definido como *mamasfera* o aquel espacio digital de interacción de mujeres sobre temas de embarazo, parto, lactancia y crianza (Gimeno, 2018), y que interactúan de forma escrita entre ellas y con la organización, para comprender desde y con una perspectiva de género e interseccional la lactancia materna y como los significados comunicativos contruidos a su alrededor inciden en las posibilidades de vida de las mujeres. Geográficamente, la investigación se concentra en el movimiento lactivista de Costa Rica, a partir de la recopilación de los textos orgánicos de organizaciones prolactancia durante aproximadamente cinco años, desde agosto del 2019 hasta diciembre del 2024.

La lactancia materna se utiliza recurrentemente para construir discursos persuasivos dirigidos fundamentalmente a las mujeres. A finales del siglo XX e inicios del siglo XXI ha predominado su entendimiento como una obligación moral para las madres y una práctica biológica-natural que se torna una tarea innegable e irrefutable para las madres por la fisionomía de su cuerpo. La capacidad de amamantar que tienen las mujeres se convierte en uno de los roles centrales que deben cumplir en el marco de una sociedad capitalista, por lo anterior, la lactancia constituye un fenómeno complejo en el que se articulan múltiples dimensiones: económicas, políticas, culturales, cuyo análisis exige una perspectiva de género para comprender sus implicaciones en momentos históricos particulares.

La sexualidad de las mujeres ha sido un objeto prioritario de la política en un marco general caracterizado por relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres, lo que ha permitido a ciertos grupos hegemónicos mantener el control de sus cuerpos y la asignación de roles de género arbitrarios e inequitativos específicos para ellas, sobre esto Federici explica que "la subordinación de nuestra sexualidad a la reproducción de la fuerza de trabajo ha supuesto la imposición de la heterosexualidad como único comportamiento sexual aceptable" (2013, p. 46). El ejercicio de la biopolítica, particularmente sobre las mujeres, es constitutivo del proyecto político económico neoliberal y está relacionado tanto con medidas concretas de recortes de la inversión pública en servicios de salud, educación, entre otros, como con los procesos comunicacionales que dan forma y legitiman una sociedad basada en los principios del individualismo, la competición y el consumo. En ese escenario, la práctica de la lactancia ha pasado casi desapercibida como objeto de estudio y reflexión feminista.

Esta investigación constituye un acercamiento formal al estudio de la lactancia, entendida con base en el vínculo (material y simbólico) que sostiene con la *maternidad intensiva* que promueve el uso -y explotación- del cuerpo femenino para el cumplimiento de roles de género tradicionales y socialmente funcionales, como la reproducción y el cuidado, mientras consolida una identidad femenina basada exclusivamente en la maternidad y el supuesto instinto natural que la promueve, sin considerar las subjetividades, los proyectos ni las realidades particulares de cada mujer, mucho menos la posibilidad de existir en el espacio público mediante un pleno desarrollo profesional o laboral una vez que se ha convertido en

madre. Todos estos son derechos o consideraciones incuestionables de aquellos hombres que se convierten en padres.

Para Büskens (2001), convertirse en mamá en la sociedad occidental contemporánea implica tomar decisiones radicales respecto a la crianza de los hijos e hijas, ya que es un proceso cultural en el que las mujeres realizan un ejercicio de razonamiento lógico según sus condiciones y contexto personal, inevitablemente permeado por la información divulgada por las instancias sanitarias de gobierno, la experiencia familiar, la presión social y las campañas públicas sobre salud pública de organizaciones de la sociedad. Según el autor, existen, al menos, dos modelos que explican el ejercicio de la maternidad: el *modelo de eficiencia racional* que asume la crianza según decisiones racionales en función del contexto, como la decisión de alimentación con biberón; y el *modelo romántico* que promueve un estilo de cuidado vinculado a lo natural, a nociones como la lactancia materna no regulada a largo plazo, la cama familiar y la crianza permisiva. Este último modelo fue denominado en 1982 por William Sears *maternidad por inmersión o intensiva* e implica altos niveles de sacrificio personal, aislamiento e inmovilidad por parte de las mujeres, condiciones que no permiten una participación efectiva en la sociedad moderna. El resultado de esta maternidad inmersiva o intensiva propuesta por el autor, tiene como resultado la exclusión social, así como un agotamiento crónico y patologías como depresión, culpa, desesperación y suicidio. Esta caracterización corresponde a un modelo teórico, de forma que no se pretende generalizar que todas las experiencias de maternidad intensiva vivan estas experiencias, pero sí permiten cuestionar si en el contexto actual las mujeres pueden o no ser protagonistas de sus vidas y dueñas de sus cuerpos, sobre todo ante el escenario, casi inminente, de convertirse en madres.

Comparado con lo expuesto, el movimiento lactivista, promotor de la lactancia materna, ha planteado una respuesta en la que argumenta que por medio de la lactancia se puede regresar al cuerpo y darse permiso para no negar la propia corporalidad (Massó Guijarro, 2013a), la cual ha sido menoscabada y disminuida por las afluencias de poder patriarcales. Las lactivistas reivindican la lactancia como un espacio de transformación feminista en el que las mujeres son capaces de generar altruismo y cooperación social entre mujeres por medio de organizaciones lactivistas (Massó Guijarro, 2013b). Otro argumento lactivista a

favor de la lactancia materna es que rechazar la lactancia materna por su propensión a aislar, recluir o confinar a las mujeres al espacio privado, puede provocar una promoción de la masculinización de los cuerpos femeninos y el abandono de su singularidad, la separación del impulso de la sexualidad, la maternidad y su propio cuerpo. Estos argumentos son expuestos por el movimiento lactivista que busca redefinir la lactancia como parte del nuevo movimiento feminista. En esa misma línea, con base en la noción de la maternidad como experiencia -y no como institución- Saletti Cuesta (2008) expone la posibilidad de que “las madres se nieguen a ser víctimas de la cultura patriarcal y para evitarlo, deben pensar con su cuerpo, convirtiéndolo en fuente de conocimiento y poder femeninos” (Saletti Cuesta, 2008).

En suma, la lactancia expresa una serie de tensiones y contradicciones que permiten ilustrar el complejo entramado de representaciones y mandatos culturales que se vierten sobre las mujeres. Estas tensiones y contradicciones son palpables en el movimiento lactivista. Según Gimeno (2018), este movimiento no existe sin el internet y la interacción virtual. Por lo anterior, la *mamasfera* o *mommyblogs* se admiten como los principales espacios de acción de estas agrupaciones prolactancia, ya que en estos despliegan sus narrativas organizacionales, conformadas por el contenido publicado y las interacciones o comentarios recibidos por las mujeres participantes de estos colectivos. Se asume que el criterio de selección de la *mamasfera* como fuente de información sesga la participación de un grupo de personas en condiciones económicas esenciales y reproduce desigualdades digitales de clase, idioma y acceso a la tecnología. Sin embargo, esta selección es intencional, porque se precisa conocer las reproducciones comunicativas y culturales de esa voz universal que logra una articulación social con diversos actores sociales dominantes para la imposición de mandatos maternos.

En Costa Rica, la principal organización prolactancia es *La Liga de la Leche Internacional (LLL)*, una organización internacional fundada en 1950 con sede en más de 80 países que ha llevado la discusión sobre asuntos vinculados con la lactancia a múltiples instancias políticas y sanitarias internacionales, por lo que se considera la organización más influyente en el mundo en el reforzamiento del derecho a la lactancia. Esta organización realiza talleres, capacitaciones y espacios de reunión. También existe el proyecto fotográfico

*Tetarte el arte de amamantar*, nacido en Chile y replicado en otros países de Latinoamérica que, por medio de la fotografía artística, se propone la normalización de la lactancia. Un dato interesante es que este proyecto se cataloga como apolítico, al mismo tiempo es el único que se identifica como activista. Por último, la *Tribu de la Mamatón: La teta se respeta* que es un colectivo que nació espontáneamente en el 2013 organizado para la manifestación política en las calles por la defensa de la lactancia en espacios públicos y laborales. Está conformado por familias de la sociedad civil que atendieron el llamado generado en las redes sociales y miembros de la LLL y Tetarte. Actualmente, el colectivo se activa solo en caso de existir denuncias por discriminación hacia mujeres por su condición de madres lactantes.

Después de asumir a estas organizaciones como las gestoras del movimiento activista en Costa Rica interesa caracterizar sus narrativas sobre lactancia materna, determinar la transversalidad de género en estas narrativas y analizar en las tensiones y contradicciones presentes desde la perspectiva de género.

## **Justificación**

Existen pocos mitos tan persistentes e incuestionados como el del instinto maternal (Gimeno, 2018). La lactancia materna se ha convertido en una herramienta indispensable para la definición de la buena maternidad y es uno de los mandatos sociales más fuertes para ejercer control sobre el cuerpo de las mujeres, por ende, constituye una de las cuestiones más problemáticas en términos de entendimiento del fenómeno de la maternidad por lo que exige procesos de análisis y reflexión dirigidos a su desnaturalización para la comprensión de sus implicaciones sociales y políticas. El estudio de la lactancia materna, incorporando la perspectiva de género, aplicado al análisis narrativo de las organizaciones prolactancia, “permite reconocer y reivindicar para las mujeres su condición de sujetos sociablemente construidos” (Juliano, 1996). En general, se considera que este es un tema que articula un complejo entramado de significantes, tensiones y contradicciones políticas e ideológicas que van desde la construcción de una única identidad femenina, la definición de las características de la buena maternidad -por ende, de la mala maternidad-, las políticas sanitarias del Estado, el control del cuerpo femenino, la racialización de la lactancia, la

exclusión y revictimización de las mujeres trabajadoras, no heteronormadas, lesbianas, trans, con discapacidad, migrantes, etcétera.

En ese marco, Wolf (2011) se cuestiona porqué la lactancia materna no ha tenido un espacio de discusión y acción social más relevante en el movimiento feminista. En ese sentido, subraya que su abandono es alarmante debido a la enorme capacidad que tiene para incidir en la vida y posición social de las mujeres. El poco interés que predomina sobre el tema también se identifica en la investigación académica hispana, ya que la inversión e interés en el estudio de la lactancia como proceso biosocial se han dado fundamentalmente en Estados Unidos y Europa. Como consecuencia, se considera indispensable abordar este fenómeno y su carácter político a partir de un esfuerzo de separación analítica que visibilice las particularidades de sus manifestaciones en sociedades como la costarricense. La relevancia de la investigación se define en atención a tres dimensiones fundamentales: política, social y económica.

### **Dimensión política**

El neoliberalismo requiere -y por ende tiene- una agenda paralela de reconfiguración de las relaciones de género, sobre todo enfocada en la reconstrucción de la familia tradicional. Esto porque las políticas diseñadas para alcanzar sus objetivos serían casi imposibles de aplicar si las mujeres no ejercen las tareas domésticas y de cuidado tradicionalmente asignadas a ellas en sociedades patriarcales. Por ejemplo, no se podrían aplicar recortes al sistema de salud y privatización de sistemas sociales "si nadie se hace cargo de los huecos que deja la desaparición de los servicios públicos en los que se refiere al cuidado de las personas y la reproducción de la vida" (Gimeno, 2018, p.60). La relevancia del trabajo doméstico no remunerado en el funcionamiento del sistema económico capitalista es indiscutible, ya que tanto la reproducción como el cuidado, son fundamentales para la gestión política de su implementación.

Este proyecto político también somete a los hombres a injusticias y presiones laborales importantes, pero en muchos sentidos mantiene intacta su superioridad respecto a las mujeres, lo que ha hecho que la violencia ejercida contra ellas funcione como un mecanismo de alivio y descarga de la frustración generada por la precariedad y el despojo propios del neoliberalismo. Silvia Federici lo expone así, "cuantos más golpes se lleva un

hombre en el trabajo más y mejor entrenada tiene que estar la mujer para absorber los mismos, y más permitido le estará su ego a su costa" (Federici, 2013, pp. 38-39), y es que si bien el neoliberalismo afecta también a los hombres, la opresión que experimentan las mujeres es estructural y relacionada con su rol reproductivo asignado, lo que agrava la desigualdad.

El modelo de la maternidad intensiva es muy coherente y conveniente con las políticas neoliberales, ya que no solo se basa en la sumisión de las mujeres ante el resto de integrantes de la familia nuclear (esposo, hijos e hijas) sino que garantiza el cuidado de estos, considerados en su dimensión productiva. Por todo lo anterior, un objetivo central de los feminismos ha sido impulsar la autonomía y la agencia de las mujeres, es decir, una existencia social y política fuera del marco de la dominación masculina y familiar hegemónica.

A modo de contextualización, cabe recordar que en Estados Unidos nace la ideología de la maternidad intensiva-lactancia materna exclusiva, por lo que desde allí se puede identificar mejor su desarrollo y consecuencias. En 1981, con la llegada de Ronald Reagan al gobierno, se recortaron todos los programas de atención social a madres e infancias pobres, con la intención de devolver a las mujeres a sus roles más tradicionales. Ha sido uno de los periodos de neoliberalismo más agrevisos en los que se dejó claro que la responsabilidad de garantizar la salud de la familia no corresponde al Estado sino a las mujeres. Con esta premisa se recortaron decenas de millones de dólares del programa WIC (Woman, Infants and Children). Esta decisión afectó principalmente a mujeres pobres, negras, migrantes y a sus hijos e hijas (Gimeno, 2018).

En Costa Rica, desde 1930 se crea la institución del PANI promovido por un grupo reformista de mujeres católicas, con el fin de atender las cuestiones a nivel institucional de las madres y las infancias, sobre todo aquellas en condición de pobreza y abandono producto de la crisis capitalista de 1929. Sin embargo, en 1996 con la Ley Orgánica del PANI N 7648 la cuestión de las infancias tomó el primer plano, mientras que las madres y las maternidades fueron reducidas al concepto de familia. Flórez-Estrada (2017) explica que esta institución y la CCSS constituyen un binomio orgánico del Estado Social costarricense para la protección de la maternidad y las infancias, lo que conlleva un

fundamento patriarcal que "naturaliza la maternidad como destino manifiesto de las mujeres el cual idealmente se ejercería mediante su reclusión en el espacio doméstico, con el fin de que dedicaran todo su tiempo al cuidado y crianza" (2017, pp. 40-41).

Recientemente, el diputado Antonio Ortega Gutiérrez del Partido Frente Amplio presentó en el 2024 el proyecto de ley N.º 24.481: "Ley para proteger, promover y apoyar la lactancia materna" con el fin de "garantizar medidas para proteger, promover y apoyar la lactancia materna como derecho de las personas menores de edad y personas en lactancia"(May Grosser, 2024). En el proyecto se asevera que la lactancia es un asunto en el que indispensablemente deben intervenir los Estados mediante políticas públicas que permitan su valorización y la actualización de los ordenamientos jurídicos en procura de la protección de ese derecho. Esto responde al marco jurídico internacional que Costa Rica ha ratificado para la protección de los derechos de las mujeres como los tratados Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW) y Belém do Pará, en el que establece la obligación de los estados de ofrecer "servicios gratuitos cuando fuere necesario, y le asegurarán una nutrición adecuada durante el embarazo y la lactancia" (Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica, 1985, Artículo12).

Se destaca aquí que se promueve la protección de la lactancia y los derechos de las mujeres relacionados al embarazo y la lactancia, no propiamente los derechos de las mujeres-madres. El énfasis es sobre la salud pública y "la necesidad de apoyar a que nuestros niños y niñas crezcan saludables" (May Grosser, 2024). De nuevo, se visibiliza que el centro y prioridad de la política pública no son las mujeres como sujetos de derecho, sino un otro, en este caso la nutrición y supervivencia de las personas menores de edad y sobre todo recién nacidos.

El neoliberalismo exportado de los Estados Unidos desde finales del siglo XX acogía la medida de reducir gastos sanitarios como un gran beneficio para la nación. Desde una publicación hecha por la *American Academy of Pediatrics* en 1997 en la que se establecía la lactancia no como una recomendación, sino como un acto biológico y, por ende, obligatorio para las madres. La posibilidad de elegir otro método de alimentación y/o formas alternativas de maternidad, que correspondan con las realidades y contextos específicos de

cada mujer madre, desaparece. Así, el Estado se ahorró millones de dólares en leche maternizada, biberones, tiempo del personal médico en preparaciones de leche y programas de atención médica a madres trabajadoras, migrantes, negras, mujeres que no pueden o no quieren dar de mamar, entre otras. Desde entonces todas estas fueron catalogadas como *malas madres*, consecuentemente privadas de acceso a estos programas.

El proyecto político del diputado Ortega Gutiérrez, sumado a todo el despliegue de políticas y publicidad prolactancia de las instituciones gubernamentales de salud, ejemplifican la incidencia de las políticas neoliberales estadounidenses en Costa Rica. En esa línea, por ejemplo, la UNICEF publicó en un manual sobre lactancia que las madres que dan de mamar ayudan al país a tener niños más sanos, inteligentes y seguros de sí mismos (UNICEF, 2013). Lo anterior, permite ilustrar que se trata de una influencia fáctica y simbólica, un ejercicio de poder que parece hacer creer a las mujeres que son superheroínas y que se les debe el reconocimiento del Estado, justamente mediante políticas de protección legalista que les permita continuar amamantando, aunque al mismo tiempo sigan sometidas a jornadas y condiciones laborales precarias o desventajosas.

### **Dimensión social**

Desde la década de 1990 se desarrolla una abrumadora campaña científica, médica y política a favor de la lactancia materna exclusiva, por lo menos durante los primeros 6 meses e idealmente hasta los 2 años de vida. La cantidad de publicaciones científicas, conferencias, libros, folletos que transitan las agencias sanitarias, hospitales y organizaciones sanitarias y lactivistas hace parecer que no hay margen de error en su apreciación: la leche materna es un super alimento, con propiedades beneficiosas, ecológico y anti consumista. Además, constituye la única manera de construir un vínculo afectivo sólido con los hijos. Sin embargo, hay que reconocer que la discusión pública sobre la lactancia se dirime entre argumentos válidos -científicamente comprobados- afirmaciones claramente ideológicas y aseveraciones divulgadas que no cuentan con evidencia empírica para su comprobación.

Por ejemplo, la UNICEF, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, ha recomendado en uno de sus manuales sobre lactancia materna esta práctica por medio de afirmaciones científicamente comprobadas como es que los niños y niñas que se alimentan

con leche materna tienen menor propensión a diarreas. Pero agrega afirmaciones difusas, como que "la lactancia disminuye la mortalidad materna o incrementa el amor entre la madre, el hijo y la familia" (UNICEF, 2013). Por descarte se asume que las madres que utilizan leche de fórmula aman menos a sus hijos e hijas que aquellas que dan de mamar. Es este el tipo de contradicción o ambigüedad que predomina en el abordaje o discusión de cuestiones vinculadas con la lactancia materna por parte incluso de instancias mundiales tan importantes como la UNICEF. De esta forma, la lactancia se convierte en una herramienta que sirve como medidor de buena maternidad y un tipo de dispensador de amor para los hijos, hijas y la familia. Por su parte, la presidenta de la Comisión Nacional de Lactancia Materna del Ministerio de Salud de Costa Rica en el año 2014, Fulvia Elizondo expresó que "la leche materna no debe verse solamente como un alimento, sino más allá, porque desde el punto de vista emocional las madres que dan de mamar están más felices, contentas, activas y tienen un vínculo con su hijo" (*Costa Rica impulsa la lactancia materna por medio de la «Mamatón»*, 2014). La discusión sobre el amor y la felicidad lleva los argumentos a un plano abstracto, cuya ambigüedad afecta no solo la definición de políticas públicas pertinentes sino, en un sentido más amplio, la comprensión de las causas estructurales de los roles desempeñados por las mujeres en sociedades basadas en la supremacía de los hombres. Una madre entrevistada afirma que la lactancia creó un vínculo incomparable porque "es hermoso cuando uno le da de mamar y ella se me queda viendo y se ríe, se siente el amor" (*Costa Rica impulsa la lactancia materna por medio de la «Mamatón»*, 2014).

Una de las premisas de esta investigación es que el énfasis dado a aspectos como el amor, la entrega, el vínculo impide ahondar en las afectaciones prácticas de la lactancia y, principalmente, en los procesos de construcción de sentido que subyacen en la búsqueda y aceptación de los roles de género establecidos por parte de las mujeres madres. Al aludir a un concepto tan polifacético, abstracto y complejo como el amor, la discusión llega a un nivel en el que se vuelve la lactancia un imperativo moral incuestionable y esto tiene profundas consecuencias en la forma en las mujeres piensan la maternidad, su propia identidad y el papel que desempeñan en el mundo (Gimeno, 2018). La lactancia materna así definida ha creado un estándar de buena maternidad que separa a mujeres entre buenas y malas, entre las que aman y las que no, sin considerar sus condiciones particulares. Como

consecuencia, madres adoptivas, migrantes, trabajadoras, empobrecidas, transexuales o enfermas quedan relegadas a la vigilancia y la sanción por no poder o no querer cumplir los estándares de buena maternidad que se imponen socialmente por medio de la práctica de una lactancia intensiva.

Los estudios científicos que vinculan la lactancia materna, específicamente la leche humana, con: tasas bajas de mortalidad infantil, la disminución en enfermedades gastrointestinales, la mejora en la salud emocional, el mejor desarrollo de la inteligencia, la protección contra diversos tipos de cáncer, infecciones respiratorias, alergias, entre otras enfermedades, no toman en cuenta las condiciones socioeconómicas de las familias que son parte de estas investigaciones: el nivel socio-educativo, las condiciones sanitarias de las residencias, el tipo de alimentación familiar, la vacunación responsable, el acceso a medicamentos, entre otros. Wolf (2011) ha demostrado que no es la lactancia *per se* la que mejora la salud de los bebés, sino el comportamiento cuidadoso y responsable de las madres y padres asociados a la lactancia a término. Por ejemplo, las madres que amamantan tienen menos probabilidades de ser fumadoras, viven en barrios con menor contaminación, tienen una mejor alimentación, no están sometidas a estrés laboral, tienen acceso a atención médica pediátrica de prevención y control. Todas estas condiciones están atravesadas por la clase social, solo aquellas mujeres que pueden garantizar un entorno higiénico, descontaminado y saludable a sus hijos e hijas y para sí mismas son las que pueden cumplir con los estándares de la lactancia a término y, según estos principios universales, son las que verdaderamente aman a sus hijos e hijas.

### **Dimensión económica**

El movimiento lactivista afirma que uno de los principales beneficios de la lactancia materna es que es gratis, sin embargo, esta constituye una afirmación errada, ya que en ninguna circunstancia lo es. Todas aquellas mujeres que dan de mamar bajo la premisa y promesa de un ahorro en los gastos familiares no consideran que el costo del amamantamiento lo están asumiendo sus propios cuerpos. Gimeno (2018) afirma que el cuerpo lactante en sí mismo es un objeto de consumo, el desgaste físico, emocional y hasta psicológico que degrada el cuerpo y mente de las mujeres que dan de mamar sometiendo sus pechos a jalones, estirones, mordiscos, mastitis durante años, es un precio muy alto, por

eso bajo esta lógica el beneficio percibido debe ser superior. Además, la inversión de tiempo que implica la lactancia intensiva para las mujeres exige invertir en su alimentación con acciones especiales, renunciar a proyectos personales, laborales y/o recreativos. Este sacrificio y la disposición a soportar el dolor por un fin mayor debe ser considerada como expresión de la imposibilidad de decidir sobre sus propios cuerpos, lo que las somete de una manera que es bien valorada por la sociedad, como consecuencia, estas mujeres reciben reconocimiento simbólico por su esfuerzo, lo que fortalece su identidad como buena mujer y madre, una identidad funcional al modelo económico y social imperante. Sin embargo, en palabras de Silvia Federici, se ha demostrado "los devastadores efectos que este tipo de amor, cuidado y servilismo ha tenido en las mujeres. Estas son las cadenas que nos ha aprisionado en una situación cercana a la esclavitud" (Federici, 2013, p. 61).

En ese ámbito, cabe subrayar que alrededor de la lactancia materna se ha desplegado un inmenso negocio de *gadgets* y accesorios que activan un mercado de consumo muy importante, por ejemplo, los sacaleches, almohadas de lactancia, sillas, suplementos, cunas de colecho, sujetadores, libros y hasta webs comerciales que ofrecen asesorías (Gimeno, 2018). También existe un mercado asociado a la investigación científica en el que se financia cualquier estudio que demuestre alguno de los beneficios de la leche materna y se patrocinan publicaciones, simposios, congresos, reuniones con jefes políticos de alto nivel, entre otras actividades que permitan consolidar una valoración positiva de la lactancia.

Un importante hito en la historia de la lactancia que promueve el consumo es la separación de la leche materna del amamantamiento. La fuerte inversión en investigación que demuestra los beneficios de la leche materna ha separado este líquido del cuerpo de las mujeres y refuerzan el discurso de que lo importante es que el bebé se alimente de este súper alimento, aunque sea por medio del biberón. Esto hace que "la leche humana se vuelva una mercancía muy valiosa que ahora puede ser comprada y vendida independientemente del cuerpo que la produce, como ocurre cada vez más con otros fluidos humanos" (Gimeno, 2018, p. 132). De esto se deriva una línea de investigación llamada *biocapitalismo*, definido como la comercialización de los cuerpos o su conversión en mercancías.

Respecto al vínculo inquebrantable entre madre-hijo generado por medio de la lactancia, es importante destacar que, en la dimensión económica, este se está desdibujando para superponer las propiedades químicas de la leche (Gimeno, 2018). Una forma de verlo es en el desplazamiento del discurso sobre ‘amamantar’, es decir, cómo ha evolucionado a ‘proporcionar leche’. Se asume como justificación de este cambio la necesidad que tienen muchas mujeres de acceder al mercado laboral y al mismo tiempo lidiar con sus responsabilidades laborales y familiares, en esos escenarios el sacaleches es la única solución para mantenerse firmes en el compromiso de la lactancia. Sin embargo, no se plantea ninguna crítica a la ardua labor que las mujeres deben hacer para lidiar y empatar dos mundos completamente demandantes y necesarios: maternidad exclusiva y pleno rendimiento laboral.

Esta fragmentación del cuerpo femenino como una fábrica de la que pueden extraer y utilizar ‘de forma gratuita’ la leche o cualquier bien o servicio, tiene implicaciones en el derecho a decidir y la autonomía reproductiva de las mujeres. Mientras el trabajo reproductivo siga devaluado al considerarla una tarea exclusiva que realizan las mujeres por amor "estas siempre tendrán menos poder que los hombres para oponerse al Estado, y permanecerán en condiciones de extrema vulnerabilidad social y económico" (Federici, 2013, p. 176).

Por otro lado, la bandera anti-consumo que izan las organizaciones lactivistas frente a empresas multinacionales de leche maternizada es una realidad enmascarada (Blum, 1993). Existe una industria farmacéutica, conformada por exdirectivos de Nestlé, que se dedican a la ciencia de la leche humana, Prolacta es un ejemplo de esto. Medela es una compañía que se dedica a la fabricación de sacaleches y contenedores para su almacenamiento y actualmente ha comenzado a financiar un laboratorio bioquímico para establecer investigación científica permanente con el fin de demostrar el manejo clínico de la leche humana (Gimeno, 2018). Muchas mujeres en el mundo ya venden leche materna y muchas mujeres están comprando leche materna por medio de internet. Esta separación consolida la noción de la leche materna como producto, por ende, elemento central para el mercado y el sistema económico capitalista. Según Gimeno esto generará desigualdades y serán las

madres trabajadoras las que venderán su leche a las empresas que fabrican leche de fórmula (2018, p.134)

Esta apertura hacia la venta de leche humana nos recuerda a la figura histórica de las nodrizas, aquellas mujeres de los estratos sociales más bajos que trabajaban como esclavas -en la antigüedad- o contratadas como sirvientas -en la edad media- para amamantar a los hijos e hijas de las mujeres de la nobleza, la realeza o de estratos sociales altos que, conociendo la relevancia de la lactancia, asumían el pago de una nodriza para evitar desgastar su cuerpo y sacrificar su belleza. La elección de una nodriza se tomaba con seriedad, ya que se preocupaban de la supuesta transmisión de ciertos atributos y características entre madre-bebé por medio de la leche materna. De ahí la lista de características que debía cumplir una nodriza para ser contratada: gozar de buena salud, compromiso absoluto - lo que implicaba dejar de amamantar a sus propios hijos- y buenas costumbres -no tener relaciones sexuales, por ejemplo.

En Costa Rica existe un banco de leche materna: Fundación Catalina Vega, que promueve la recolección y acopio de donaciones de leche humana para los bebés prematuros del Hospital Nacional de Niños que, por algún motivo, no se pueden amamantar de sus madres. Los dos requisitos para ser donadora de leche no dejan de ser similares a los de una nodriza. Primero, requieren que la madre no consuma alcohol, fume o se drogue, ni se haya realizado algún tatuaje durante los últimos 6 meses. Sobre el estado emocional mencionan que:

La donación de leche materna es un acto de amor, que implica sacrificios de extracciones de leche casi diarias en su tiempo libre. Es además un servicio a la comunidad, pues con su leche estará alimentando a bebés hospitalizados, algunos que se encuentran entre la vida y la muerte. Por esta razón, es importante que usted tenga vocación para el bien social. Debe tener un compromiso hacia el Banco de Leche y hacia los bebés que esperan su leche todas las semanas. (Fundación Catalina Vega, 2021)

La diferencia entre los bancos de leche y el papel desempeñado por las nodrizas es que estas lo que vendían era un servicio que, en algún sentido, les permitía construir relaciones

con otras personas, ahora se comercializa un producto aislado del ser humano que lo produce. La demanda -y su respectiva oferta- ha sido exponencial en el mundo, incluso se ha popularizado para atletas o personas con ciertas enfermedades. Según GIFA, una organización prolactancia en Suiza, afiliada a IBFAN (International Baby Food Action Network), en Inglaterra una compañía de comercialización de leche materna vende seis botellas por £45 (lo que equivale a 60 USD aproximadamente), por lo que afirma que esta es una actividad rentable (GIFA, 2021). En Costa Rica, solo existe formalmente la posibilidad de donar a los bancos de leche de la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS), pero se ha descubierto un comercio ilícito de productos asociados. En 2022, el Ministerio de Salud detectó la venta de un producto denominado *Mother's Milk* sin registros sanitarios, por lo que ordenó la suspensión de su comercialización y consumo (Ministerio de Salud, 2022). A pesar de esto, está abierta la posibilidad de que se establezca un mercado lucrativo en el país porque la comercialización de leche no ha sido aún tipificada como ilegal.

El valor de esta investigación radica en el abordaje de una práctica social y comunicativa con gran arraigo en la sociedad costarricense desatendida en las ciencias sociales, la cual ha sido concebida como una cuestión aislada e individual, pero analizada desde los propios relatos de quiénes la vivencian y/o sobreviven -sin la mediación del sesgo de la persona investigadora- y tomando en cuenta múltiples dimensiones -económicas, sociales y políticas- permite identificar afectaciones en la configuración de un sistema desigual de poder que cautiva a las mujeres en una serie de contradicciones y tensiones que las obligan a aceptar como voluntario el aislamiento y confinamiento a espacios domésticos que dificultan el ejercicio autónomo de su vida. Es otras palabras, una cuestión que puede entenderse como un problema social y sistémico. En síntesis, abordajes de este tipo develan manifestaciones concretas de cómo funciona un sistema social basado en el sexo y el género, el cual somete principalmente a las mujeres, pero aún más a las mujeres que cargan una combinación de factores discriminatorios (raza, clase y otras categorías identitarias), mediante las cuales el poder excluye o margina (Crenshaw, 1989, p. 87).

## **Estado de la cuestión**

En esta sección se incluyen los principales antecedentes investigativos de la tesis, con el propósito de sistematizar los debates académicos desarrollados en torno a la lactancia materna. El estado de la cuestión presentado responde a la búsqueda de investigaciones, trabajos finales de graduación y artículos científicos de bases de datos de texto completo de alto prestigio y reconocimiento por su rigurosidad metodológica. Los criterios de búsqueda para el análisis de la literatura seleccionada son los siguientes:

- Se enmarcan en las siguientes palabras o ecuaciones de palabras clave: lactancia materna, narrativas, representaciones simbólicas de la lactancia, entre otras.
- Se trata de documentos derivados de procesos de investigación científica publicados en revistas indexadas o que constituyen tesis de grado y posgrado inéditas en universidad de alto prestigio académico.
- Las investigaciones se localizan en bases de datos académicas reconocidas: repositorios y plataformas especializadas como Google Académico, Jstor, Scielo, Redalyc, Kerwá y La Referencia, así como EBSCOhost.

En general, se analizan los enfoques teórico-metodológicos, los hallazgos, alcances y aportes de esta bibliografía para el desarrollo de la tesis. El proceso de revisión de la literatura inició en el año 2023 y finalizó en mayo de 2024.

## **Lactancia materna: perspectivas de análisis**

Después de realizar la revisión bibliográfica se identifica que la lactancia materna ha sido abordada académicamente desde tres perspectivas diferentes: como proceso biológico y fisiológico, como proceso social y como derecho. La primera, considera la lactancia como un proceso biológico y fisiológico natural que predomina en las ciencias de la salud. Esta entiende la lactancia como un proceso natural dentro del ciclo reproductivo de las mujeres, crucial para la buena alimentación, nutrición y desarrollo infantil. Una característica de las investigaciones que se clasifican en este grupo es el énfasis colocado en la vida del lactante, dejando de lado la vivencia y autonomía de las mujeres como sujeta de derechos, lo cual refuerza la naturalización del mandato materno, por ejemplo, se vincula directamente la malnutrición y las eventuales defunciones de menores de 5 años a prácticas inadecuadas de alimentación y ausencia de lactancia materna exclusiva. Estas investigaciones subrayan que

las condiciones de nutrición de los primeras etapas de vida del ser humano inciden en su etapa de adultez, como el desarrollo de su potencial genético y la propagación de enfermedades crónicas (Sierra Zúñiga et al., 2017). En esa línea, la promoción de la lactancia materna se enfoca prioritariamente en el buen crecimiento y la supervivencia del infante. Por último, se desarrolla un apartado sobre el acercamiento del área de conocimiento de la comunicación en estudio de la lactancia materna.

### **Lactancia como un proceso biológico y fisiológico**

La relación planteada entre la lactancia y la salud se debe, principalmente, a que los componentes de la leche previenen enfermedades infecciosas y crónicas, en relación con la condición del sistema inmunológico del recién nacido (Monet Álvarez et al., 2022). También se han identificado beneficios de la lactancia materna exclusiva para las madres, como un menor riesgo de sufrir cáncer de mama y ovario en aquellas que amamantaron (León-Cava et al., 2002). Son innumerables las investigaciones relacionadas a la lactancia materna desde los campos especializados de la salud como la salud pública, obstetricia, ginecología, medicina prenatal, pediatría o neonatología, a saber, son el saber médico que se basa en investigaciones y datos científicos para reafirmar la idea que las mujeres deben ser re-educadas y el conocimiento debe ser transmitido por medio de la intervención médica profesional <sup>1</sup>(Wall, 2001, p.592 en Soledad Yañez, 2010, p.118).

Este saber médico se reproduce globalmente mediante organizaciones internacionales que promueven la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida del recién nacido y hasta los 2 años. La lactancia materna es para la Organización Mundial de la Salud “una de las formas más eficaces de garantizar la salud y la supervivencia de los niños. Sin embargo, contrariamente a las recomendaciones de la OMS, menos de la mitad de los lactantes se alimentan exclusivamente con leche materna” (OMS, 2024). Asimismo, para la UNICEF la lactancia “no sólo beneficia a los bebés sino también a las mamás, ya que a corto plazo ayuda a su recuperación física, por ejemplo, disminuye el riesgo de

---

<sup>1</sup> El saber médico hegemónico también se relaciona al concepto de “violencia obstétrica” o medicalización del cuerpo femenino y funciona como mecanismo de control sobre las mujeres también.

hemorragia después del nacimiento y reduce el riesgo de depresión post- parto” (UNICEF, 2024).

### **Lactancia como un proceso social**

La segunda tendencia de investigación sobre lactancia materna que se identifica se refiere a la producción generada desde las ciencias sociales, la cual aborda el tema desde su dimensión social, entendiéndola como un fenómeno que involucra experiencias corporales, emociones, las representaciones de los cuerpos y de la maternidad, generalmente abordados desde la antropología, los estudios de medios de comunicación y con enfoques críticos y perspectiva de género. Los enfoques metodológicos que realizan un abordaje desde el proceso social de la lactancia son mayoritariamente cualitativos, se basan en fuentes primarias con entrevistas a diferentes grupos de mujeres en lactancia como: mujeres-madres adolescentes (Forero et al., 2013, Tabares Lenis et al., 2014), madres lactantes trabajadoras (Turner & Norwood, 2014). Incluso algunas investigaciones han abordado el tema de la percepción y aceptación de diferentes poblaciones frente a la lactancia materna en espacios públicos desde el enfoque cuantitativo (Mulready-Ward & Hackett, 2014, Smith et al., 2011, Acosta-Torres et al., 2014). También, hay estudios cualitativos que basan la recolección de datos en fuentes secundarias, como foros (Tăut, 2017), grupos, redes sociales digitales (Gutiérrez Martínez, 2020) y medios de comunicación masiva como el cine (Visa Barbosa, 2017).

En ese marco, sobresale Tăut (2017) con *Breastfeeding (Un)Covered: Narratives of Public Breastfeeding on Romanian Discussion Forums*, una investigación sobre narrativas en internet de la lactancia materna pública en los foros de discusión rumanos. Su objetivo fue explorar la construcción de la lactancia materna en público, como se muestra en las historias y las opiniones de las mujeres que participan en discusiones en foros públicos en internet. Se analizaron 769 mensajes de 8 foros de discusión diferentes, el procesamiento de los datos es similar al utilizado en la presente investigación, ya que agrupa las narrativas emergentes y se formulan tres categorías más amplias de temas: 1. Restricción pública de pecho como reconocimiento del *status quo*. 2. Permiso dentro de los límites y 3. Pecho como un derecho humano. La autora concluye que existe una relación entre las personas

que consideran los senos como símbolo cultural de la sexualidad, están más en contra de la lactancia materna en espacios públicos y viceversa.

Ana Paulina Gutiérrez Martínez también analiza grupos en redes sociales digitales en su investigación denominada *¿Y tú, das pecho o biberón? Narrativas, identidad de género y lactancia materna* publicada en 2020, en esta desarrolla los elementos que determinan la decisión de dar o no leche materna. Utiliza como técnicas para la recolección de datos la observación y la entrevista semiestructurada en dos grupos de la red socio-digital Facebook (un grupo dedicado a la lactancia materna y otro a la lactancia con biberón). Realiza 16 entrevistas semiestructuradas a mujeres que tuvieran entre 20 y 45 años y tuvieran uno o más hijos e hijas entre cero y cuatro años, adicionalmente establece como criterio de inclusión que fueran usuarias de la red social Facebook.

La autora determina que son tres los elementos que condicionan la lactancia: las emociones, la administración del tiempo y los cuidados, y el vínculo entre la madre y su hijo/a. Respecto a las emociones concluye que el acto de amamantar no es meramente biológico y las experiencias emocionales de las mujeres que deciden hacerlo están marcadas por el sentimiento de culpabilidad por "no producir suficiente leche, de acuerdo con los estándares de la Liga de la Leche, las enfermeras, las amigas, los libros sobre el tema o la familia" (Gutiérrez Martínez, 2020, p.111-112), sin embargo, el acto se describe, en la mayoría de los casos, como doloroso y tortuoso. Sobre la administración del tiempo y los cuidados, se establecen marcadores identitarios relevantes: las mamás que amamantan y las que ofrecen fórmula. Por esto, se expresa un claro reclamo por la falta de reconocimiento a la cantidad de trabajo y tiempo que resulta el proceso de amamantamiento acumulado con labores domésticas y extra-domésticas. El vínculo afectivo entre madre y cría por medio de la lactancia es un elemento motivador para amamantar, no obstante, las mismas entrevistadas desmienten que este sea la única forma de fortalecer este vínculo. El estudio aporta conclusiones relevantes como el hecho de determinar que "la lactancia materna es un proceso social y no solo un hecho biológico" (Gutiérrez Martínez, 2020, p.119).

Coinciden en el constante sentimiento de culpa, la sobrecarga, la fatiga mental y física que rodea la lactancia materna, Rocío Paricio y Cristina Polo en su investigación *Maternidad e identidad materna: deconstrucción terapéutica de narrativas* publicada en 2020. Esta

investigación realizada desde el campo del conocimiento de psiquiatría, propone realizar una guía de exploración y abordaje terapéutico narrativo para las mujeres que presentan malestar emocional en el proceso de maternidad a partir de la identidad construida desde las narrativas heredadas de modelos tradicionales y patriarcales (Paricio Del Castillo & Polo Usaola, 2020, p.33). Esta investigación parte del mito de “la buena madre” que asume la maternidad y la lactancia también, como un proceso en el que las mujeres cuentan con el instinto natural/maternal a cuidar por medio del sacrificio y abnegación. Desde la perspectiva de género, se comprueba que el sistema de organización social patriarcal asocia al hombre con “la razón” y a la mujer con “el cuerpo” y sus conceptos vinculados como “irracionalidad, impulsividad y seducción”. Se establece entonces que la función reproductiva y criadora de las mujeres es señal de identidad femenina. Las autoras presentan las contradicciones y tensiones que viven las mujeres actuales frente a la lactancia materna y su ejercicio de maternidad, ya que deben elegir entre distintas narrativas y juicios sociales, en síntesis, se plantea que a mayor maternidad- menos ciudadanía.

Esta disyuntiva de tener que elegir entre amamantar o no, frente a todas las premisas biomédicas y socioculturales que presionan a las mujeres, es desarrollada también por Eddier Martínez Álvarez en *Mujeres lactantes: discursos opresivos y prácticas de resistencia* (2022), ya que plantea como resultados de su investigación que las mujeres primerizas identifican una sensación de engaño frente a “imágenes que les ‘vendieron’ de la LM en las que solo habría felicidad y sentimiento de plenitud” (Martínez-Álvarez, 2022, p.638), ya que la exponen como algo sencillo y natural. La autora utiliza un enfoque etnográfico mediante las técnicas de observación participante y la realización de entrevistas a 50 personas, entre estas, a mujeres lactantes, parejas, profesionales de salud, consultoras de lactancia, activistas prolactancia, doulas<sup>2</sup> y parteras en Colombia. Los resultados de este

---

<sup>2</sup> Luisa Pérez Wolter [@douladevidacr] (15 de enero, 2025). ¿Qué es una doula? Una doula es una profesional no médica, especialmente formada para brindar apoyo emocional, espiritual, físico y práctico a personas que atraviesan transiciones significativas en sus vidas, así como a sus seres queridos. El objetivo de la doula como profesional capacitada en las emociones es ayudarnos a transitar en compañía cualquier situación en la que requiramos apoyo: un nacimiento, un cambio

estudio coinciden con Gutiérrez Martínez (2020) y Paricio y Polo (2020) en el tanto la decisión de amamantar se toma como una cuestión moral vinculada a ser la “buena madre”, sin embargo, cuando se experimentan problemas de salud, dificultades en la técnica o dolores por el amamantamiento, se hacen acusaciones o señalamientos en contra de las mujeres y sus cuerpos. En general, las experiencias de mujeres analizadas en estos estudios también están marcadas por condiciones de clase, etnia, migración, orientación sexual y otras variables estructurales. Estas investigaciones se vinculan al señalar que existen discursos sociales morales que hacen sentir frustradas a las mujeres en este proceso que se debate entre la “mejor decisión” debido a los múltiples beneficios defendidos por el personal de salud -que reproducen la primera perspectiva expuesta en este apartado- y la presión familiar que refuerza la idea de construcción íntima del vínculo entre el bebé y la madre mediante la alimentación de pecho. Esta culpabilidad sucede cuando las dificultades, enfermedades y dolores por amamantar se presentan, sin contar con un espacio social seguro para su atención.

Un elemento diferenciador de la investigación de Martínez-Álvarez (2022) es que considera a tres colectivos pro lactancia como experiencias de prácticas de resistencia de las mujeres lactantes. Esto debido al tratamiento individualizado que recibieron durante su periodo de amamantamiento. Primero, las Consultoras Internacionales de Lactancia (IBCLCs) que es una Junta Internacional de Examinadoras de Consultoras de Lactancia Materna, es decir, acreditan a personas profesionales del área de la salud para ser consultoras en el tema, trabajan en conjunto con las familias, organizaciones de gobierno y la sociedad en general con el fin de reducir los riesgos de no amamantamiento (IBELCE, 2017). Segundo, las voluntarias de La Liga de la Leche, que está conformada por mujeres consultoras que han amamantado alguna vez y pueden aconsejar a partir de su experiencia y de su conocimiento especializado. Tercero, el colectivo de mujeres “Mumanki, Maternidad y Crianza”, que concentra discusiones y debates mediante seminarios con personas expertas sobre lactancia, maternidad y crianza. La autora concluye con una explicación de la tensión entre las narrativas biomédica y social, ya que “los discursos muestran a la mujer lactante como

alguien empoderada, liberada y ganadora. Sin embargo, estos mismos discursos la muestran como un ser dominado, dependiente y perdedor” (Martínez-Álvarez, 2022). Igualmente, Jacqueline Wolf considera a la organización Liga de la Leche una revolución que cambió el rostro de la maternidad, “al aconsejar a las mujeres que eliminen al intermediario intrusivo, el médico, para unir nuevamente a la madre y al bebé” (Lowman 1978, p.4 en Wolf, 2006).

La tensión entre el sentimiento de orgullo/empoderamiento y el dolor/agotamiento presente en la práctica del amamantamiento es un resultado también de la investigación *Images of Breastfeeding on Instagram: Self-Representation, Publicness, and Privacy Management* que, desde la comunicación visual, recopila imágenes vinculadas a los *hashtag* más populares de lactancia materna publicadas en la red social digital *Instagram* -como principal herramienta para compartir imágenes- y su representación entre los discursos privados y públicos. (Locatelli, 2017) analiza imágenes provenientes tanto de madres como de promotoras de lactancia materna. Esta investigación invita a discutir sobre la paradoja entre lo privado y lo público, sobre todo respecto a la comunicación por medio de redes sociodigitales relatos, historias, fotografías y videos de momentos íntimos y familiares. Este hecho permite comprender que la paradoja se resuelve con la necesidad de reconocimiento y validación de prácticas biosociales por parte de una comunidad digital, en este caso.

Los resultados del análisis aplicado a las imágenes publicadas por padres/madres demuestran una contradicción entre discursos públicos/privados, porque se identifican “varias estrategias adoptadas por los padres para proteger la privacidad de sus hijos” como tapar sus rostros o tomar la fotografía de forma que no se vea el rostro, sin embargo, las imágenes “se desvían entre arreglar un momento privado y crear discursos públicos utilizando *hashtags* específicos dirigidos, por ejemplo, a la normalización de la lactancia pública” (Locatelli, 2017, p.1). Las imágenes de las consultoras de lactancia y asociaciones presentan la lactancia como un viaje (también con *hashtags* como # *breastfeedingjourney* y #*postpartumjourney*). Este viaje implica una experiencia de altibajos relacionados con características como "lenta", "agotadora", "dolorosa" y "difícil", pero también denominada como "el mayor regalo", un "amor" y una experiencia "empoderadora" (Locatelli, 2017).

Hasta ahora, la posición de las organizaciones o asociaciones pro lactancia ha sido sutilmente abordada, estas se presentan como un actor más involucrado en el proceso en el que confluyen múltiples actores alrededor del binomio madre-bebé o la triada madre-leche-bebé. Por un lado, se presentan como una entidad rigurosa que establece estándares altos e incumplibles sobre la lactancia (Gutiérrez Martínez, 2020), pero también se asumen como espacios alternativos y seguros para que las mujeres encuentren soluciones a sus problemas (Martínez-Álvarez, 2022).

La posición de estos estudios ha sido mayoritariamente crítica a la lactancia por estar asociada a la subordinación femenina, la reclusión de las mujeres a los espacios privados y labores de maternidad y crianza. Esta postura se deriva del “reclamo de los movimientos feministas por la recuperación y el control de los cuerpos de las mujeres” (Penchansky, 2021). Este aspecto se relaciona con el derecho a decidir sobre el propio cuerpo, es decir, a utilizar el cuerpo para cualquier actividad, lo que debería producir empoderamiento y emancipación. Estas cuestiones relacionadas con el derecho a decidir sobre el cuerpo han sido ampliamente debatidas en torno al derecho al aborto, los métodos anticonceptivos y la libertad de ejercer el trabajo sexual. Sin embargo, la lactancia es considerada con menor regularidad en estos debates feministas, aunque se trate de un acto que tiene implicaciones directas en los cuerpos de las mujeres. Wolf (2006) en *What Feminists Can Do for Breastfeeding and What Breastfeeding Can Do for Feminists*, expone la desatención del movimiento feminista sobre la lactancia, ofrece como ejemplo, el manifiesto feminista “Our Bodies, Ourselves” que contenía más de sesenta páginas sobre embarazo, parto y atención posparto, y dos páginas sobre lactancia materna. (Bostonwomen's Health Book Collective 1976)<sup>3</sup>.

Por otra parte, existe una postura crítica que considera a la lactancia buena para las mujeres y un acto de resistencia política. Massó (2013), argumenta en un contexto en el que las labores de cuidado y la lactancia se catalogan como femeninas y, por ende, socialmente desprestigiadas, exentas de elementos de valor público, ético o socioeconómico, que el desprestigio de la lactancia comienza con la figura de las nodrizas que amamantaban a

---

<sup>3</sup> Esto en la segunda ola del movimiento feminista que comenzó la reforma de salud sexual y reproductiva de las mujeres.

clases altas, debido al bajo valor que tiene esta práctica. Posteriormente, se considera el biberón como un sustituto comercial de los senos. Soledad Yañez (2010) expone que la denigración y sustitución de los cuerpos de las mujeres por la fórmula comenzó con la extensión de la idea sobre la calidad, inocuidad, regularidad y garantía de la leche artificial producida en laboratorios versus la inestabilidad de la leche producida por el cuerpo femenino. La campaña comercial y alianzas entre compañías de fórmulas con grupos de saberes médicos conspiraron para ocultar información a las mujeres y promover la lactancia mediante fórmula (Wolf, 2006). En ese contexto, en 1950, surge la Liga de la Leche Internacional en Estados Unidos, como respuesta a esta campaña de desprestigio y con el fin de revalorar los cuerpos y saberes de las mujeres (Soledad Yañez, 2010). En síntesis, la práctica lactante nunca ha tenido algún tipo de prestigio. Por este contexto histórico, Massó (2013) considera el dar de mamar un acto reivindicativo del feminismo muy distante de lo establecido en las anteriores investigaciones aquí planteadas, se asume la lactancia como una práctica placentera, deseable, simbiótica y ecológicas.

Dos aportes relevantes destaco de este estudio. Primero, la definición de *lactivismo*, que es aquel movimiento no político que surge en una “emergencia creciente de intervenciones y agrupaciones más o menos espontáneas (...) que se condensan y solidifican cada vez más en virtud de objetivos compartidos, pero manteniendo siempre tal condición ciertamente líquida y netamente polifónica” (Massó Guijarro, 2013, p.178). La caracterización del movimiento lactivista como apolítico es cuestionable debido a que la práctica del amamantamiento pasa por ser un proceso biológico, pero termina siendo cultural porque al tratarse de una práctica corporal conlleva implicaciones profundamente políticas y consecuencias comunicativas para la reproducción de significantes y sentidos.

Segundo, la crítica al movimiento feminista detractor de la lactancia. En términos generales, los feminismos aluden a que el prestigio siempre lo ha tenido el espacio público y el trabajo remunerado, por eso los esfuerzos han sido por ocupar ese lugar en igualdad de condiciones que los hombres, ya que las mujeres han sido históricamente excluidas y recluidas en el espacio privado (la casa/la familia). Sobre esto menciona la autora “acaso sea un objetivo radicalmente más feminista, vindicativo, emancipatorio pretender aquel conjunto de actividades y asunciones practicadas por la mujer sea considerada del mismo

prestigio y relevancia” (Massó Guijarro, 2013, p. 181). Massó señala que no se asume la lactancia como una labor excluyente de otras prácticas, sino algo que debe ser reconocido con dignidad.

Por otra parte, Albuero-Caeñite (2014) cuestiona este empoderamiento de las mujeres al amamantar, en su investigación denominada *Breast is Best? A Feminist Re-Reading of Breastfeeding Policies and Practices in the Philippines*, donde identifica como discurso predominante el catalogado “el pecho es mejor”, el cual considera centrado en las infancias/niños/niñas y no en las mujeres lactantes. Se considera la lactancia “más allá del discurso de la nutrición hacia una comprensión más arraigada de las luchas y triunfos de las mujeres para ser y convertirse en personas-madres” (2014, p.1). Por otro lado, Sutton (2007) considera el cuerpo como importante para entender la resistencia política de las mujeres en el artículo *Poner el Cuerpo: Women's Embodiment and Political Resistance in Argentina*. En este se estudia el significado de la expresión de movimientos sociales feministas de “poner el cuerpo”, del que se deriva que las mujeres construyen subjetividades “encarnadas a través de sus prácticas activistas y cómo definen poner el cuerpo en términos de protesta colectiva y trabajo diario de activistas” (p.1). En resumen, existe una división feminista entre dos vertientes relacionadas con la lactancia, por un lado, los movimientos que enfatizan que el cuerpo le pertenece a cada mujer y, por tanto, esta tiene el derecho a decidir cómo, cuándo y hasta cuándo amamantar; por otro lado, una corriente feminista prolactancia que prioriza el acto de amamantar frente a la cuestión de la autonomía o el derecho de decisión sobre su propio cuerpo por parte de las mujeres.

### **Lactancia como un derecho**

La tercera perspectiva de investigación ubicada es la que piensa la lactancia materna desde la asignación y reconocimiento de derechos, es decir desde la dimensión de la política pública y del derecho que entabla la relación tensa público-privada entre la lactancia materna y el trabajo. Rosana Sack, (2015) en *Lactancia materna y trabajo: ¿un derecho reconocido a la mujer?* no omite presentar la bifurcación entre los roles socialmente asignados a las mujeres - especialmente cuando se convierte en madre- y sus propios deseos, prioridades y necesidades. Concluye la autora en que existen marcos jurídicos en tensión, por un lado, la OMS recomienda la lactancia materna exclusiva hasta 6 meses; por

otro lado, las licencias de maternidad duran cinco meses -en el caso de empleos públicos periféricos- y tres meses -en el caso de trabajos del sector público nacional en el caso de Argentina. En el caso de mujeres que laboran bajo un régimen de contrato de trabajo, únicamente se les otorga 45 días antes del parto y 45 días posterior. Por lo que se concluye que la mayor motivación para abandonar la lactancia es debido a la reinserción laboral. Un aporte relevante que hace la autora a la discusión es plantear como problemático la ausencia de la pareja o padre en las responsabilidades de bienestar integral de la persona bebé y la sobreexposición de las mujeres y su cuerpo a múltiples miradas y evaluaciones, tanto sobre su cuerpo, el desempeño de sus senos y la leche que producen, el desempeño doméstico y laboral que debe continuar poco después del proceso de parto, entre otras, todos estos aspectos expresan una gran diferencia inequitativa de género.

### **La comunicación en los estudios sobre lactancia materna**

Los estudios sobre lactancia materna desde la comunicación se concentran en analizar los mensajes y las interacciones comunicativas a nivel colectivo e individual y cómo se afecta la práctica social del amamantamiento. Se examinan las influencias de diversos actores involucrados y en diferentes medios de comunicación, ya sea medios tradicionales o digitales en la protección y promoción de la lactancia materna. Los principales abordajes comunicativos han sido: estrategias de comunicación para la promoción de la lactancia, tecnologías de la comunicación y lactancia, lenguaje y comunicación, influencias de entornos a la lactancia, apoyo y asesoramiento en lactancia materna.

Existen una diversidad de estudios que proponen estrategias de información y comunicación para la promoción de la lactancia materna hacia diferentes actores involucrados. Un ejemplo es el artículo de Restrepo-Nieto et al. (2024) *Mejoramiento de la lactancia materna exclusiva a través de una estrategia de información y comunicación prenatal y posnatal, Cali (Colombia): 2014-2017*, que se plantea como objetivo evaluar la efectividad de una estrategia para promover y lograr la lactancia exclusiva durante los primeros 6 meses de vida del lactante a partir de un estudio cuantitativo cuasiexperimental. Las personas autoras concluyen que la utilización de tecnologías de información y comunicación logra mejorar la duración promedio de la lactancia materna.

En la misma línea de estudios sobre estrategias comunicativas, la investigación de Rivas plantea diseñar una estrategia de comunicación sobre lactancia materna en el personal asistencial del Hospital Infantil de San Vicente Fundación Medellín con el propósito de fomentar la estrategia IAMI, lo que significa *Iniciativa Instituciones Amigas de la Mujer y la Infancia*, promulgada por la OMS y la UNICEF y ratificada por Colombia en 1991. Tiene como propósito recuperar la práctica de la lactancia para la supervivencia infantil (Rivas, 2019).

Respecto al área de estudio de las tecnologías de la información y la comunicación, se identifica la tesis denominada *La tecnología de la información y la comunicación y su impacto en la lactancia materna exclusiva* desarrollada por Cristina Corrales, que procura conocer la efectividad de estas tecnologías como herramientas para la atención y mantenimiento de la lactancia exclusiva en los hospitales de Madrid, España. Se analiza una selección de 15 referencias bibliográficas a partir de la unidad de análisis de la factibilidad y efectividad de las tecnologías de información y comunicación en el sustento de la lactancia materna exclusiva. Se concluye, en sintonía con la investigación de Restrepo-Nieto et.al (2024), que las tecnologías de la información son un canal de comunicación factible y efectivo para mantener la lactancia materna durante tres meses posparto, sobre todo con las tecnologías asincrónicas y llamadas telefónicas (Corral Iglesias, 2023).

Sobre el lenguaje y comunicación la investigación *"Comunicação não-verbal: uma contribuição para o aconselhamento em amamentação"* tiene como objetivo comprender y facilitar la aplicación de habilidades de comunicación no verbal del curso de consejería en lactancia promovido por la UNICEF y la OMS, a partir de la enseñanza de la habilidad de oír y aprender. Como resultados del estudio, se detecta una ausencia a la atención que le deben prestar atención las personas profesionales en el momento de impartir el curso, sobre todo aquellas señales no verbales de las mujeres en cuestión, porque se tratan emociones en estas (Leite et al., 2004).

Blázquez estudia los lenguajes sanos para acompañar a las madres durante la lactancia materna con el fin de aumentar su confianza para amamantar. La autora parte de la concepción de la lactancia como "un derecho, un acto de salud y amor que brota del deseo"

(Blázquez García, 2006, p. 186) por lo que las personas que acompañan este acto deben comunicarse de forma respetuosa y empática. Algunas recomendaciones de la autora para una escucha activa son el uso de preguntas abiertas, demostrar interés, devolver el comentario de la madre, evitar el uso de palabras enjuiciadoras, entre otros.

En el área de estudios de influencias, Díaz Jiménez et.al (2021) analizan un caso específico de una diada madre-hijo desde el parto y la influencia del entorno social en la lactancia de estos. Las personas autoras intervienen en la diada con un plan de cuidados que incorpora un diagnóstico y valoración del mantenimiento de la lactancia materna (expresión familiar de satisfacción con el proceso, percepción de apoyo familia, conocimiento de los recursos de apoyo, otros), conocimiento de la lactancia (señales de hambre, técnica adecuada de amamantar, succiones nutritivas, otros), modificación psicosocial (objetivos realistas, autoestima, optimismo) y motivación (tiene apoyo, autoestima positiva, creencia de su capacidad de amamantar). La conclusión del estudio de caso es que con la orientación e intervención médica se ha reorientado un caso de lactancia materna ineficaz a una evolución adecuada, siempre con el apoyo del entorno familiar (Díaz Jiménez et al., 2021).

Vinculado a los estudios sobre apoyo y asesoramiento en lactancia materna en soportes de medios de comunicación digitales, Puentes et.al (2018) realizan un estudio denominado *Exploring breastfeeding support on social media*, en el que realizan una etnografía a grupos cerrados de la red sociodigital Facebook de la Asociación Australiana de Lactancia Materna, del cual se recopilaran contenidos durante cuatro semanas. Los resultados obtenidos demuestran que son 12 las temáticas abordadas y que el 21% de las publicaciones se trataba de consultas y el 44% preguntas específicas sobre lactancia materna. Se concluye que estas redes brindan apoyo informativo y emocional, "facilitado por la presencia auténtica de consejeras de lactancia materna capacitadas y otras madres" (Puentes et al., 2018).

Todos los estudios identificados -en este estado de la cuestión- sobre lactancia materna vinculados al área de la comunicación admiten la premisa de que la lactancia es una norma moral incuestionable, por lo que la promoción de la práctica como mecanismo para la supervivencia y crecimiento de los recién nacidos es la base de todos cuestionamientos epistemológicos. No se identifican investigaciones con perspectiva de género o que, al

menos, planteen cuestionamientos respecto a los beneficios y costos de la lactancia para las mujeres. Se concluye también que la lactancia en estos estudios se acepta como un acto natural, sin embargo, en todos los casos las investigaciones tienen como propósito el logro, la promoción y la consecución de una lactancia exclusiva eficiente, lo que demuestra las evidentes y múltiples dificultades que existen para lograrlo, lo que a su vez evidencia lo poco instintivo y natural que resulta la práctica.

A modo de cierre de este recorrido crítico sobre la bibliografía más pertinente ubicada sobre el tema, se subraya que las posturas expuestas permiten entender que la lactancia es portadora de una identidad maternal para las mujeres, es decir, que el parto implica también el nacimiento de una madre cuyos roles e identidad están previamente construidos en el ámbito social desde una narrativa hegemónica y ligados todavía a postulados de la *buena maternidad*, basados en el sistema sexo-género vigente en sociedades patriarcales como la nuestra. De acuerdo con Blum (1993), la lactancia ha sido “catalogada desde 1993 como la experiencia más intensa de conflicto sobre cómo es y cómo debe ser una madre” (en Soledad Yañez, 2010, p.117) y más que cualquier otra dimensión de la maternidad, obliga a lidiar con ambigüedades que se encuentran en el centro mismo de la construcción de la maternidad (Bobel, 2001 citado en Soledad Yañez, 2010) y su comercialización. Estos aspectos son centrales para el desarrollo de la tesis.

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

### **Sobre las narrativas**

Las narrativas se constituyen como objetos de análisis dentro de la investigación cualitativa (Rincón, 2007) ya que son datos textuales derivados de la forma en que actores sociales producen, representan y contextualizan su experiencia y conocimientos personales (Coffey & Atkinson, 2003). Denzin la describe como "el relato de una secuencia de acontecimientos que tiene importancia para el narrador y su público" (Denzin 1989 en Coffey & Atkinson, 2003). Una de las características más relevantes para efectos de la investigación científica es que la narrativa produce "significado y le da sentido al mundo y a sí mismo (Gergen 1996; Goolishian y Anderson 1994 en González Viveros et al., 2022, p. 39) ya que se construyen a partir de las interacciones y prácticas sociales.

Con las narrativas se aproxima el análisis de las realidades sociales y la capacidad de describir realidades subjetivas (Biglia & Bonet-Martí, 2009). De esta forma se revaloriza al actor social, ya sea individual o colectivo, como sujeto de una configuración más compleja que un dato o una variable. Además, el aporte de las narrativas, según Biglia y Bonet-Martí (2009) con respecto a otras formas de analizar subjetividades, es que el problema no se centra en la idea de "dar voz" a poblaciones, sino establecer una representatividad declarando la importancia que tienen las historias generadas (Biglia y Bonet-Martí, 2009).

Según Kusow y Eno existen diferentes niveles de narrativas: la cultural, la institucional, la organizativa y la personal. La cultural se refiere a esas "historias y representaciones colectivas que están integradas en una cultura estructurada que construye límites simbólicos alrededor de los tipos de grupos sociales e individuos". Por narrativas institucionales, se entienden las "historias producidas a nivel político y normativo que construyen y legitiman límites políticos y políticas específicas en torno a grupos e individuos". Las narrativas organizativas corresponden a "historias producidas por organizaciones que se dedican a proteger a personas vulnerables y/o están comprometidas en la defensa de los derechos humanos". Las narraciones producidas a nivel personal se refieren a "historias producidas como resultado de individuos que luchan por ubicarse en relación con los límites construidos a nivel cultural, institucional y organizativo" (Kusow & Eno, 2015).

Se plantea aquí la estructura específica de una narrativa formal planteado por Labov en Coffey y Atkinson (2003), que sirve para realizar, no solo un análisis de sus partes, sino de las estructuras utilizadas por la gente que cuenta historias, cómo dan forma a los acontecimientos que relatan; como hacen para mostrar y ordenar sus ideas; cómo "empacan" los eventos narrados y cómo reaccionan a ellos, y como articulan las narrativas individuales con la cultural y organizacional. Este se ha denominado modelo de evaluación y se identifican elementos de la estructura de la narrativa que se pueden obtener de las respuestas a las siguientes preguntas:

<b>Estructura</b>	<b>Pregunta</b>
Resumen	¿De qué se trataba?
Orientación	¿Quién? ¿Qué? ¿Cuándo? ¿Cómo?
Compilación	¿Entonces qué sucedió?
Evaluación	¿Y entonces qué?
Resultado	¿Finalmente qué pasó?
Coda	Frase que termina la narrativa

Fuente: elaboración propia con base en Coffey & Atkinson (2003, p.71).

Se plantea de forma preliminar y a manera de ejemplo una narrativa sobre lactancia materna desde algunos de los cuestionamientos de la estructura propuesta. La forma de organizar la narrativa se deriva de la articulación y organización intencional de los relatos por momentos, de forma que se narre una historia con inicio y fin, así que se conjuga la interpretación y presentación de la investigadora con los textos o relatos de las mujeres y las organizaciones.

<b>Estructura</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Macronarrativa lactancia materna</b>
Resumen	¿De qué se trataba?	<p>Esta es una historia sobre la lactancia materna, desde su inicio en el parto y su final con un destete feliz. Pero no se trata de una historia cualquiera, sino que:</p> <p><i>[O] Cada línea, cada marca, cada cicatriz cuenta una historia. Mi cuerpo es una rica expresión de mi propia historia como madre y estoy orgullosa de ello. Cuenta la historia de la creación, el alimento, el dolor, la alegría. Es parte de</i></p>

		<i>lo que soy.</i>
Orientación	¿Cuándo?	<p>Dar pecho tiene una temporalidad extendida durante los primeros seis meses de vida y los siguientes dos años como mínimo. La frecuencia también es intensiva:</p> <p><i>[O] El pecho es una fábrica, entonces lo ideal es dar a libre demanda según pida el bebé, asegurándose que mame "activamente" al menos 8 a 12 veces en 24 horas.</i></p>

Se detalla a continuación la articulación de las teorías, supuestos teóricos y conceptos claves directamente relacionados con la lactancia materna como objeto de estudio de la comunicación social y entendido como fenómeno político-cultural desde los cuales se enfocará el tema de estudio. La aplicación de estos conceptos al análisis se hace por medio de categorías para interpretar las narrativas.

Primero, se desarrolla lo asociado al sistema sexo-género, ya que la división sexual del trabajo establece roles específicos que asignan a las mujeres obligaciones maternas vinculadas con la lactancia materna. Segundo, se describe la caracterización de las maternidades, incluyendo mitos y construcciones socioculturales alrededor de esta que permiten abordar la relación mujer-madre desde los aportes de los feminismos. En el tercero, se exponen los postulados teóricos sobre lactancia, asumiéndola como un hecho bio-social en cuya dimensión social se destaca el fenómeno del lactivismo dentro de la mamásfera.

### **Sistema sexo-género**

El entramado de características y expectativas que se asocian a las personas para asignarles la etiqueta de hombre o mujer es entendido como género. El género define la apertura o restricción de espacios simbólicos a los que pueden acceder aquellas personas asignadas con un género o con otro (Osborne & Molina, 2008). Sin embargo, el término ha perdido su capacidad analítica debido a que oculta situaciones de opresión que tienen que ver con

clase, raza, orientación o identidad sexual, lo que es un instrumento teórico fundamental del enfoque interseccional del feminismo decolonial y negro. En ese sentido, la crítica subraya que esta noción asume lo masculino y lo femenino como géneros equivalentes y, por ende, oculta las desiguales relaciones de poder que contiene.

En esa línea, Simone de Beauvoir (Beauvoir, 1948) asume la feminidad como *algo* construido o elaborado, ya que “no se nace mujer; se llega a serlo”(p.207), así, desmiente la idea de que la condición femenina es algo natural, mera consecuencia de aspectos biológicos. Silvia Federici coincide con este argumento al aclarar la diferencia con el trabajo doméstico, que no solo ha sido impuesto a las mujeres, sino que se ha asignado como un atributo natural producto de la personalidad femenina, por lo que "en vez de ser reconocido como trabajo ya que estaba destinado a no ser remunerado" (Federici, 2013, p. 37).

El conflicto medular que gira en torno a la lactancia materna -de manera específica- y sobre la maternidad -en general- es la determinación de su vinculación con los sistemas de opresión y sumisión de las mujeres vigentes en las sociedades patriarcales. Este sistema social prepara y entrena durante, al menos, durante veinte años de socialización a las "mujeres para este rol y convencerlas de que tener hijos y marido es lo mejor que puede esperar de la vida" (Federici, 2013, p. 37). Gayle Rubin en su búsqueda por la explicación del origen de la opresión hacia las mujeres, teoriza sobre el denominado *sistema sexo/género*, el cual define como “el conjunto de disposiciones por el que una sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana, y en el cual se satisfacen esas necesidades humanas transformadas” (1986, p. 97). La autora aplica la teoría marxista a la cuestión de las mujeres al sostener que las mujeres son “una reserva de fuerza de trabajo para el capitalismo, que los salarios (...) de las mujeres proporcionan plusvalía extra al patrón capitalista, que las mujeres sirven a todos los fines del consumismo capitalista” (Rubin, 1986, p.98).

Para profundizar en esta teoría resulta fundamental conceptualizar el capitalismo, el capital y la plusvalía, términos centrales de la teoría de Marx. Desde esta perspectiva, el capitalismo se entiende como “un conjunto de relaciones sociales -formas de propiedad, etc.- en que la producción adopta la forma de conversión del dinero, las cosas y las

**personas en capital**” (Rubin, 1986, p.98-99, el resaltado no es del original), con base en la premisa de que el capital es la capacidad de intercambiar bienes/dinero por trabajo, cuestión que se reproduce e incrementa extrayendo de la persona el trabajo no pagado o plusvalía. En ese sentido, la plusvalía es “la diferencia entre lo que la clase trabajadora en conjunto produce y la cantidad de ese total que se recicla hacia el mantenimiento de la clase trabajadora” (p.99).

En la lógica marxista entre el capital y la plusvalía, el trabajador<sup>4</sup> está en el centro de la operación, ya que es su trabajo el origen del capital. Por eso, para Marx es fundamental su mantenimiento/supervivencia y pronta reproducción para contar con una reserva de nuevos trabajadores (Marx, 1972, p.572 en Rubin, 1986). Lo anterior porque la fuerza de trabajo de los hombres se pone en acción únicamente trabajando lo que, a su vez, “consume una cantidad definida de músculos, cerebro, nervios, etc., humanos, y es preciso restaurarlos” (Marx, 1972, p.171, en Rubin, 1986). Este proceso de renovación queda a cargo de las mujeres-esposas, que se encargan de todas las labores domésticas, de alimentación, crianza, cuidado y limpieza, necesarias para la recuperación (física y mental) de los hombres y su retorno al trabajo. De igual forma, son las mujeres-esposas las encargadas de la gestación, parto, lactancia y cuidado de los bebés, aquellos que oportunamente formarán parte del mercado laboral. En palabras de Silvia Federici:

de la misma manera que Dios creó a Eva para dar placer a Adán, el capital creó al ama de casa para servir al trabajador masculino, física, emocional y sexualmente; para criar a sus hijos, coser sus calcetines y remendar su ego cuando esté destruido a causa del trabajo. (Federici, 2013, p. 38)

Resulta inevitable percibir la estructura heteronormativa de este sistema sexo-género, ya que este impone también la maternidad como mandato en el marco de una matriz heterosexual obligatoria, excluyendo maternidades alternativas. Se comprende heteronormatividad como el “sesgo cultural a favor de las relaciones heterosexuales, conforme al cual dichas relaciones son consideradas “normales, naturales e ideales” y son

---

<sup>4</sup> En esta teoría, me refiero a trabajador en masculino, no en su conocido uso de masculino genérico, sino para identificar hombres trabajadores únicamente.

preferidas sobre relaciones del mismo sexo" (Organización de los Estados Americanos, 2015, pp. 40-41). El sistema sexo-género teorizado por Rubin (1986) se compone de un entramado de instituciones jurídicas y culturales que presionan hacia patrones de comportamiento heterosexuales dominantes.

El parentesco es un elemento clave de la organización y funcionamiento del sistema sexo-género, es a partir de la figura del matrimonio y el emparentamiento que se legitiman procesos de control de los cuerpos y definición de los roles de género, esto moldeado por las relaciones de poder y no solo la producción económica. Es así como las mujeres asumen la responsabilidad individual de su propio esposo y sus hijos, pero no de una colectividad mayor.

En ese contexto, el trabajo doméstico realizado por madresposas resulta, entonces, fundamental en el proceso de reproducción del trabajo del que se extrae la plusvalía. En función de esto, Rubin argumenta que el trabajo de las mujeres, encargadas del ámbito doméstico dados los roles sociales asignados a su sexo vigentes, contribuye en una medida considerable a la generación de plusvalía, aunque este aporte se le atribuye o reconoce únicamente a los hombres. Con la negación de un salario para el trabajo doméstico y su paralela promoción como un acto de amor, el capital ha logrado dos cosas importantes "primero, ha obtenido una cantidad increíble de trabajo casi gratuito, y se ha asegurado de que las mujeres, lejos de rebelarse contra ello, busquen obtener ese trabajo como si fuese lo mejor de la vida" (Federici, 2013, p. 38).

Adicionalmente, se subraya que el trabajo de gestación, parto, lactancia y crianza realizado por mujeres es indispensable para la sostenibilidad del sistema económico capitalista descrito por Marx, debido a que la obtención de la plusvalía depende de la fuerza de trabajo de las personas, por lo que el centro del sistema son las personas trabajadoras necesarias para su funcionamiento. Al asumir que la plusvalía se extrae del trabajo no pagado, es decir, el trabajador recibe una cantidad específica de remuneración por su trabajo y, a su vez, el patrón o capitalista recibe servicios o bienes de este trabajo, "si el valor total de las cosas hechas por el obrero supera el valor de su salario, el capitalista ha logrado su propósito" (Rubin, 1986, p.99). Si se reconocen las labores domésticas, de reproducción, crianza y propagación de la especie humana como trabajo no remunerado, despojándolas de

la idea de que son obligaciones naturales de las mujeres, se podría concluir que el sistema económico capitalista toma el cien por ciento del valor del trabajo de las mujeres-madres que realizan labores de lactancia, ya que no se remunera ni el mínimo establecido para los hombres por las actividades prácticas o intelectuales realizadas dentro del mercado laboral. Esta diferencia de asignaciones según el género no son neutrales porque ubican a las mujeres "en condiciones de desventaja y vulnerabilidad social al sentar las bases de su exclusión y discriminación en todas las esferas de la vida" (Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024, p. 18).

En suma, los ámbitos público y privado coexisten y mantienen el sistema "pero no gozan del mismo prestigio dentro del mismo, ya que la procreación y crianza de los niños no es reconocida como un trabajo productivo para la sociedad" (Saletti Cuesta, 2008, p.176). Esta desigualdad no es coherente con lo que Saletti denomina trascendencia en lo social, económico y político, característica de la maternidad si se evalúa a partir de su carácter humano. Es a partir de la noción sistema sexo/género que se propone que la alienación y opresión de las mujeres puede ser evitable en tanto es un producto cultural creado por las relaciones sociales. Para Salas y Piedra es necesaria la visibilización del trabajo doméstico no remunerado "como una reivindicación política que haga explícita la relación de este con la sostenibilidad de la vida y el sistema económico" (2024, p. 19). De la misma forma, Silvia Federici explica que "reivindicar el carácter asalariado de este trabajo es el primer paso para rechazar tener que hacerlo" (Federici, 2013, p. 40) ya que al cambio de denominación y exigencia salarial lo hace visible, cuestión indispensable para rebelarse contra ello.

## **Maternidades**

### **Mito del eterno maternal**

La creencia de que toda mujer desea y anhela ser madre porque esta es una necesidad biológica y natural se ha asumido históricamente como un precepto social indiscutible. Al ubicar el ser madre como un hecho estrictamente natural, las mujeres quedan dentro del claustro de la reproducción biológica, al tiempo que se les niega su identidad fuera de un ejercicio controlado de la función materna. En palabras de Saletti Cuesta "el deseo de las mujeres no cuenta, porque se supone integrado en el orden de los discursos legitimados del

sistema" (2008, p. 174). Las representaciones en el imaginario social de la maternidad reducen todas las posibilidades de deseos y anhelos de las mujeres a uno solo: parir. De esta forma, se propaga una identidad homogénea, modelo exigido, para todas las mujeres. "El resultado es la equivalencia de que toda mujer equivale a una madre" (Saletti Cuesta, 2008, p.177). La maternidad, según la construcción teórica de Lagarde, es un cautiverio para las mujeres. Entendiendo cautiverio como:

el hecho cultural que define el estado de las mujeres en el mundo patriarcal. Las mujeres están cautivas porque han sido privadas de autonomía vital, de independencia para vivir, del gobierno sobre sí mismas, de la posibilidad de escoger y de la capacidad de decidir sobre los hechos fundamentales de sus vidas y el mundo. (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 37)

La autora parte de la premisa de que todas las mujeres están cautivas por estar dentro del mundo patriarcal y que existen diferentes tipologías de cautiverios, independientemente de si existe conciencia al respecto. Lagarde coincide con Saletti en plantear que los deseos de las mujeres no representan verdaderamente alternativas para estas, ya que los cautiverios se caracterizan por subordinar a las mujeres al poder, hacerlas dependientes y con una ocupación de sus vidas para las instituciones y para los otros. Además, y de forma trascendental, los cautiverios son espacios culturales que obligan a las mujeres a cumplir con el deber ser femenino del cautiverio específico, sin alternativas (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 37).

La autora propone que las mujeres viven y sobreviven creativamente a los diferentes cautiverios a los cuales están sometidas y a pesar de que, para muchas mujeres, esto significa sufrimiento, conflictos, contrariedades y dolor, existen cautivas felices (Lagarde y de los Ríos, 2011). Una forma manifiesta de esta felicidad dentro del cautiverio de las mujeres es la construcción social en el imaginario colectivo de la satisfacción que debe generar convertirse en madre y la entrega total a los hijos<sup>5</sup>. Lo anterior aplica a las

---

<sup>5</sup> No se utiliza el término "hijo" e "hijos" con la aplicación de un masculino genérico del lenguaje. Sino, que se asume la postura de Marcela Lagarde de que encontrar el hijo varón resulta la finalidad misma de la maternidad y el parir una niña resulta una forma inconclusa de cumplir el deber. Así, se comprende que desde

diferentes formas de maternidad posibles, debido a que es importante reconocer la pluralidad de maternidades (lesbianas, trans, racializadas, adoptivas, etc.), de forma que no se pretende validar un modelo homogéneo de maternidad, sino al contrario, visibilizar la complejidad de situaciones y mandatos morales por las que las mujeres deben sobrevivir cuando se convierten en madres.

El concepto "el eterno maternal" acuñado por Prisce DiQuinzio, se compone de dos preceptos, primero, que toda mujer debe querer ser madre, segundo, que debe serlo, para cumplir su función en la sociedad y obtener algún tipo de reconocimiento a su existencia. Aquellas mujeres que no manifiesten estas cualidades o deseos, o se nieguen a ejercer estos mandatos sociales son caracterizadas como "desviadas", "deficientes" (Saletti Cuesta, 2008) o "malas madres", este último calificativo se refiere a aquellas que parieron pero no demuestran actos de instinto maternal esperados por la sociedad. El instinto maternal se construye sobre la base de lo natural, porque la vinculación de la mujer con la naturaleza ha sido una forma histórica de alejar a las mujeres del ámbito de la razón y de lo público (Gimeno, 2018, p. 96). Estas apelaciones a lo natural sirven a aquellos que "desean fundamentar su visión moral en una realidad externa" (Cronon, 1995, p.36, en Gimeno, 2018) para caracterizar comportamientos -generalmente de mujeres- y hacerlos parecer innatos, esenciales, puros, no artificiales y no negociables.

Es importante aclarar que no se intenta negar la relación del ser humano con la naturaleza, sino de procurar que esa vinculación sea como especie y no que sirva como límite e imposición respecto a roles, comportamientos, identidades y actitudes restrictivas para las mujeres (pie de página 113 en Gimeno, 2018). Y es que ni la gestación ni el parto son procesos exclusivamente biológicos, sino que constituyen procesos bio-sociales-culturales. Lo mismo ocurre con la lactancia materna, la construcción cultural de *lo natural* es explícita en la forma de caracterizar la leche materna como un alimento ideal para el lactante. Según la autora, por eso es que "si lo natural configura un orden moral, las mujeres no tienen la capacidad de dar de mamar, sino la obligación de hacerlo y, por lo tanto desaparece la libertad para escoger" (Gimeno, 2018, p. 97)

---

recién nacidos, los varones tienen privilegios respecto a sus homólogas niñas, por lo que se usa el término en masculino asumiendo esta diferencia en las relaciones entre hombres y mujeres.

La noción "amor maternal" es central en este esquema explicativo, ya que se presenta como un hecho instintivo, irracional, que supuestamente se manifiesta desde la infancia de toda mujer (Juliano, 1996) y se caracteriza por una devoción y dedicación exclusiva de la madre a la crianza y cuidado de sus hijos e hijas, tanto así, que su propia identidad de mujer se diluye y toma el protagonismo la identidad, características y deseos de la nueva madre. Para Silvia Tubert (1996), esta construcción de un ideal de la maternidad genera una medida única para todas las mujeres que no aprueba posibles diferencias individuales sobre su identidad y deseos. "La identificación con ese ideal permite acceder a una identidad ilusoria, que nos proporciona una imagen falsamente unitaria y totalizadora que nos confiere seguridad ante nuestras incertidumbres en tanto parece ser la respuesta definitiva a nuestras preguntas" (Tubert, 1996, p.10). La autora asevera que las figuras de la maternidad, lejos de ser un efecto de la maternidad biológica, son productos de una operación simbólica que otorga significación de maternidad a la femineidad y, por eso, portan y producen sentido. En ese marco, se cuestiona la propia existencia del instinto maternal, ya que la función de la maternidad es algo que puede o no desarrollarse en los cuerpos y psique de las mujeres, porque es una construcción social elaborada por la cultura, reproducida y aprendida por todas las personas desde temprana edad (Saletti Cuesta, 2008). Tubert destaca que la mujer es sujeto no sustrato corporal de la reproducción humana, es decir, no es útero ejecutor del mandato social o encarnación de un ideal cultural (1996).

En la antigüedad (antes del año 500 a.C.) las mujeres fueron, según evidencia arqueológica, valoradas más que en cualquier otra época. Existía una adoración sagrada a su capacidad de reproducción, sin embargo, la asociación entre parir, amamantar y criar era muy estrecha, por esto, muchas autoras encuentran que el amamantamiento es la explicación de la primera división del trabajo. En esta época era común cuidar a aquellas personas o animales únicamente con posibilidades de sobrevivir, por lo que los hijos, hijas, personas enfermas o con alguna discapacidad eran abandonados o no cuidadas. Esto demuestra que el llamado instinto maternal está vinculado con la razón y la necesidad del grupo, así como a sus propias necesidades individuales (Gimeno, 2018). En la antigua Grecia surgió la noción cultural de que la leche crea vínculos, esto asociado a la creencia de que la leche materna es un alimento casi mágico (Fildes, 1986, en Gimeno, 2018, p.19) noción que persiste en la

actualidad. Por lo anterior, se infiere que el concepto de amor maternal, tal como se entiende actualmente, es una invención de los últimos dos siglos.

El aspecto incuestionable de la maternidad deriva de las posibilidades biológicas de los cuerpos de las mujeres para parir y amamantar, sin embargo, esta posibilidad se convierte en un mandato social que a través del instinto o la idea del amor maternal universal garantiza su ejecución. De esta forma, la maternidad biológica se transforma en maternidad sociológica "en un hecho social, logrando que las diferencias biológicas entre los sexos se convierten en la base del sometimiento femenino"(Saletti Cuesta, 2008). Silvia Tubert expone que en la medida en que se vincula la feminidad con la maternidad, a partir de la capacidad biológica y reproductiva de los cuerpos de las mujeres, se instaura un deber y una norma, los cuales, posteriormente definen el control de la sexualidad y la fecundidad, por medio de un "conjunto de estrategias y prácticas discursivas que, al definir la feminidad, la construyen y la limitan, de manera tal que la mujer desaparece tras su función materna, que queda configurada como su ideal" (Tubert, 1996, p.7).

### **Maternidad desde los feminismos**

Desde la perspectiva feminista se ha expuesto que la ecuación mujer=madre no responde a ninguna característica biológica o natural, sino que es una representación producida y reproducida por la cultura hegemónica en sociedades patriarcales. Los estudios feministas han estudiado la maternidad desde tres tipos de abordaje. En el primero, con Simone de Beauvoir como principal precursora, se establece un rechazo tajante a la identificación de lo femenino con lo materno, en este momento histórico y en términos teóricos esta es la primera vez que se concibe que las mujeres pueden decidir no ser madres. En el segundo abordaje, con Adrienne Rich y Kulia Kristeva como principales autoras, se establece que la devaluación de la maternidad y lo maternal llevó a devaluar también el cuerpo femenino y sus capacidades, por lo que se plantea una "transvalorización" de lo femenino, es decir, una transición de lo femenino y materno en su condición de devaluados en la práctica social, excluidos del espacio público y desalojados de lo simbólico, a ser fuente de placer, conocimiento y poder. La tercera visión se desarrolla desde el constructivismo, en esta no interesan las representaciones de la maternidad, "puesto que es imposible acceder a lo que es más allá de las representaciones que pretenden dar cuenta de ello" (Tubert, 1996). El

objetivo de este tipo de abordaje es el análisis de la construcción de representaciones y el proceso de creación y configuración de la realidad social que atañe a cada mujer a partir de estas.

En el ámbito del feminismo liberal, Harriet Taylor postula, respecto a la búsqueda de definiciones de la feminidad fuera de la maternidad, que ser mujer no significa ser madre (Chodorow, 2009). Por su parte, Simone de Beauvoir construye el término de "maternidad forzosa" con el que expone que no se obliga a las mujeres a engendrar, pero si se les encierra en situaciones en las que la maternidad es la única salida para ellas (Beauvoir, 2017, 114 en Chodorow, 2009).

En la segunda ola del feminismo se plantea una crítica a la maternidad como un espacio que no siempre es libremente elegido. Russo (citado en Chodorow, 2009) define "mandato maternal" como ese que no es solo condicional, sino que obliga a todas las mujeres -a parir- a través de sanciones no reconocidas. Nancy Chodorow crea el concepto de "ejercicio de la maternidad" para explicar que esta función es un hecho cultural que posiciona a las mujeres en la dimensión de lo doméstico y define la subjetividad femenina. En este momento histórico se refuerza la idea de la maternidad como instrumento de control del patriarcado, a su vez, se teorizan sobre formas alternativas de ser madre, lejos de la dicotómica estructura patriarcal buena/mala madre (Chodorow, 2009, p.7).

Es a partir del siglo XXI que aparecen múltiples formas de ser madre y se teoriza sobre las maternidades, en plural. Se separa la maternidad de la familia tradicional, de las relaciones sexuales o afectivas con hombres, y pasa, en alguna medida, a depender únicamente de la voluntad de las mujeres. Este cambio que en principio parece otorgar mayor autonomía a las mujeres, también tiene un efecto contrario, que no niega la autonomía "pero que construye, desde esa libertad de elección insoslayable, una maternidad que, en realidad, vuelve a poner a las mujeres a su servicio" (Chodorow, 2009). Después de los años 80, a partir de la consolidación del neoliberalismo, se identifica una tendencia científica, mediática y política de volver a las nociones de la maternidad tradicional, intensiva o inmersiva, pero ahora con una narrativa vinculada a conceptos feministas como reivindicación y liberación de las mujeres. Este aspecto es central para el desarrollo de la tesis.

### **Maternidad intensiva**

La maternidad intensiva deviene de una creciente tendencia de las culturas sobre crianza intensiva, a pesar de que se trata de un término de género neutral, se concentran en las madres y se define como el trabajo de cuidado "diario de nutrir al niño, escucharlo, intentar descifrar las necesidades y deseos del niño, luchar por satisfacer los deseos del niño y anteponer el bienestar del niño a su propia conveniencia" (Hays, 1996, p. 8 en Kerrane et al., 2021, p. 1152). Este paradigma de maternidad se relaciona con el canon de buena maternidad y se caracteriza por estar altamente concentrada en las necesidades de las infancias, requieren de un alto gasto de tiempo y dinero y exige a las madres "no solo anteponer las necesidades de sus hijos a las suyas propias en todos los aspectos, sino también poder mostrarlas a los demás a través de las prácticas cotidianas" (Cappellini et al., 2019, 470 en Kerrane et al, 2021, p.1152). Según la teoría, la buena maternidad es intensiva y es pública, para que pueda ser reconocida y validada por una comunidad (Finch, 2007 en Kerrane et al, 2021) es así como se enlaza esta exhibición pública y monitoreada socialmente con la mamasfera y el lactivismo digital, porque resulta una de las formas de cumplir con el mandato de maternidad intensiva y comunicarlo al público.

Gimeno (2018) explica que a partir de la década de los años 80 comienza una vuelta al modelo de maternidad que "reivindica como deseable todo aquello que ha caracterizado siempre a la maternidad, aunque enunciado ahora con un lenguaje feminista y liberador y por las propias mujeres, las mismas que, unas décadas antes, sostenían lo contrario" (Douglas y Michaels, 2004, Morgan, 2007 en Gimeno, 2018, p.10). En los términos de Wolf (2007) es una maternidad total y según Hays (1996) una maternidad intensiva aquella que obliga a disponer totalmente de las mujeres, y es que según la recomendación médica, los bebés deben tener leche materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y seguir lactancia al menos durante los primeros dos años o más, y las tomas de leche se deben hacer a demanda, a esto Bárbara Rothman lo llama proletización de las madres (en Gimeno, 2018).

La proletización de las madres que provoca la maternidad intensiva y la lactancia exclusiva y a demanda se vincula con los argumentos expuestos por Silvia Federici cuando afirma que el trabajo doméstico asignado a las mujeres "como atributo natural de nuestra psique y

personalidad femenina, una necesidad interna, una aspiración, proveniente supuestamente de las profundidades de nuestro carácter de mujeres" (Federici, 2013, p. 37) hace funcionales a las mujeres para servir al hombre trabajador y por ende, al sistema económico capitalista. Así es como los trabajos reproductivos de embarazo, parto, lactancia y crianza son fundamentales para el funcionamiento y sostenibilidad de la sociedad. Esta particularidad es confirmada por la autora Francesca Sanz Vidal, que expone que la ética del cuidado - entendida como la articulación de la sanidad pública y el fortalecimiento del vínculo materno-filial- es esencial para el funcionamiento sostenible de una sociedad (Sanz Vidal, 2017). El cuestionamiento poco explorado es que no se reconocen estos cuidados maternos como trabajo sino como tareas naturales que las mujeres no solo están obligadas a hacer, sino que deben disfrutar y anhelar cumplir, lo que convierte, en este caso, a la lactancia materna en trabajo gratuito no remunerado ni reconocido.

### **Lactancia materna**

Se puede entender la lactancia como un mecanismo de alimentación infantil, incluso como la mejor opción para procurar la buena salud de los recién nacidos ante enfermedades mortales. También se podría asumir que dar de mamar es un acto de amor. Pero todo eso sería omitir el contenido político, cultural y social que se articula alrededor de esta práctica que, sin dejar de ser biológica, está cargada de mandatos morales e ideológicos que procuran resguardar roles sociales de género desventajosos para las mujeres.

La lactancia materna se puede definir como una institución o un dispositivo que da origen a diferencias sociales, que define una identidad femenina alrededor de la maternidad, que construye rituales domésticos y sociales vinculados a la maternidad (Gimeno, 2018, p. 10). Por ejemplo, Saletti Cuesta expone que desde el sistema patriarcal se han desarrollado argumentos sobre el instinto materno para que la responsabilidad de la correcta nutrición de los bebés recaiga sobre las mujeres con la justificación del vínculo que se construye (2008, p. 171). Sin embargo, si fuera tan instintiva, natural y biológica no requeriría tantos esfuerzos culturales, asesorías, políticas públicas y activismo para inducir a las mujeres a practicarlas (Balsamo et al., 1992; Oakley, 1979). Es en este marco que la dimensión discursiva del fenómeno cobra particular importancia.

Algo fundamental de la lactancia materna es que está atravesada por el cuerpo de las mujeres. Cuerpo que, según Lagarde, "no se agota en sus límites materiales, se extiende simbólicamente a las cazuelas, a los alimentos, a la cocina, a la casa" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 382). Las mujeres son las que cargan la vida del otro, adentro y afuera de cuerpo, no solo desde el embarazo, sino después de nacido, "la criatura ronda el cuerpo de la madre durante un buen tiempo, se desplaza por él, lo rapta, lo usa, es su vehículo, su transporte y su sosiego, su fuente de alimento" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 382), se vuelve el lactante una extensión de su cuerpo que, cuando crece, llega a extrañar el peso externo sobre sí misma.

Lagarde asume el cuerpo femenino como espacio de vida, antes y después del nacimiento, es un territorio que domina el infante, "irrumpe en él cuando lo desea y lo usa". Y para muchas mujeres, este peso externo lo padecen la mayor parte de su vida, porque su vivencia corporal de la maternidad transita entre el embarazo, el parto, la lactancia, la crianza y se repite el ciclo varias veces. Durante este ciclo, no solo el infante, sino que la sociedad, utiliza, consume el cuerpo, la energía y la afectividad del cuerpo de las mujeres. La autora lo define como cuerpos destinados a los otros, cuerpos de otros. (Lagarde y de los Ríos, 2011).

Esto se sostiene debido al sistema sexo-género desarrollado por Rubin (1986) que establece una clasificación jerárquica que distribuye roles y funciones entre hombres y mujeres. El trabajo reproductivo se asocia a las mujeres y el trabajo productivo a los hombres, pero este último se desarrolla en el espacio público y refiere a la producción, intercambio, acumulación y consumo de bienes y servicios, lo que genera para los hombres ganancias económicas, acumulación de poder simbólico, poder político y reconocimiento social. Por otro lado, el trabajo reproductivo, vinculado a la supervivencia, labores domésticas, reproducción, lactancia y cuidado, se invisibiliza y no se remunera por considerarse parte del instinto natural y llamado biológico de las mujeres, "en su rol de "amas de casa", lo hacen "por amor" y de manera "natural"" (Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024, p. 3).

En esa misma línea Saletti Cuesta explica que a pesar de la coexistencia y codependencia de los ámbitos público y privado, no gozan del mismo prestigio, el trabajo reproductivo y de cuidado no se considera productivo para la sociedad (2008). Estas labores de reproducción

no son productivas porque surgen de la "naturaleza" de las mujeres, específicamente del cuerpo de la mujer, como la gestación, el embarazo y el parto son procesos que pasan suceden y pasan por el cuerpo, deben ser atendido por esa misma naturaleza que los crea. En esa misma línea, Gimeno expone que la atención a la función maternal pasa por exigir a las madres "sentir devoción por su bebé, que esta devoción es natural y no está condicionada por nada, que es amor único, incomparable" (Gimeno, 2018).

### **Lactivismo**

La discusión sobre la posibilidad de hablar de un movimiento social pro lactancia denominado lactivismo tiene diferentes perspectivas. Por un lado, según Wilkinson, un movimiento social es un grupo no formal de personas y organizaciones que se unen con un objetivo en común y está relacionado con un cambio social estructural (Wilkinson, 1971, p.72, citado en Faircloth, 2013, p. 110). Desde esta perspectiva teórica, los grupos de apoyo que conforman LLL y colectivos similares pro lactancia se alejan de formar un movimiento social, desde el hecho de que se han declarado apolíticos hasta el no realizar ningún activismo político vinculado con cambios estructurales o de las condiciones de vida de las mujeres lactantes, más allá de la pura promoción del acto en sí. Según Layne, los grupos de apoyo pro lactancia generan "un falso sentido de empoderamiento que aparta la energía de pedir soluciones políticas para problemas políticos" (en Gimeno, 2018).

Por otro lado, Faircloth (2013) afirma que las mujeres organizadas en estos grupos de apoyo trabajan desde una ética social y no individual, por lo que se construye una identidad femenina con prácticas individuales y sociales con un objetivo social en común. A pesar de la declaración apolítica de organizaciones como LLL y Tetarte, estas consideran que a través del acto de amamantar se tiene la capacidad de cambiar el mundo, por medio del apoyo colectivo entre mujeres que ya han vivido la lactancia y las que recién comienzan. Gimeno (2018) concuerda que no son lactivistas todas las mujeres que acuden a estas reuniones, pero sí que son lactivistas todos los grupos de apoyo pro lactancia.

Las razones por las cuales esta comunidad de apoyo a la lactancia ha logrado construir una de las comunidades digitales más grandes del mundo, es por la necesidad de todas las mujeres de encontrar un soporte o refuerzo personal en medio de las dificultades del ejercicio de la maternidad. No es extraño que algunas mujeres afirmen que haber

encontrado un grupo de apoyo fue una revelación o incluso se aseguran de que cambió sus vidas ante ideas suicidas. Para Gimeno, la narrativa que se construye con este lactivismo es que "todas las mujeres están programadas por la naturaleza para el cuidado apropiado de los bebés" (2018, p.83). Faircloth concuerda en las lactivistas hacen un llamado a dar de mamar como algo instintivo o "lo que me piden las tripas", sin embargo, las narrativas organizacionales están construidas sobre argumentos científicos y culturales (2013, p. 121).

### **La mamasfera**

El lactivismo no se entendería sin estudiar el "espacio de relación interpersonal y social, de incidencia política y también de reafirmación identitaria que dispone y que utiliza profundamente: el internet" (Gimeno, 2018, p.83). Las mujeres lactivistas ejercen su activismo mayoritariamente a través de blogs sobre maternidad y lactancia. Esta proliferación de espacios en línea les permite a mujeres-madres escribir y expresarse respecto a sus experiencias de lactancia y, a su vez, sentirse parte de una comunidad, la cual se ha denominado "mamasfera". Este tipo de blogs derivados de la revolución del internet a inicios del siglo XXI, ofrecen la posibilidad de interactuar y construir colectivamente un cuerpo escrito orgánico. La mamasfera comienza con exactitud en el 2005 cuando las blogueras Elisa Camohort, Jory Des Jardins y Lisa Stone, fundan una comunidad de blogueras femeninas como respuesta al dominio masculino del internet y los blogs.

El auge del internet puede distinguirse en tres etapas, según Treré (2011 citado en Gil Moreno, 2017) la primera etapa comienza en los años 70 con el uso del Ministerio de Defensa de los Estados Unidos; la segunda etapa es el uso del internet como herramienta empresarial y corporativa; la tercera etapa es la marcada por el uso de los blogs y redes sociales en el año 2001. Desde el 2003 algunas personas blogueras cuentan historias de la guerra desde Iraq y se logra una gran audiencia debido a lo inédito y auténtico de la información, sumado a la paralela censura de los medios tradicionales de comunicación. A pesar de que algunos autores caracterizan a las redes sociales digitales como un medio de comunicación más, Gil Moreno (2017) explica que estamos ante un cambio de cultura política que acompaña el nacimiento de nuevos movimientos sociales, más horizontales y deliberativos.

Figueiredo explica que la red social digital *Facebook* constituye una de las principales plataformas en donde las mujeres abordan discusiones sobre la maternidad en el ciberespacio y producen debates que construyen prácticas, conflictos, valores y representaciones culturales, sociales y políticas (Figueiredo Souza, 2020, p. 55). Asumiendo a los medios digitales como espacios de vigilancia de las normas construidas, Orton-Johnson explica que la *mamasfera* puede proporcionar consuelo y capital social para las mujeres-madres y que, a su vez, esta reconstruye las identidades y roles de la maternidad (Orton-Johnson, 2017, p. 8).

En el contexto actual en el que las mujeres se convierten en madres, las redes de apoyo tradicional han desaparecido: las familias no viven cerca, no se conoce a las personas vecinas y las casas están cada vez más aisladas. Gimeno (2018) explica que "si hay un momento o una situación en la que la necesidad de una comunidad de apoyo es perentoria ese es el de la maternidad" (p.86). Es por esto por lo que la *mamasfera* se considera una sustituta importante de las comunidades de apoyo tradicionales y el motivo de su crecimiento exponencial. La maternidad se presta a la escritura debido a las características que la definen, según Nardi la soledad, el aislamiento, necesidad de refuerzo, sensación de incomprensión y la ambigüedad respecto a la toma de decisiones han acompañado a la maternidad desde el comienzo de la historia hasta ahora (Nardi et al., 2004, p.41-46). A pesar de esto, estos espacios en línea no funcionan únicamente para combatir la soledad, sino que crean una dinámica de cambio que termina transformando a las mujeres, la subjetividad maternal y la validación de determinadas normas que construyen la identidad femenina a partir de la buena maternidad.

Es por esto, que no se puede entender a la *mamasfera* únicamente como espacios de expresión, sino que en estas redes se comparten, reproducen y validan ciertas representaciones de maternidad y se pretende formar comunidad con normas definidas. Kido López llama a la *mamasfera* todos los blogs escritos por mujeres para quienes la maternidad basada en la lactancia es un aspecto central de su identidad (Kido López, 2009).

### **Lactancia interseccional**

El mantra 'el pecho es mejor', utilizado por el lactivismo internacional en las campañas públicas a partir de un eslogan de la OMS, asevera que la práctica es buena para la madre,

para el lactante y para la nación. Esto ilustra como se procura empatar -a la fuerza- los intereses de la nación -reducción de costos en salud pública- con los de las madres y las personas lactantes. El error es asumir que no existen intereses divergentes, no solo entre los actores sino también entre la diversidad y pluralidad de mujeres. Además, este mantra cosifica el pecho, separándolo del cuerpo de la mujer, justamente lo que permite entender que los intereses de esta no se están considerando. Tampoco se considera ningún contexto personal, social, económico o racial de las mujeres que amamantan para diseñar campañas publicitarias, políticas públicas y mandatos sociales enraizados en el saber médico. Gimeno afirma que no es posible afirmar que el pecho es mejor sin conocer el contexto de cada mujer (2018, p. 123-124). Dos elementos son indispensables, pero no exclusivos, para comprender la lactancia materna desde la interseccionalidad: la clase y la raza.

El término interseccionalidad, acuñado por Kimberlé Crenshaw en 1989, describe la complejidad de "cómo la raza, el género y la clase afectan las experiencias de las mujeres" (1989, pp. 2-3), de forma que centrarse únicamente en las personas más privilegiadas de un grupo marginado discrimina a aquellas que acumulan prejuicios, por ejemplo, considerar únicamente a las mujeres blancas por su condición de mujeres y generalizar que sus demandas se refieren a las demandas de todas las mujeres bajo un precepto de voz universal, deja por fuera las particularidades de mujeres negras, mujeres de clases populares, mujeres con discapacidades, mujeres indígenas, mujeres trans, mujeres migrantes y a aquellas mujeres que "acumulan prejuicios y hace que las demandas sean inaudibles como resultado de fuentes de discriminación menos perceptibles de inmediato" (Crenshaw, 1989, p. 12).

El sesgo de clase comienza en Europa en el siglo XVIII, cuando la maternidad exclusiva es un ideal doméstico de las clases medias. Antes, la lactancia estaba asociada a las mujeres pobres porque eran las que no tenían como pagar a otras para que hicieran esta labor por ellas, las nodrizas. Ahora esa relación está invertida y se ha vuelto una marca de maternidad privilegiada y de clase social. Estadísticamente, "son las mujeres blancas de clase media, educadas, en pareja heterosexual y mayores las que tienen más posibilidades de iniciar la lactancia y continuarla y que las madres de clase trabajadora amamantan mucho menos" (Gimeno, 2018, p.123).

No se puede omitir que todas las madres hacen una evaluación según su situación personal y toman una decisión. Carter realiza consultas a diferentes mujeres y alguna de ellas le expresa "dar de mamar es lo mejor para el bebé, pero no para mí" (Carter, 1995, p.120). Otras mujeres trabajadoras pobres perciben el estigma de clase que suponen los grupos de apoyo a la lactancia y la maternidad exclusiva, identifican que son estándares imposibles de cumplir y asumen que están fuera de su alcance. Algunas mujeres trabajadoras que tienen permisos de lactancia escasos o nulos, o tienen presiones labores muy importantes, eligen el biberón. Otras consideran que la lactancia exclusiva es un ideal que desean alcanzar. Las mujeres que están procurando cumplir los requisitos establecidos acceden a una categoría social que les permite presumir con orgullo: "2 años y contando" mencionan algunas mujeres cuando hacen el recuento del tiempo que tienen de amamantar. Estas madres van a defender la lactancia, aunque signifique o cause dolor o sacrificio, porque tiene su recompensa: el reconocimiento y la validación social por pertenecer a la categoría de "buena madre". Algunas madres de clase trabajadora consideran, producto del cansancio de la doble jornada (labores domésticas y trabajo remunerado) que el no amamantar es una frontera entre ellas y el bebé que les permite descansar y volver a sentir sus cuerpos como suyos.

A pesar de que la lactancia puede convertirse en una herramienta no solo de control, sino también de castigo, algunas teóricas como Massó (2013) y Sanz (2017) han explicado que la defensa de la lactancia es una herramienta que puede permitir la apertura de la discusión hacia la reevaluación y valorización del trabajo de cuidado para evitar naturalizar la desigualdad social (Gimeno, 2018). Sobre este argumento de respeto y valorización del trabajo del cuidado se desprende la posibilidad de asumir una relación restrictiva entre la crianza y la maternidad. Existe una diferencia entre asumir que se debe valorar, incluso remunerar el trabajo del cuidado, y pretender que este trabajo es siempre o mejor realizado por mujeres.

El sesgo de raza es más contundente debido a las fuertes costumbres que se construyen alrededor de ella. Las mujeres negras tienen claro el vínculo entre la maternidad inmersiva con la comunidad de mujeres blancas y se sienten orgullosas de respetar sus propias tradiciones, por ejemplo, criar en comunidad, ayudarse entre todas las vecinas y parientes,

que la mujer que puede amamantar lo haga para todos los bebés que pueda y la que no, no siente ninguna culpabilidad por ello, porque les preocupa mucho más otros asuntos como la violencia, la situación económica, la sanidad, los colegios (Blum, 1993; Gimeno, 2018). Por el legado histórico, para una mujer negra su independencia es muy importante y procura fomentarla en sus hijos e hijas, así se definen patrones de comportamiento e identidad diferenciados de las maternidades blancas. La buena maternidad para ellas no está relacionada con la exclusividad. Aunque crían a sus hijos e hijas con apoyo de la comunidad, vecinas y familiares, para salir a trabajar, si no lo necesitan, lo seguirían haciendo de esta forma porque no conciben dedicarse de la crianza únicamente (Blum, 1993). Esta diferencia, se debe según estas autoras a que las madres negras son sensibles a cualquier control externo sobre sus cuerpos por la historia de esclavitud que cargan en sus experiencias personales y familiares (Gimeno, 2018). Esto ha generado una férrea oposición a cualquier prescripción corporal que hace que procuren establecer distancia con la maternidad exclusiva que las han definido como la otredad. De esa manera, históricamente las mujeres negras han sido una resistencia importante a las prescripciones médicas, religiosas, científicas y morales que controlan la sexualidad de las mujeres.

### **CAPITULO III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y OBJETIVOS**

La lactancia materna es una práctica bio-social completamente transversal que nadie, o poca gente, se atreve a desafiar (Gimeno, 2018). Puede llegar a representar un espacio de tensiones que se dirimen en y sobre el cuerpo de las mujeres, por ende, es un tema claramente político y feminista. El asunto más evidente que se destaca al analizar la lactancia materna es su relación con la identidad maternal de las mujeres -tengan o no hijos/hijas- y es que se ha convertido, entre otras cosas, en la base de la construcción de una determinada identidad femenina cargada de moralismos. La lactancia ha dejado de ser solo una forma de alimentación, para pasar a ser a una manera de vivir la maternidad y encarnar el rol femenino moralmente válido (Gimeno, 2018, p. 50).

El mandato moral se consolida en la sociedad cuando la posibilidad de elegir para las mujeres desaparece. Actualmente, el derecho a dar de mamar está garantizado, pero ha desaparecido cualquier alusión al derecho de no hacerlo. Esto pasa porque este mandato considera que dar de mamar no es solo éticamente obligado para "las buenas madres" (que

desean lo mejor para sus hijos y familias siempre) sino que es una práctica que mejora el mundo (Bobel, 2022, p.31-39, Gimeno, 2018). Es por esto que no existe una buena maternidad que no pase por la lactancia y, por tanto, un proceso identitario que se separe de estas categorías para identificar lo femenino.

La lactancia para esta "buena maternidad" termina siendo una marca de clase social. Las mujeres que tienen la posibilidad de aplicar la maternidad intensiva, basada en la lactancia, deben tener recursos suficientes -dinero y tiempo-. Esto tiene consecuencias negativas para las madres que no pueden renunciar a su trabajo, porque es su único o principal fuente de sustento familiar, termina la lactancia convirtiéndose en una imposición de clase y un instrumento de vigilancia y castigo. Así, la lactancia ha derivado en un instrumento clasista y racista.

Ante el mandato moral, aquellas mujeres que no puedan o no quieran, por cualquier motivo, tendrán una carga de culpabilidad desplegada y reproducida por los diversos actores sociales a su alrededor, que posiblemente no permitirán que viva su maternidad sin un sentimiento de incomodidad y hasta dolor vinculado a la "mala maternidad", concepto que define a las maternidades no esencialistas o feminidades no maternas, aquellas mujeres que no ponen su cuerpo y tiempo a disposición, es decir, aquellas que no siguen el guion preestablecido sobre la maternidad. La presión social que se despliega sobre las mujeres para que den de mamar cada vez durante más tiempo y más intensamente, recuerda la autonomía sobre sus cuerpos y la clase de maternidad que quieren o pueden practicar (Gimeno, 2018, p. 109).

El cuerpo de las mujeres es utilizado como mecanismo de control social y como orientador de las políticas públicas (Gimeno, 2018, p.66). Diversos autores afirman que la lactancia es incentivada o desincentivada por el Estado según intereses políticos de cada momento histórico (Blum, 1993; Carter, 1995). El feminismo de los años 70 consideró que también la medicina ejerce un control social sobre el cuerpo de las mujeres desde el establecimiento de una sexualidad moralmente permitida, el embarazo controlado, el parto centrado en la jerarquía médica, la lactancia centrada en la satisfacción de necesidades del bebé y hasta en el establecimiento de un único modelo ideal de crianza basado en la disposición absoluta.

La sexualidad representa otra de las grandes tensiones presentes en el análisis de la lactancia materna y de igual forma la lucha de poder se ubica en el cuerpo de las mujeres, porque es en los pechos femeninos en donde se encuentra la contradicción del aspecto maternal y sexual, que han sido roles impuestos a las mujeres históricamente. Blum (1993) explica que el discurso contradictorio de la lactancia es entre sucia-animal y superior-ineludible, es a su vez inmoral no dar de mamar y es inmoral hacerlo en público. Los pechos femeninos encierran la conflictividad entre la virgen y la puta, entre el cuerpo maternal y el cuerpo sexual. En medio de estas contradicciones se encuentran las mujeres, las dueñas de estos pechos en conflicto, las que tienen que lidiar con el conflicto y comportarse en medio de la dicotomía, entre un pecho sexual y un pecho lactante (Gimeno, 2018, p. 129).

La Liga de la Leche Internacional, y el lactivismo general, proporciona múltiples manuales que ofrecen asesoría sobre cómo amamantar en público, pero no se encuentran críticas a la cultura centrada en el sujeto masculino que promueve la sexualización de los cuerpos femeninos más allá de sus deseos. A pesar de esto, LLL y otras organizaciones lactivistas en el mundo se han movilizado en defensa de mujeres que ha sido víctima de esta sexualización o censura en espacios públicos (Gimeno, 2018, p. 129). Es de las pocas manifestaciones públicas que se identifican en el lactivismo.

En Costa Rica, organizaciones lactivistas se han articulado y movilizado en las calles para defender a mujeres que, por motivo de ejercer su derecho a la lactancia en espacios públicos o laborales, han sido excluidas o despedidas. *La Tribu de la Mamatón* fue un colectivo de mujeres que articuló, a partir del 2013, un conjunto de mujeres de la sociedad civil y organizaciones prolactancia como LLL y Tetarte, para la defensa del derecho a amamantar. Han tenido movilizaciones en centros comerciales (2013, 2015) y en la Asamblea Legislativa (2016) por el despido de una trabajadora lactante.

La Liga de La Leche se fundó en 1956 en los Estados Unidos y se ha extendido por muchos países. Su objetivo actual es “proporcionar información, apoyo y estímulo, principalmente a través de ayuda personal, a todas las madres que quieran amamantar a sus hijos” (LLLI, sitio oficial, 2019). Lo más importante para esta organización es crear un vínculo entre madre y madre, para ayudarle a “entender las necesidades de su hijo o hija y para aprender

a satisfacerlas del mejor modo posible”<sup>6</sup> (LLL, sitio oficial, 2019). Por otro lado, Tetarte es una iniciativa que nace en Chile en el 2013, como proyecto fotográfico independiente, que busca “promover la lactancia materna, desmitificarla y abrir fuentes de información con respaldo científico”. (Tetarte, sitio web, 2019). El proyecto se ha extendido desde entonces a varios países de Latinoamérica, entre ellos, Costa Rica.

Esta discusión sobre la normalización de la lactancia en espacios públicos ha disminuido desde el 2016, debido a que no se han presentado más denuncias que requieran movilizaciones públicas. Esto hace parecer que se ha cumplido con uno de los objetivos en común de estas organizaciones/colectivo que es la desmitificación del acto de amamantar en espacios públicos. Sin embargo, el lactivismo de estas organizaciones (LLL y Tetarte) se mantiene en privado y sobre todo en la *mamasfera* atendiendo otro tipo de objetivos, como la motivación de iniciar y mantener la lactancia intensiva en las nuevas madres, informar sobre los múltiples beneficios que la leche materna tiene, asesorar sobre la gestión de las dificultades, dolencias y problemas al amamantar, promocionando la maternidad con apego por medio de la lactancia, entre otros.

Es en estos espacios socio-digitales, mediados por el internet, en donde sucede la mayor interacción y trabajo del lactivismo en Costa Rica y son estas organizaciones las que tienen la batuta para dirigir y orientar la discusión sobre la lactancia materna en el país. La relevancia de estas comunicaciones e interacciones virtuales es que al final aportan en la construcción y modelaje de la identidad femenina basada en la maternidad por la lactancia. Es en estos intercambios realizados en redes sociales que se pueden visualizar y comprender las tensiones y contradicciones del movimiento lactivista en Costa Rica, sobre todo aquella que permite a las mujeres presentarse como feministas y anticapitalistas de la misma manera que les permite presentarse como madres tradicionales y conservadoras (Gimeno, 2018). En ese marco, ante la carencia de abordajes investigativos en la región latinoamericana sobre los procesos comunicativos organizaciones prolactancia y sobre la lactancia materna desde su dimensión bio-social, se plantea la pregunta ¿cuáles son las

---

<sup>6</sup> En el apartado de *Liga de la Leche Internacional y lactancia moral* dentro del Marco contextual situacional se amplía la descripción de esta organización, su origen e historia.

tensiones y contradicciones en las narrativas sobre lactancia materna de organizaciones prolactancia en Costa Rica?

El problema de investigación se enmarca en un contexto latinoamericano de crisis de los cuidados, definida esta como un trance de la reproducción social derivado de "las transformaciones demográficas, tales como el aumento en los hogares encabezados por mujeres y de los unipersonales, el envejecimiento de la población, así como de la mayor presencia de las mujeres en los mercados de trabajo" (López Estrada, 2017, p. 26). Los cuidados se definen como todas aquellas acciones que implican atención física, emocional y social de personas dependientes, que demandan tiempo e involucran afectividad y desgaste material y emocional. La crisis de los cuidados en Costa Rica se debe a la alta demanda de cuidado de familias en condición de pobreza y la escasa y costosa oferta de servicios de cuidado, al que logra acceder solo el seis por ciento de la población infantil (López Estrada, 2017, p. 34). En este marco latinoamericano y nacional, la separación de las mujeres del trabajo doméstico, que incluye el cuidado infantil y, por ende, la lactancia materna, se asume como una alerta crítica para la sostenibilidad del sistema económico y social, debido al alto costo que implica al Estado asumir la gestión de la política de protección infantil.

Este abordaje investigativo propone plantear a la academia y los estudios en comunicación, la lactancia materna como un gesto casi imperceptible de la rutina doméstica de las mujeres en Costa Rica, que ilustra la eficiencia y la sustentación jerárquica del sistema social basado en el sexo y género. Además, se trabaja a partir la relevancia del relato experiencial digital plasmado en un texto orgánico de la mamasfera, estos reflejan con espontaneidad y transparencia las significaciones que otorgan las personas interlocutoras a la vida social y procesos comunicativos cotidianos, sin otra pretensión que la de compartir y validar su historia y su experiencia en una comunidad digital. Estas características son valiosas para la investigación comunicativa de procesos culturales con perspectiva de género.

**Objetivo general:** Analizar las narrativas sobre lactancia materna de organizaciones prolactancia en Costa Rica, para la comprensión de las tensiones y contradicciones presentes en estas, desde una perspectiva de género.

**Objetivos específicos:**

- Caracterizar las narrativas sobre lactancia de las organizaciones prolactancia en Costa Rica.
- Determinar la transversalidad del género en las narrativas de las organizaciones prolactancia en Costa Rica.
- Analizar las tensiones y contradicciones existentes en las narrativas sobre lactancia materna de las organizaciones prolactancia en Costa Rica.

## CAPITULO IV. METODOLGÍA

En esta sección se detalla la estrategia metodológica desarrollada para dar respuesta a la pregunta de investigación: ¿cuáles son las narrativas sobre lactancia materna de las organizaciones prolactancia en Costa Rica? En un primer momento, se atienden cuestiones de enfoque, las cuales permiten ubicar el diseño ejecutado, las técnicas de recolección y análisis de datos utilizadas, en congruencia con el enfoque predominante, así como los instrumentos contruidos e implementados durante el proceso de indagación.

La investigación se basa en un abordaje cualitativo, ubicado en un paradigma naturalista interpretativo, para lograr profundizar en la comprensión de realidades complejas desde la investigación cualitativa a partir de la observación naturalista de las interacciones sociales (Stake,1999). Se desarrolla un proceso inductivo que relaciona los relatos recopilados con las premisas teóricas expuestas, para comprender el fenómeno de estudio. Por lo anterior, se trata de una investigación descriptiva con un fuerte componente analítico que ahonda en las cuestiones narrativas desde una perspectiva de género para su valoración, por lo que no se pretenden generalizaciones estadísticas. El objetivo general de la investigación es analizar las narrativas sobre lactancia materna de organizaciones prolactancia en Costa Rica, para la comprensión de las tensiones y contradicciones presentes en estas, desde una perspectiva de género. En concordancia, se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Caracterizar las narrativas sobre lactancia de las organizaciones prolactancia en Costa Rica.
- Determinar la transversalidad del género en las narrativas de las organizaciones prolactancia en Costa Rica.
- Analizar las tensiones y contradicciones existentes en las narrativas sobre lactancia materna de las organizaciones prolactancia en Costa Rica.

### **Diseño de investigación**

Según Gimeno (2018), las mujeres activistas no se manifiestan en las calles, sino que se relacionan en su mayor parte a través de blogs o redes sociales digitales mediadas por internet. La autora expresa que es difícil entender el activismo sin este tipo de redes digitales. A partir de esta interacción se ha creado el neologismo "Mamasfera" o

"mamiblogs", en estos espacios se pueden "leer y estudiar lo que dicen las madres en primera persona, sin pasar por el filtro de las investigadoras" (2018, p.83). Además, la autora explica que estos ofrecen la posibilidad de interactuar mediante comentarios y así se construye un cuerpo escrito, un texto orgánico. En este texto construido por las lideresas de las organizaciones y las participantes en la mamafuera se identifica lo vivido, ideas, emociones, experiencias y las propias historias que, según Arias y Alvarado (2015) en su recorrido sobre la investigación narrativa, responden a un entramado lógico y subjetivo que da cuenta de la configuración particular frente a lo vivido.

Por la naturaleza del objeto de estudio, se ejecuta un diseño de investigación narrativa, enfocado en los relatos sobre la conceptualización, las vivencias y las percepciones sobre lactancia contados desde las propias voces de las lideresas y participantes de las organizaciones pro lactancia en Costa Rica en la mamafuera. En concordancia, se seleccionan las tres principales organizaciones pro lactancia y/o lactivistas de Costa Rica y sus respectivas redes sociales digitales de *Facebook*: La Liga de la Leche, Tetarte y La Mamatón.

El análisis narrativo es una herramienta metodológica que permite la interpretación de relatos o historias de sujetos individuales o colectivos para comprender como estos otorgan sentidos y representaciones a sus experiencias personales, y estas a su vez, definen identidades que se transmiten, legitiman y resguardan. Este acercamiento a las vivencias de las personas permite una aproximación realista respecto a las formas en que las personas interpretan, viven y transforman las relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres, lo requerido para un estudio con perspectiva de género.

Por otro lado, las historias se recolectan de la mamafuera, estos nuevos espacios virtuales y digitales de interrelación social muy asociados a la incidencia política y la reafirmación de la identidad de las mujeres vinculados a temas de maternidad. El relato plasmado ahí es un texto orgánico, un diálogo tan inconcluso, imperfecto e inacabado casi como la oralidad cotidiana, pero con un registro textual. Esta espontaneidad y transparencia con la que se escribe en la mamafuera permite evidenciar las significaciones reales que otorgan las personas interlocutoras a la vida social y procesos comunicativos cotidianos, sin la presión de una entrevista en el marco de una investigación académica.

La investigación narrativa coincide con los lineamientos de la hermenéutica. Esta se pregunta sobre la aproximación a lo social y con la especificidad de los fenómenos propiamente humanos, no para explicar ni descubrir leyes universales, sino con la intención de comprender el objetivo y el valor del conocimiento que tiene por sí mismo. Por lo que esta investigación renuncia a la pretensión de generalidad e interés explicativo (Ángel Pérez & Herrera, 2011; Arias Cardona & Alvarado Salgado, 2015). Lo que si se gana es en profundidad en la comprensión acerca de la lactancia materna como proceso comunicativo de representaciones simbólicas cargadas de sentido. El propósito es construir descripciones que colaboren con la comprensión de cómo se da el proceso de constitución y recreación de sentidos de las propias acciones por parte de quienes las llevan a cabo en diferentes escenarios sociales, los cuales se encuentran ubicados en contextos históricos particulares, sobre la base de la interpretación de sus experiencias, saberes, convicciones, motivaciones, valoraciones e interacciones con otros actores (individuales y colectivos), desde una perspectiva de género (Arias Cardona & Alvarado Salgado, 2015).

Se entiende la realidad como un proceso de construcción social, y la aproximación a los “objetos” de estudio no se da de manera directa, sino mediante el abordaje de los “sujetos” en relación con otros (Arias Cardona & Alvarado Salgado, 2015). Se encuentra valioso el conocimiento generado en la *mamasfera*, como espacio de interacción orgánico de entre las mujeres-madres -lactivistas y participantes de estos colectivos- y con la organización. En ese marco, esta es una investigación no interactiva porque no implica la interacción con los sujetos fuentes de información, sino que la principal fuente son las publicaciones y comentarios realizados en la *mamasfera* por el movimiento lactivista costarricense.

### **Unidades de análisis y unidades de observación**

En concordancia, se asumen como unidades de análisis las narrativas de las organizaciones prolactancia, tomando como referente lo establecido en el marco teórico-conceptual; mientras que las unidades de observación están constituidas por los relatos e interacciones de las mujeres en la *mamasfera*. Por último, se establecen como unidades de registro los fragmentos presentes en el texto orgánico construido sumando los encabezados, el contenido y los comentarios de las publicaciones hechas por las mujeres en las redes sociodigitales, las cuales se clasifican según las categorías y subcategorías de análisis.

## **Métodos de recolección de datos**

La técnica de recolección de datos es la revisión de redes sociodigitales de las organizaciones identificadas como prolactancia y/o activistas en Costa Rica, las cuales implican un acercamiento a la expresión orgánica de las personas líderes y participantes, expresiones que se sistematizan atendiendo las categorías de análisis definidas en la investigación. Respecto a la recuperación del contenido de las publicaciones de la red sociodigital *Facebook*, se exploraron los perfiles públicos de las organizaciones seleccionadas. El contenido recuperado fue: fecha de publicación, nombre de la organización, tipo de publicación (vídeo, imagen, gif, texto), texto escrito en el encabezado, transcripción del texto dentro de la imagen y los comentarios realizados al momento de la recuperación.

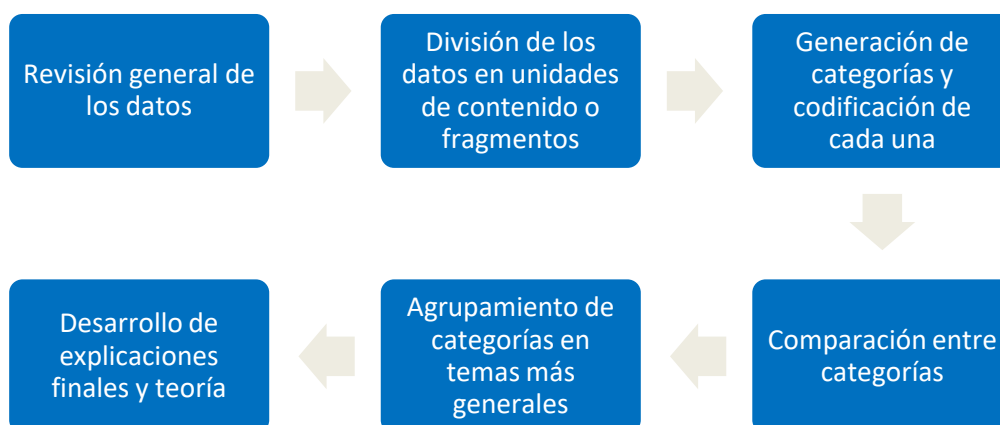
Se recolectaron todas las publicaciones realizadas durante aproximadamente 5 años, desde agosto del 2019 hasta diciembre del 2024. En total, se recolectaron 1472 publicaciones más sus respectivos comentarios. De esta base de datos se seleccionaron las que aportan contenido relevante para el abordaje de la investigación. En otras palabras, se construye un corpus de publicaciones funcional, basado en un muestreo no probabilístico intencional.

De igual forma, se recopilan los *screenshots* o *pantallazos* de cada publicación, para contar con un respaldo en caso de que la imagen se elimine de la red sociodigital, sin embargo, el contenido gráfico y visual de las publicaciones no son abordados analíticamente. Para resguardar la identidad y privacidad de las personas que comentan en la *mamasfera* y la utilización de sus historias, se omiten sus nombres en la presentación de relatos (únicamente se registra si se trata de un hombre, una mujer o de la organización).

## **Procesamiento de datos y codificación**

El proceso de codificación de estos datos puede resumirse como de etiquetamiento-desagregación-reagregación, así se plantea un análisis integral de frecuencias y significados a partir de una interpretación reflexiva y la articulación de los datos según los objetivos de investigación. En la figura 1 se observan las principales etapas desarrolladas:

Figura 1. Proceso de codificación completo



Fuente: elaboración propia con base en Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.443.

En la primera etapa de revisión general de los datos se procede a registrar la información en la matriz indicada y al resguardo de los datos en diferentes soportes (textual e imagen). La división de las unidades de contenido se realiza en tres categorías: texto de encabezado, texto dentro de la imagen -cuando aplique- y texto de los comentarios. Una vez sistematizados los datos se procedió a la generación de categorías en dos líneas. Primero, sobre el contenido temático, es decir, el énfasis, tópico central o colateral contenido en el texto orgánico. De esta primera organización se derivaron las siguientes categorías:

- **Lactancia en espacios públicos:** activismo relacionado con el derecho a amamantar en espacios públicos.
- **Validación científica:** presentación de investigaciones científicas o autoridades médicas que reafirman la lactancia materna como norma.
- **Discriminación por lactancia:** dimensiones de vida que han sido relegadas a las mujeres por encontrarse en lactancia.
- **Universo de beneficios:** descripción detallada de todos los beneficios que tiene la lactancia materna a diferentes actores y en diferentes momentos.
- **Lactancia empoderadora:** mecanismos de cómo la lactancia empodera a las mujeres.
- **Vínculos profundos y emocionales:** caracterización del vínculo amoroso que se construye en la díada madre-hijo/hija cuando se amamanta.

- **Práctica feminista:** alusiones a la consecuencia del derecho al amamantar producto de la lucha feminista.
- **Políticas públicas de lactancia:** políticas del estado relacionadas con licencias de maternidad y lactancia, cuartos de lactancia y demás políticas relacionadas.
- **Sexualización:** en esta categoría se establecieron dos dimensiones de la sexualización. Primero, la sexualización de los pechos por una cultura machista que considera el cuerpo de las mujeres de dominio público. Segundo, la sexualización y erotización del acto de amamantar.
- **Lactivismo:** actividades públicas relacionadas a la normalización de la lactancia materna.
- **Manual de la lactancia:** indicaciones y especificaciones de cómo realizar el acto de amamantar.
- **Lactancia como norma:** presentación de hechos contundentes que reafirman la lactancia como norma en la sociedad y única elección para las mujeres.
- **El trabajo de materner:** roles de género en la práctica de amamantar.
- **Naturalismo:** menciones a la característica natural y mamífera de la lactancia

No se omite aclarar que no fue posible realizar un análisis de frecuencias porque las publicaciones no consiguieron ser clasificadas por una única categoría, la intersección de temáticas en un solo texto fue también un resultado de investigación.

Posteriormente, se hizo una nueva categorización basada en los objetivos de investigación y en la orientación, normas y valores del texto orgánico. Este segundo grupo de categorizaciones se realiza sobre la misma matriz y se establecieron como: perspectiva de género, contradicción y tensión. Los textos que reflejan la desigualdad de relaciones de poder entre hombres y mujeres fueron categorizados como perspectiva de género. Aquellos relatos que, en comparación con otros, presentan posiciones encontradas se categorizan como contradicciones. Por último, aquellos relatos en los que se detecta fricciones sociales o desacuerdos de algún tipo entre diferentes actores, se determinan tensiones.

La siguiente etapa del proceso de codificación fue la comparación de categorías, en este paso algunas categorías se unificaron, otras desaparecieron por baja frecuencia y otras se

subdividieron en más. También se encontraron coincidencias entre ambos grupos de categorías. Así se pasa a categorías más generales que respondan a los objetivos de investigación. Por ejemplo, aquellos textos de lactancia como norma y el rol de materner fueron utilizados para atender el objetivo específico dos respecto a la transversalidad del género. Los relatos del manual de lactancia, naturalismo y universo de beneficios fueron indispensables para comprender las narrativas del objetivo específico uno. Por último, se seleccionaron las parejas de textos o publicaciones categorizadas como contradicciones y tensiones para lograr identificar las más relevantes y recurrentes. La última etapa de explicaciones finales se realiza por medio de la organización lógica de las categorías generales antes descritas a partir de los referentes del marco teórico, según corresponda.

### **Técnicas de análisis de datos**

La principal técnica utilizada es el análisis de contenido. Esta técnica se enfoca en el qué y cómo se dice, o sea se centra en el contenido de las comunicaciones expresadas de manera oral o escrita, ya sea para develar las ideas presentes en un contexto particular y/o dar a conocer posturas, ideas o propuestas sobre una determinada coyuntura (Abarca Rodríguez et al., 2012). En este caso, se utiliza para identificar las narrativas sobre lactancia vigentes en las organizaciones pro lactancia en el país. Lo importante es ubicar el contenido que sintetiza el mensaje implícito o explícito del acto comunicado sobre esa categoría de análisis, con los propósitos de identificar y comparar las narrativas vigentes, en términos de contradicciones y tensiones discursivas. La codificación de los textos producto de la recuperación de publicaciones surgen del mismo análisis de contenido y la agrupación de palabras clave en temáticas generales.

Las categorías definidas para la ejecución del análisis de contenido en lo referente al *qué se dice* son: materia, normas, dirección u orientación, valores y actor(es), ya que estas nos permiten identificar los temas centrales incluidos en el texto, las valoraciones de estos temas y los principales actores involucrados en esos asuntos. Para atender la dimensión del *cómo se dice* se definen las siguientes categorías: tipo de comunicación, forma declarativa (forma gramatical o de sintaxis), intensidad y estratagema (carácter retórico o propagandístico, entre otros).

Figura 2. Tipología categorial respecto a la pregunta ¿qué se dice? del análisis de contenido

<b>Tipo categorial</b>	<b>Definición</b>	<b>Ejemplo</b>
Materia	Énfasis, tópico central o colateral contenido en el relato.	Lactancia materna a demanda y extendida, porteo, lactancia por biberón, licencias de maternidad, garantías laborales, organización de redes, dificultades de amamantar
Normas	Es un intento de clasificación valorativa de lo que pesa en términos del mensaje	Fortalezas-debilidades Ventajas-desventajas Moralidad-inmoralidad Divino-legal-bello
Dirección u orientación	Posicionamiento o postura a favor o en contra de una persona idea, proyecto o propuesta.	A favor, en contra, neutral Optimista, pesimista Favorable, desfavorable
Valores	Se relaciona con metas (aspectos que alguien desea o consigue). Tiene que ver con elementos que motivan la acción.	Seguridad, libertad, salud, afecto, apego, amor
Actores	Se refiere a la persona u organización que tiene una posición central o que potencia una acción.	Infante, suegra, mamá, asesora, papá, LLL, OMS, Ministerio de Salud

Fuente: Berelson, Bernard. 1952, pp.149-158 en Abarca Rodríguez et al., 2012. Ejemplos propios.

Según Arias Cardona y Alvarado Salgado (2015), el análisis de las narrativas se comienza, después de la codificación, con el nivel textual. En esta etapa se aproxima el entendimiento de la trama narrativa mediante el análisis de contenido haciendo las preguntas a los datos ¿qué se dice? y ¿cómo se dice? ¿quién dice? ¿cuándo? Según (Piedrahita Echandía et al., 2014) la temporalidad ofrece información sobre los acontecimientos, las acciones y las experiencias, es decir procesos de significación sobre la forma en cómo la narración de los acontecimientos refleja la creación de realidades (Arias Cardona & Alvarado Salgado, 2015).

Figura 3. Tipología categorial respecto al ¿cómo se dice? del análisis de contenido

<b>Tipo categorial</b>	<b>Definición</b>	<b>Ejemplo</b>
Forma o tipo de comunicación	Modo de expresión de lo que se comunica o manera en la que se clasifica.	Ficción, no ficción, imagen, video, sonidos, música
Forma declarativa	Forma gramatical o de sintaxis con que la comunicación es elaborada.	Amenaza, crítica, ofensa, ayuda, opinión
Intensidad	Refiere a la fuerza emotiva con que el mensaje está elaborado. Puede realizarse: a) con el conteo de términos considerados "emocionales". b) valorando "atrocidades" o "amenazas" con las cuales se muestran objetos, hechos o palabras. c) valorando la intensidad de hostilidad o de entorno favorable de un mensaje por parte de un jurado.	Llanto, amor, miedo
Estrategema	Es la clasificación de un cuerpo de contenido sobre la base de su carácter retórico o propagandístico.	Uso de metáforas o de preguntas. Uso de argumentos autoritarios, patrióticos, científicos. Énfasis en la personalización o en otro aspecto.

Fuente: Berelson, Bernard. 1952, pp.149-158 en Abarca Rodríguez et al., 2012. Ejemplos propios.

De esta manera, se garantiza un proceso riguroso de clasificación de los datos con base en el marco teórico-conceptual. En el nivel contextual del análisis narrativo se toman las fuerzas narrativas para determinar cómo el lenguaje construye y la realidad se hace según lo que se dicen. Esto implica discusiones y reflexiones políticas, comunicativas y estéticas.

Finalmente, en el nivel meta-textual, se analiza la trama narrativa construida en los pasos anteriores en un diálogo con los referentes teórico del marco conceptual formando un relato de la vida social (Atkinson & Coffey, 2003 en Arias Cardona & Alvarado Salgado, 2015).

En este nivel se hace una lectura macrosocial que considera la coyuntura política, económica, religiosa y social a nivel nacional, regional e internacional de la realidad que configuran el mundo compartido.

## Presentación de relatos

Los relatos se toman textuales de la publicación y los comentarios, es decir, tal como se escribieron, se presentan aquí sin modificaciones. Se colocan en una alineación de 1 centímetro a la derecha y en itálica para que sea fácil identificarlos. Únicamente se omiten comentarios con una sola palabra, con la etiqueta a otra persona o lo que solo tienen un *emoticono*, y se sistematizan y analizan aquellos que cuentan una historia o describen un relato. Se utilizan los siguientes identificadores para la presentación de relatos:

Figura 4. Descripción de los identificadores para la presentación de relatos

Identificador	Descripción	Ejemplo
[P]	La publicación original de la organización	<i>[P] Amamantar a demanda □□</i>
[M]	Comentarios realizados por una mujer	<i>[M] la forma en como mi bebé me mira y me acaricia como agradeciendome por darle tetita</i>
[H]	Comentarios realizados por un hombre	<i>[H]Ánimo! La sociedad está tan mal informada que por eso crítica!</i>
[D]	Comentarios realizados por una persona de género indeterminado	<i>[D] Yo tengo una consulta al respecto , hasta cuando es a demanda?</i>
[O]	Comentarios realizados por la organización	<i>[O] CONVERTÍ TU ESPACIO EN UNA ZONA LIBRE DE CASTIGO FÍSICO Y TRATO HUMILLANTE a través de la Crianza Respetuosa</i>

Además, los comentarios se presentarán en viñetas según su orden de aparición, en caso de presentarse vinculados a la publicación. Todos los relatos son expuestos en itálica y alineados un centímetro a la derecha del margen izquierdo.

Se presenta a continuación un ejemplo de presentación de relatos:

*[P] Amamantar a demanda □□*

*¿Qué es amamantar a demanda? Es amamantar al bebé cuando el bebé lo pida. Poco a poco irás reconociendo las señales de hambre de tu bebé: movimientos de los ojos bajo los párpados, manos a la cara, movimientos con la boca. Después son señales más evidentes: busca el pecho, llora o hace ruidos. Mientras más hambre tenga más inquieto estará y puede*

*empezar a llorar. Llorar es una señal tardía de hambre, lo ideal es ponerlo al pecho antes de que llore.*

*Los bebés piden leche no siempre por necesidad de alimento. También puede ser por sueño, por regaloneo, por calor, por frío, porque le duele la guatita, por tener el pañal sucio, o porque quiere que lo carguen y estar juntos, entre muchas otras. También puedes amamantar a demanda de la madre, puedes ofrecer el pecho simplemente porque te parece que hace rato que no mama, o porque lo echas de menos, o porque quieres.*

*En los primeros días puede ser que tu bebé pida leche muy enseguida, lo cual es muy normal. También puede ser que este muy somnoliento y no pida leche. En este caso es importante despertar a tu bebé para amamantarlo. Durante el primer mes de vida de tu bebé, Liga de La Leche recomienda que un bebe debe mamar como mínimo entre 8 y 12 veces en 24 horas.*

- *[M] Buenas tardes, recomendación para las madres que tenemos que entrar a trabajar y ya no se puede hacer lactancia a demanda (mientras laboramos) como hacer para que el cuidador puede ejercer consuelo en el bebé que no sea con el seno, gracias.*
- *[M] A mí bebito y mi bebita grande les di cuando pedían y amo amamantar ☐☐ es la conexión más hermosa ☐☐☐☐*
- *[M] Yo tengo una consulta al respecto, hasta cuando es a demanda? Porque a mi no me preocupa darle todas las veces que mi bebé quiera (me encanta) pero tengo que volver a trabajar siento que esto es un cambio muy grande para ellos, si alguien ha tenido esta experiencia y le ayuda a salir de la duda les agradezco, no quiero que me bebé sufra porque no estoy.*

El texto posterior a la seña [P] responde al texto del encabezado de la publicación sumado al texto de la imagen (en caso de que corresponda un soporte de imagen y tenga texto, en caso de que no, se presenta únicamente el encabezado). Posterior al texto de la publicación se presentan en viñetas (-) los comentarios de las personas participantes en el orden de aparición. Se indica entre paréntesis el género identificado (se determina según el nombre o el mismo relato). En caso de que existan comentarios derivados de un comentario se colocan en una alineación y una viñeta interna. En los casos que corresponda, la investigadora utiliza los fragmentos más relevantes de los relatos, ya que en algunos casos los relatos son tan extensos que abordan más de un solo tema.

## CAPITLO V. MARCO SITUACIONAL

### **La Liga de la Leche Internacional y la lactancia moral**

La Liga de la Leche Internacional (LLL) es una organización internacional fundada en el año 1956 por madres católicas en Chicago, Estados Unidos, a partir del Movimiento de la Familia Cristiana en el que se discutía la lactancia materna desde el modelo idílico de maternidad de las figuras bíblicas de Eva y María (Gimeno, 2018, p. 49). La asociación con preceptos bíblicos se encuentra en la postura de que el cuerpo de las mujeres está diseñado - por Dios- para dar de mamar y eso lo convierte en algo natural, divino y obligatorio.

LLL ha logrado evolucionar hasta convertirse en uno de los actores y agencias internacionales más influyentes en la construcción de la maternidad del siglo XXI. Por su reconocimiento e incidencia internacional es una organización capaz de modificar prácticas personales, representaciones simbólicas y políticas públicas. Su objetivo central es promover la lactancia materna, lo que no la exime de tener fundamentos políticos importantes, esto se comprende leyendo el objetivo de su fundación que es "unir de nuevo a las madres y a los bebés" en un contexto de incorporación femenina al mercado laboral y por ende una ruptura con los estándares de "vivir la maternidad" desde los roles de género establecidos en los postulados del cristianismo (Gimeno, 2018, p.49). Al respecto, la LLL no ha dado o mostrado intenciones en abrir la discusión con y para aquellas mujeres que tienen intereses fuera de la maternidad y que dedican demasiado tiempo en el trabajo (Jung, 2015).

A pesar de que LLL se presente como una organización no ideológica y cuyo único objetivo es la asesoría y orientación de madres en periodo de lactancia, Gimeno (2018) deja claro que la LLL no se limita a apoyar a madres con dificultades en la lactancia, sino que "busca imponer, mediante la lactancia, un determinado modelo de maternidad" (p.50). La autora identifica postulados ideológicos de la organización centrados en la defensa de roles de género que se cuestionaban en la primera ola del feminismo. Algunos de estos postulados son los siguientes.

- Asociación del acto de amamantar con amar, casi hasta convertirlos en sinónimos. Esta organización defiende que la crianza con apego se puede lograr únicamente a través de la lactancia.

- Una buena maternidad implican la disponibilidad total de la madre, por ejemplo la lactancia prolongada y a demanda, el colecho y el porteo (Gimeno, 2018, pp. 50-52)

En síntesis, lo que se propone es la construcción de una identidad femenina centrada en la maternidad a través de la lactancia y esto lo logra mediante narrativas construidas con un lenguaje que todas puedan entender y la apropiación de la confianza mediante el apoyo en momentos de crisis relacionados con el embarazo, parto, lactancia y hasta crianza (Gimeno, 2018, p.50).

La razón del éxito de esta organización a nivel mundial se debe a que ofrece a las mujeres algo que no encuentran en otros ámbitos. Según Gimeno esta organización genera, a las mujeres sin espacio en el mercado laboral o con empleos precarios, un sentimiento de utilidad de sus vidas y sus cuerpos (2018). De alguna forma, la organización ofrece una noción positiva del cuerpo de las mujeres y de la sexualidad alejada de la mirada masculina, por lo que permite escapar momentáneamente de la sexualización aplastante del patriarcado. Además, para las mujeres madres con escasos recursos y vulnerabilizadas, el apoyo de la LLL ofrece un respiro y ayuda en el frustrante trabajo de la lactancia y maternidad. Sin embargo, la autora expone que a pesar de que el discurso parezca socialmente empoderante, “no se combate planteando mujeres sexualmente libres y autónomas, sino mujeres-madres para los bebés y pechos para la lactancia” (Gimeno, 2018, p. 53). El cuerpo no como fuente de placer sino funcional para la especie humana y su garantía de reproducción.

Es a partir de la Segunda Ola del feminismo que la LLL se apropia de conceptos claves feministas como "empoderamiento" o "libertad de elección", la argumentación utilizada en estas narrativas es respecto a la publicidad y el uso del cuerpo de la mujeres en campañas de mercadeo, sin embargo, desde los preceptos de esta organización no se pretende un cambio en la estructura social de los géneros y sus roles desiguales (Gimeno, 2018).

### **Evolución de las políticas públicas sobre la lactancia materna**

La preocupación por la alimentación infantil y su traslado hacia las políticas públicas es a principios del siglo XX en los países europeos industrializados. Estos estados deciden intervenir para reducir las altas tasas de mortalidad infantil en clases populares (Carter,

1995) y dicha intervención fue a favor del biberón. Es cuando en los hospitales y centros de atención médica se subvencionaban a las madres leche, biberones e información posterior al parto. Sin embargo, a partir de los años 70 y con mayor fuerza en los años 80, agencias de salud, gobiernos y centros profesionales comienzan una campaña intensiva para cambiar esta situación. Debido a que para lograr el objetivo de revertir la lactancia con fórmula, esta tenía que ser una política de estado y recomendada por instituciones de salud pública (Gimeno, 2018).

Con este objetivo claro, el 21 de mayo de 1981, la Asamblea General de la OMS adopta un acuerdo para restringir la leche artificial. Este acuerdo es firmado por 160 países bajo el compromiso de acatar una serie de recomendaciones. Estas recomendaciones fueron:

- No permitir la publicidad de los sustitutos de la leche materna.
- No dar muestras gratuitas a las madres.
- No promocionar productos de leche maternizada en instalaciones sanitarias.
- No dejar que compañías que ofrecen servicios de cuidado de niños aconsejen a las madres.
- No permitir regalos o muestras de leche maternizada a las personas trabajadoras sanitarios.
- No permitir anuncios, publicidad que presente de manera idealizada el biberón.
- La información ofrecida por los trabajadores sanitarios debe ser científica.

Toda información que se ofrezca acerca de la leche maternizada, incluidos carteles publicitarios, debe incluir explicaciones acerca de los beneficios de la lactancia y los costes y peligros asociados a la alimentación artificial (Gimeno, 2018).

Analizando estas recomendaciones, podría pensarse que la severidad de las medidas se debe a que la leche de fórmula es un veneno peligroso para los bebés y no un producto alimenticio que utilizado de forma masiva por la generación de los años 60 y 70. La cuestión de la lactancia se entiende como una batalla política en la que se ven implicados muchos actores sociales, políticos, científicos, médicos y económicos. Esta la lucha de poderes tuvo como principal actor *The American Academy of Pediatrics* (AAP), la mayor

organización pediátrica del mundo, "cuyas declaraciones públicas son recibidas con atención por pediatras, medios de comunicación y las organizaciones sanitarias y de salud de todo el mundo para adoptar enseguida las mismas posiciones" (Gimeno, 2018, p. 112). La relevancia de esta institución no es únicamente médica, ya que según Koerber los documentos publicados por esta sirven para articular identidades y dirimir intereses políticos, comerciales y profesionales (Koerber, 2013).

Alrededor de esta organización se libra una lucha de poder que se puede entender en cuatro momentos históricos fundamentales:

### **La lactancia como base (siglo XX)**

En este lapso la ciencia duda sobre qué leche es mejor. Existen criterios médicos que consideran que la leche de vaca puede sustituir incluso ser mejor que la leche humana, debido a su variabilidad en los contenidos vitamínicos. No se omite que existe una industria farmacéutica que financia investigaciones para que coincidan con sus intereses económicos y que terminan presionando a la red de médicos para que se recomiende la fórmula. Uno de los principales argumentos utilizados a favor de la fórmula es el bajo peso que presentan la mayoría de los bebés prematuros que son alimentados con leche materna en los primeros días de vida.

La lactancia como base se refiere a que se toma como base para cualquier recomendación y es a partir de esta que se estructuran los argumentos. Un ejemplo es el artículo "El papel de la madre en el programa de alimentación" publicado por la AAP en 1947, en el que se establece que la postura para dar el biberón es la misma que la acción de dar de mamar (Koerber, 2013). En medio de este contexto nace LLL con intenciones de refutar los argumentos científicos-médicos que consideraban el biberón una buena opción en determinados casos. El primer lema de la LLL no se refiere a la leche materna como superior a la fórmula, sino a un específico tipo de maternidad: "A la buena maternidad por la lactancia".

En 1982 la AAP publica un documento en que se resalta que la promoción de la lactancia debe hacerse sin que las madres se sientan culpables. Además, cuestiona a la OMS por un manifiesto en que no recoge las diferencias entre las madres y apela a que no se puede

omitir los efectos de la lactancia en las mujeres. Finalmente, se deja claro que la lactancia es una cuestión de elección y se establece como igual de relevante informar sobre tipos de sustitutos de la leche materna como las ventajas de amamantar.

A partir de 1982 esta postura de la AAP y otras organizaciones médicas se radicaliza hacia un fundamentalismo en contra de la leche de fórmula. Gimeno explica que son múltiples las razones, pero identifica con claridad tres. Primero, el movimiento de izquierda y antiglobalización culpabilizan a las industrias de leche por los problemas sociales y económicos del "tercer mundo". Segundo, la llegada al poder de Ronald Reagan y Margaret Thatcher, ya que estos construyen un discurso antifeminista a favor de que las mujeres regresen a roles tradicionales dentro del hogar. Tercero, la utilización de la lactancia como marca de clase, se vuelve una práctica de mujeres de clase social media o alta, que tienen los recursos suficientes y no se ven en la necesidad de salir a trabajar, por lo se refuerza una frontera de clases sociales (Gimeno, 2018, p. 116)

### **La lactancia como norma (finales siglo XX)**

A partir de los años 90, ya existe dentro de la AAP un grupo exclusivamente dedicado a la lactancia, de forma que los argumentos de esta organización poco a poco comienzan a modularse en contra de la leche de fórmula. Por ejemplo, la pérdida de peso en los primeros días de vida de los lactantes pasó de ser un problema médico a un beneficio para evitar el sobrepeso. En 1997 la AAP da a conocer un nuevo documento en el que recomienda la lactancia los primeros 6 meses y la lactancia combinada los siguientes 6. Un cambio fundamental en este documento respecto a los anteriores es que sitúa al bebé en el centro del asunto y deja por fuera a las madres y sus intereses. Como se esperaba, después de esta publicación todas las organizaciones sanitarias tomaron las medidas y asumieron la lactancia como una norma (Gimeno, 2018).

Este documento -conocido como un punto de inflexión en la historia de la lactancia materna- no se basó en nuevos descubrimientos científicos, sino nuevas formas de presentar lo mismo ya conocido. Se trató de una reinterpretación del cuerpo de las mujeres y su rol en la sociedad. Un ejemplo es que no solo se recomienda el amamantamiento como medio de alimentación infantil sino que sea a demanda, "lo que significa que las mujeres se pongan a disposición de la lactancia un año entero" (Gimeno, 2018, p.117).

Otro argumento planteado es que se reducen los costos sanitarios de la nación, y no necesariamente porque los bebés se enfermen menos, sino porque la responsabilidad de la salud sobre estos se deposita completamente sobre las mujeres-madres. Se presentan estudios científicos como evidencias para dejar claro que ya no se trata de una recomendación sino de un acto biológico, natural, fundamental y, por lo tanto, la norma. Este entramado científico e ideológico permitió disciplinar a las madres "con el fin de que estuvieran al servicio de la grandeza de la nación, el discurso médico fue un modo de disciplinar a la "naturaleza femenina" adecuándola a un papel social redefinido"(Saletti Cuesta, 2008). También se comienza una narrativa que independiza la leche de la práctica biosocial, ya que se concentran en los beneficios que tiene el fluido para la salud e incluso supervivencia de los bebés.

No se consideran en estos postulados que existan contradicciones entre los intereses del bebé, la madre o la nación. Y es que es a partir de este hito histórico que se deja de considerar la lactancia como una práctica social y se plantea visualizarla únicamente desde la perspectiva de la medicina y para el infante. Gimeno reclama que esta es una práctica:

que implica a otro cuerpo, a otra subjetividad, que la implica completamente, que puede ser dolorosa, que puede requerir sacrificio o, incluso, que puede ser imposible de cumplir. Los cuerpos que dan de mamar no son cuerpos inertes y por tanto no debería de hablarse de la lactancia sin hablar de esos cuerpos y de su libertad, así como de las circunstancias socioeconómicas que los constriñen y los determinan, pero a partir de 1997 así se hizo (Gimeno, 2018, p. 118).

### **La leche de fórmula como riesgo (Siglo XXI)**

Esta época está teñida por el uso del miedo en las campañas publicitarias para crear culpabilidad y ansiedad en las madres sobre la leche de fórmula. El inicio de este momento histórico sucede cuando el Departamento de Salud de Estados Unidos durante el gobierno de Bush y con la intención de aumentar la lactancia materna extendida, realiza grupos de discusión con grupos de madres en los que se encontró que se tenían claridad en que la lactancia era lo más favorable pero no se pensaba en la fórmula como un peligro sino como una alternativa ante todos los inconvenientes que presentaba amamantar. El resultado llevó

al gobierno de los Estados Unidos a lanzar una campaña publicitaria alarmista con spots claramente en contra de la leche de fórmula:

En uno de los spots se veía a una mujer montada en un toro mecánico mientras una voz en off decía: "*No asumirías riesgos antes de que tu bebé naciera, ¿por qué asumirlos después? Los bebés nacen para mamar*". En otros spots, aún más agresivos, se equiparaba a una bebé tomando un biberón con un bebé inyectándose insulina o chupando de un inhalador contra el asma mientras la pantalla mostraba la frase "*Lactancia exclusiva durante 6 meses*" (Gimeno, 2018, p. 117).

Esta campaña fue tan atacada por falta de objetividad que incluso la AAP hizo señalamientos negativos y solicitó que fueran retirados. Los ánimos del movimiento lactivista estaban exaltados al punto de considerar esta retirada de anuncios como una alineación de la administración de Bush con el feminismo anti-lactancia. A pesar de esto, la AAP vuelve a publicar un nuevo documento en el año 2005 en el que recoge el tono alarmista y cambia el lenguaje hacia un mayor señalamiento del riesgo y estigmatización de la fórmula, lo que hace imposible elegirla.

### **La lactancia como asunto de salud pública**

Este último momento está relacionado con una publicación de la AAP en el 2012, en que se menciona la lactancia no como un estilo de vida o de elección individual, sino como una cuestión de salud pública de las naciones. La posibilidad de elegir ya no existe, y se insta a las personas pediatras a instaurar la obligatoriedad y de dificultar el biberón como alimentación. En este mismo año, la leche de fórmula pasó a estar bajo llave al igual que las drogas más peligrosas.

### **Lactivismo en Costa Rica**

La situación política en Costa Rica en el año 2010 atravesó un cambio importante para la historia electoral en toda Centroamérica: asciende la primera mujer como presidente de la República, lo que marca sin duda, un punto de inflexión respecto a los roles que las mujeres pueden desempeñar en los asuntos públicos. Laura Chinchilla Miranda fue presidente en el periodo del 2010 al 2014. En este lapso de tiempo, los grupos lactivistas se mostraron más

activos y acuerpados para activar mecanismos de presión para normalizar la lactancia y defender los derechos de las mujeres.

Lo anterior sumado al auge de las redes sociodigitales y ejemplos internacionales de activismo político y acciones colectivas organizadas por estos medios, provoca las primeras acciones colectivas a favor del derecho a la lactancia materna en Costa Rica. Waleska Rodríguez, líder de LLL explica:

Creo que pasó en un momento importante en Costa Rica, puesto que fue gracias a la movilización a través de redes sociales a que ya las mujeres estaban como más empoderadas; uno puede tener ejemplo de lo que hacen en otros países, pero fue todo muy rápido que se organizó, fue muy espontáneo, la cobertura que se dio. (Comunicación telefónica, Waleska Rodríguez, 2016)

El movimiento por defender el derecho a amamantar en lugares públicos comienza en Costa Rica en enero del 2013, por la prohibición de una policía para que una mujer alimentara a su bebé en la zona de comidas en el centro comercial Lincoln Plaza. Un grupo de personas y organizaciones pro lactancia se organiza por medio de las redes sociodigitales para protestar y denunciar contra el acoso que reciben las mujeres en ciertos espacios públicos cuando alimentan a sus hijos e hijas. A esta actividad recreativa de un grupo reunido de mujeres dando de mamar a sus hijos o hijas, en una plaza o lugar público, esto con el propósito de promover el derecho a amamantar en lugares públicos se le llamó Mamatón, el término es adoptado por un grupo de mujeres en Costa Rica e inspirado en acciones colectivas que se habían dado en Estados Unidos años atrás.

En Costa Rica se han realizado cuatro acciones colectivas desde el año 2013. El primero fue en Lincoln Plaza, a partir de esta acción se reúne un grupo de mujeres y forman el grupo en redes sociodigitales, orgánico y espontáneo *Mamatón: La teta se respeta*. Posteriormente, este mismo colectivo realizó otro en el Colegio Superior de Señoritas, por denuncia de una estudiante del centro educativo; en Multiplaza Escazú sucedió lo mismo que en Plaza Lincoln; y el último se realizó por el anuncio de despido de una secretaria en la Asamblea Legislativa por tomar el tiempo para alimentar a su hijo, en este caso, se logró evitar el despido de la mujer y su posterior traslado a otra oficina.

Figura 5. Línea del tiempo de Mamatones en Costa Rica



Fuente: elaboración propia con base en Badilla, 2016, Rodríguez, 2016, Grau, 2016 y Diario digital La Nación.

La acción colectiva se replica en diversos países de Latinoamérica, con diferencias en los nombres, pero con los mismos objetivos y principios de respeto por los derechos de la madre y su hijo o hija. En Tucumán, Argentina, el pasado 26 de julio del 2016 se reúne un grupo de mujeres para protestar por el derecho a la lactancia en espacios públicos, después de que la policía desplazara a una mujer de una plaza, bajo el nombre de Tetada masiva o Piquetetazo (Inesta, 2016). De igual forma, en Paraguay el evento se denominó el “Primer Mamatón Alto Paraná”, y reunió a muchas familias en el anfiteatro del Lago de la

República, “las mujeres vestidas con una remera blanca realizaron como cierre del evento el amamantamiento sincronizado, como muestra de la importancia de la lactancia materna y que se debe realizar en cualquier lugar y hora, cuando el bebé así lo requiera” (ADN Paraguay, 2016, párr. 3).

La política pública de lactancia materna en Costa Rica<sup>7</sup> contempla tres aspectos a grandes rasgos. Primero que el amamantamiento es la norma biológica que debe orientar la alimentación del niño y de la niña, por lo que las instituciones públicas y privadas prestadoras de servicios a la niñez, deben garantizar las condiciones necesarias para que este grupo poblacional sea alimentado con lactancia materna, de manera exclusiva hasta los seis meses de edad y de forma complementaria hasta los dos años o más, con alimentos saludables, autóctonos y producidos en su comunidad.

En segunda instancia, desalentar en la población, el uso de los biberones, tetinas y chupetas u otros utensilios similares que interfieren de manera negativa el inicio y el mantenimiento de la práctica de la lactancia materna.

Por último, hace referencia a las mujeres-madres que se encuentran en periodo de lactancia durante una emergencia o situación de desastre natural; se exige en estos casos que, los trabajadores del sector público o privado brinden apoyo alimentario a las madres que

---

<sup>7</sup> Previo al ascenso de Laura Chinchilla como presidente, en el año 2009, el gobierno de Costa Rica redacta y firma la Política Pública de Lactancia Materna, desde la Comisión Nacional de Lactancia Materna y el Ministerio de Salud, basado en lineamientos internacionales de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, el Código para la Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna y posteriores Resoluciones de las Asambleas Mundiales de Salud, las Declaraciones de Innocenti y la Estrategia Mundial sobre la Alimentación del Lactante y el Niño (CNLM, 2009). A nivel nacional, Costa Rica protege la lactancia materna por la Constitución Política, la Ley General de Salud (No. 5395), la Ley General de la Administración Pública (No. 6227), el Código de Trabajo (No. 01), el Código de la Niñez y de la Adolescencia (No.7739), la Ley de Fomento a la Lactancia Materna (No. 7430), entre otras leyes y decretos.

amamantan, promuevan la lactancia materna e informen a la población en general (principalmente a las personas damnificadas) sobre los riesgos de usar biberones y leches en polvo (Comisión Nacional de Lactancia Materna, 2009).

## CAPÍTULO VI. NARRATIVAS SOBRE LACTANCIA MATERNA

En ese capítulo se abordan los resultados producto del primer objetivo específico de esta investigación el cual pretende caracterizar las narrativas sobre lactancia materna de las organizaciones pro lactancia. La caracterización de las narrativas se realizó a partir de la lectura, análisis, sistematización y organización de los relatos (comentarios) de las mujeres y las publicaciones de las organizaciones, por lo que se presentan exclusivamente a partir de estos, sin mayor intervención o interpretación. En el capítulo VII se desarrolla el análisis teórico de la transversalidad del género de las narrativas presentadas en esta sección.

A continuación, se describe la gran narrativa identificada en la mamasfera de estas tres organizaciones, que representa en sí mismo un ciclo de vida, desde el parto hasta el destete. Posteriormente, se detallan con profundidad las narrativas específicas que componen esta gran narrativa.

Había una vez, una mujer pariendo...

*[P] Tetarte 6 2018 □□ □ "...La sangre tira y grita: ¿Dónde están los demás? Sola no puede más. Ella quiere disfrutar De su maternidad... ... Ya verás, la herida sanará. Ya verás que todo cambiará. Ya verás que linda te verás... cargando a tu guagua" Puerperio. Hermosa canción, apegada a la realidad de una parturienta.*

Y un bebé recién nacido...

*[P] Confesión de recién nacido: "Mamá, mírame bien a los ojos que abriré mi corazón hablaré bien despacito, préstame mucha atención: Acabo de salir del horno regálame tu calor necesito tu lechita arrópame con tu amor. Mil gracias por escucharme y acomodarme en tu pecho, Yo te regalaré mil abrazos Y un bidón lleno de besos".*

Y la nueva madre exclama:

*[P] Tetarte 7 " Brota por mi pecho, libre alimento, gotas blancas de libertad. En mis brazos llevo, fuerza suficiente para sostenerte..."*

Mientras todos creen que...

*[P] La leche materna es el mejor alimento para bebés y niños, TODOS deben estar listos para esta conversación.*

En realidad, es que se trata de dejar claro un universo de beneficios que existe alrededor de la lactancia y de la leche materna:

- *Tiene capacidad de adaptación a las necesidades particulares del bebé.*
- *Una composición que alimenta al recién nacido hasta los 2 años.*
- *Provee anticuerpos que protegen contra enfermedades.*
- *Entre más maman los niños son más inteligentes, seguros e independientes.*
- *Disminuye en las madres el riesgo de padecer cáncer de mama, cáncer de ovario, osteoporosis, diabetes y enfermedades cardiovasculares.*
- *Detecta tumores no perceptibles por otros medios.*
- *Tiene propiedades que previenen el desarrollo de la caries.*
- *Evita vicios en el futuro del lactante como la drogadicción.*
- *No contamina, es sustentable, ecológica y no genera basura.*

Por esto, la Organización Mundial de la Salud recomienda que la lactancia materna continúe, como mínimo, hasta los dos años. A pesar de esto y de los múltiples beneficios y beneficiarios de la lactancia y la leche de materna...

*[P]□□□□ Tetarte 2016 «Molesta la teta que asoma bajo la blusa y cae, como caen los duraznos en febrero, sobre los labios diminutos de la cría hambrienta. Molesta la cría que acaricia la teta mientras posa los ojos nuevos en el rostro piadoso de la hembra que amamanta en el parque, en el colectivo, en el cantero. Molesta el pezón, redondo y rosado, arrugado, rebosante de leche, besado y mordido. Incomoda la teta cuando es fruta y no morbo, cuando el acto es íntimo a pesar de ser público y ningún otro que no sea hembra o cría comprende. La teta apropiada es la teta que vende lencería, celulares, autos, pero nunca la que da de comer. Qué sabe la cría de momentos adecuados para llorar de hambre. Qué sabe la cría del furioso marketing que condenó a la teta a ser pública para vender, pero nunca para amar» Juan Solá.*

Tanto quiero amamantar, pero existen...

*[P] Tantos obstáculos que enfrentar cuando amamantamos a nuestros bebés...por eso es importante rodearnos de personas que nos den información correcta y mucho apoyo para salir adelante.*

Estas personas fungen como asesoras de lactancia materna y han elaborado un manual de lactancia que, según ellas, está preparado para cualquier situación que se presente y pretenda obstaculizar la lactancia exclusiva y prolongada. En el manual se incluye una diversidad de temas, algunos ejemplos son:

- ¿Qué es amamantar a demanda? Es amamantar al bebé cuando el bebé lo pida.

- Soluciones ante el dolor: Dar de mamar no debería producir dolor. Si hay dolor algo está pasando. La Dra. Chaves nos explica en este video.
- ¿Has tenido mastitis? Aquí les dejamos unas ideas de cómo proceder.
- La dentición puede presentar nuevos desafíos durante la lactancia: cuando el bebé muerde el pecho.
- Manual para mujeres que trabajan: A la hora de volver a trabajar una de las consultas más comunes es cómo guardar la leche materna. Aquí te dejamos una guía muy útil, hecha por nuestras compañeras de La Liga de la Leche Argentina.
- Lactancia durante el embarazo y lactancia en tándem.
- Atención a crisis de lactancia: Algunos niños y niñas presentan períodos de alrededor de 3 a 5 días en los que abruptamente piden de mamar de forma frecuente. Son las llamadas crisis de lactancia.
- Relactación: retomar la lactancia.
- Establecimiento de horarios: Limitar las tomas o poner horarios puede afectar la producción y composición de la leche que toma su bebé...Olvídese del Reloj...
- Amamantar en medio de crisis sanitaria: Cuatro recomendaciones para amamantar en tiempos de coronavirus.
- El tamaño de los senos: Pechos grandes o pequeños, ambos tienen la misma función, PRODUCIR LECHE. Y con la lactancia a demanda, ambos producirán la cantidad de leche suficiente para alimentar a bebé.
- Posiciones para amamantar: ¿Has probado amamantar en posición reclinada?
- Alimentación en medio de la lactancia. Alimentación de la madre que amamanta: No es necesario que la madre consuma ciertos alimentos para tener una buena producción de leche.

- Control del peso: Cuando bebé no aumenta de peso de manera ideal o no parece satisfecho después de una toma, a veces surge la duda: ¿Mi leche será de calidad? ¿Le faltará algún nutriente?
- Algunas ideas para establecer el banco de leche.
- Café y lactancia ¿Son compatibles?
- Alcohol y lactancia: ¿Puede una madre que amamanta beber alcohol? □□ Te compartimos información para que tomes tú la decisión.
- Depresión y Lactancia materna.
- Amamantar después de una reducción mamaria.

Puede parecer un proceso complicado de cumplir, y es que, ciertamente...

*[M] No es fácil pero por amor se hace.*

Si se logra cumplir con el manual se alcanza una lactancia exitosa y se forja un vínculo profundo entre madre-hijo, se fortalece la base emocional y física de la próxima generación y, sobre todo, se consigue:

*[P] Conexión, complicidad, y amor! Hay tanto detalle que albergás en tu alma de tu bebé cuando lo amamantás que creo que con el paso del tiempo permanecerá intacto.*

Esto sucede porque...

*[P] "Cada vez que una madre amamanta a su bebé, su organismo libera hormonas que la llenan de ternura y felicidad. Estas hormonas no solo favorecen la conexión con el bebé, sino que ayudan a la madre a recuperarse del estrés físico y emocional del parto. En cuanto al bebé, la lactancia es lo que espera al nacer."*

Cuando el lactante y la madre decidan que esta historia ha llegado a su fin, se trata de un destete informado, con un final feliz:

*[P] Cuando decidas que ha llegado el momento de destetar... Hazlo con el mismo amor que le diste la teta por primera vez.*

Esta historia no finaliza sin antes dejarle claro a todas las mujeres que amamantan lo orgullosas que deben sentirse por:

*"Cada línea, cada marca, cada cicatriz cuenta una historia. Mi cuerpo es una rica expresión de mi propia historia como madre y estoy orgullosa de ello. Cuenta la historia de la creación, el alimento, el dolor, la alegría. Es parte de lo que soy."*

Fin.

Lo anterior es un compendio articulado de la gran narrativa de las organizaciones pro lactancia presente en la mamasfera. Este se construyó con base en un cuerpo textual tomado tanto de las publicaciones de los colectivos como de los comentarios generados a partir de cada publicación que constituyen historias personales de las mujeres participantes. Esta macro narrativa genera un marco de sentido y significación de la lactancia materna en sus vidas, que sirve para ordenar y (re)interpretar sus propias experiencias y las de las otras mujeres.

Esta gran narrativa identificada se desagrega en temas más concretos que representan distintos momentos de este macro relato. Las narrativas singulares recopiladas son: chiche, secretos mágicos de la madre naturaleza, el universo de beneficios, manual de lactancia, amamantar es amar: vínculos emocionales profundos, y el destete como final feliz.

### **Narrativa 1. Chiche: secretos mágicos de la madre naturaleza**

La lactancia materna se ha presentado en la mamasfera como un impulso biológico y una función natural e instintiva derivada de la naturaleza en su estado más puro, al extremo de promulgar el eslogan "menos cultura, más instinto". De esta manera, la lactancia se asume como una función propia de la esfera de los instintos animales.

*[M] Me hubiera gustado saber que debía seguir mi instinto y no adaptarme a lo que tradicionalmente se hacía, prácticas muchas veces innecesarias y hasta peligrosas. Nuestro instinto nos guía, somos todo lo que nuestro recién nacido necesita.*

En esa línea, se destacan las referencias y vinculaciones a prácticas de las poblaciones indígenas, lo que le otorga un carácter más originario, ancestral y mítico a la lactancia materna.

*[P] Personas investigadoras identifican prácticas únicas de amamantamiento tardío entre borucas y cabécares de Costa Rica.*

*[P] De donde viene la palabra chiche? Del nahuatl Chichihuali. Era el paraíso al cual iban los niños muertos para alimentarse de un árbol de seos que se llamaba Chichihuacuauhco. Chiche= seno. No es vulgar ni inculto. Los bebés tienen su forma de llamar al seno materno: teta, teti, titi, chichi, cheche, chiche. ¿Cómo le dice tu bebé?*

En esa línea, la lactancia materna se entiende como una tradición milenaria que logra enlazar con los saberes de la naturaleza y la Pachamama para conectar a dos seres humanos en el acto de amamantar:

*[P] "Cada vez que amamanto a mis bebés, siento que nuestra conexión se hace más fuerte. Es como si les estuviera transmitiendo los secretos mágicos de la Madre Naturaleza, la unión con la tierra y sus elementos, con la Pachamama, los mismos secretos que más adelante mis hijos pasarán a los suyos de la misma manera que mi madre lo hizo conmigo hace 33 años."*

La naturaleza sigue siendo la responsable, y también la culpable, de los pechos lecheros, de los 9 meses de gestación y, en consecuencia, del amor más puro e incondicional entre la madre y su bebé:

*[P] Cuando te digan: ¡Lo vas a malcriar y a malacostumbrar a los brazos! "...Díselo a la naturaleza, que lo ubicó 9 meses cerca de mi corazón, 9 meses al compás de mi respiración, 9 meses en compañía de mi voz. Ella lo acostumbró primero, que sabiamente llenó mis pechos lecheros, para seguir siendo uno los dos. Que te expliqué la naturaleza porque me sonrío cuando estoy cerca, y me estira los brazos loco de amor. ¿Que lo estoy mal criando en brazos? Cuando no me pide nada, tan solo que lo tome, por besos babosos a cambio. No me niego a sus brazos, porque negarme, sería reprimir el amor más puro e incondicional; me pide brazos porque después de pasar casi un año tan unidos como jamás lo volveremos a estar, nuestro único consuelo es abrazarnos, para no extrañarnos tanto y amarnos más y más. Después de todo, más temprano que tarde aprenderá a caminar y todo esto será un hermoso recuerdo, de cuando una vez él fue bebé y mis brazos eran todo para él. Sin duda la naturaleza es más sabia que ambos, lo que para usted es "malacostumbrarlo a los brazos" ella lo llama AMAR, MAMAR, MAMÁ, ¡ni los árboles sueltan sus frutos pequeños!, los cargan hasta que esten listos...es lo Natural" Autora: Eloísa Alarcón.*

Lo natural de la lactancia materna resulta de la característica animalista de las mujeres, su condición de animales mamíferos. Es así como se compara a las mujeres con gatos, gorilas y cualquier animal mamífero que cumpla esta función vital de alimentar a sus crías con el líquido que emana de su propio cuerpo:

*[M] 1. Confíen en su cuerpo totalmente, somos mamíferos y nuestros pechos existen para ese único fin. El mayor aliado para la producción es la confianza (si me confieso, probé todos los tes, gotas, pastillas para la "aumentar" producción porque quería ser una vaca lechera,*

*lo hice objetivamente, y NADA sirve, la producción de leche es un proceso hormonal, son solo placebo para quienes lo hacen con esperanza, pero no más)*

*[P] La naturaleza es tan sabia y el gatito sabe exactamente que ese masajito facilita el flujo de leche materna para el bebé. □□□*

Sin embargo, uno de los relatos más populares en la mamasfera, la historia de la gorila criada en un cautiverio, deja entredicho el carácter instintivo y natural de la lactancia materna. Alfred Marshall indicó en 1890 "el capital más valioso de todos es el invertido en los seres humanos y de ese capital la parte más preciosa es resultado del cuidado e influencia de la madre, siempre que esta mantenga su sensibilidad e instintos desinteresados" (En Federici, 2013, p. 71). Con la misma facilidad que el hombre del sistema dominante capitalista valora y cuantifica despiadadamente los recursos y animales presentes en la naturaleza, valora lo femenino y lo vinculado histórica y culturalmente a las mujeres. La comparación de las mujeres con animales admite la visión de que son las mujeres un recurso natural explotable como han sido los animales históricamente<sup>8</sup>.

*[P] Hace unos años, en un zoológico de Ohio, nació una gorila que se crió en cautiverio. Ya adulta, se quedó embarazada y tuvo una cría de gorila. Como madre, cuidó a su cría del mejor modo que supo, pero no fue suficiente porque no supo cómo amamantarla. Nunca había visto a ninguna gorila dar el pecho y no tenía ninguna noción de que pudiera ser ella quien alimentara a su cría. Tristemente el bebé gorila murió.*

*Cuando se quedó de nuevo embarazada el cuidador de la gorila pensó que tenía que hacer algo para enseñarla a dar el pecho, así que llamó a la Liga de la Leche: varias madres lactantes fueron voluntariamente al zoológico para amamantar delante de la gorila embarazada, con el fin de mostrarle cómo se alimentaba a un bebé recién nacido. Al principio no les hizo mucho caso, pero a medida que se acercaba el momento del parto empezó a mostrarse más interesada en lo que esas mujeres hacían.*

*No fue suficiente: cuando nació su segunda cría la madre empezó a enloquecer porque, de nuevo, no sabía qué tenía que hacer. El cuidador llamó rápidamente a la Liga de la Leche de nuevo y una madre voluntaria corrió al zoo para ayudarla. Lentamente, fue haciendo paso a paso lo que la mamá gorila debía hacer para alimentar a su cría: primero puso al bebé contra su pecho y lo puso en la posición idónea para que pudiera empezar a mamar, en su brazo izquierdo; cogió su pecho con la mano derecha y orientó el pezón de manera que le rozara los labios para provocar el reflejo de búsqueda y abriera la boca. Una vez la boca estaba bien abierta, acercó al bebé hacia su pecho con un rápido movimiento del brazo y este empezó a mamar. La gorila miraba lo que ella hacía y empezó a imitar los movimientos paso a paso, hasta que con un suspiro de alivio, bajó la mirada y vio que su bebé gorila estaba chupando de su pecho y, por fin, ella estaba logrando calmarlo y alimentarlo.*

---

<sup>8</sup> Con esto no se admite como válida o legítima la explotación de los hombres sobre los animales y de los recursos naturales.

*Esta historia es conocida en La Liga de la Leche y se comparte a menudo cuando se quiere explicar que los bebés nacen sabiendo mamar, pero las madres no nacen sabiendo amamantar. A dar el pecho se aprende, y aunque toda mujer sabe que amamantar consiste en poner el pecho de la madre en la boca del bebé, es necesario saber mucho más.*

*La cultura del amamantamiento ha existido desde el principio de nuestra especie. En cuanto empezaron a formarse los primeros poblados las mujeres empezaron a transmitir esa información de unas a otras, y luego entre generaciones. Así, las mujeres aprendían de sus amigas, hermanas y conocidas, y de sus madres, tías y abuelas, que explicaban cómo es amamantar, qué se siente, cuán normal es que duela o no duela, cómo solucionar los problemas, etc. Al llegar la revolución de la leche artificial y el biberón, las mujeres empezaron a creer que no eran capaces de amamantar, empezaron a creer que la leche artificial era mejor (así se promocionaba) y el saber pasó a los profesionales de salud, que lejos de ayudar, porque tampoco sabían mucho, confirmaban las sospechas: "así es, señora, su hijo pasa hambre, dele biberón".*

*Esas señoras son ahora nuestras madres, y aunque muchas sí amamantaron y saben de ello, muchas otras no lo hicieron, o lo hicieron poco, y no pueden ayudar a las mujeres de hoy en día que desean amamantar a sus bebés.*

*Por eso las mujeres que están embarazadas tienen que poder ver a otras mujeres amamantar: en los grupos de apoyo (ideal si quieres dar el pecho a tu bebé y conocer los problemas y soluciones que pueden suceder), en el parque, en la calle, en la cola del supermercado, en el banco, en la parada del bus, en el metro, en el museo, en el bar más cutre y en el restaurante de más lujo,...*

*El mundo debe convertirse en un lugar "breastfeeding friendly", o sea, amigo de la lactancia materna, porque los bebés lo agradecerán, sus madres también, y a la vez toda aquella persona que aún tiene mucho que aprender acerca de la sustancia que ha permitido que hoy en día exista la humanidad.*

*No somos diferentes: la lactancia materna es una habilidad y algunas veces solo ayuda observar y compartir con otras madres que amamantan. En las reuniones de LLL puedes hacer precisamente eso.*

El eslogan de menos cultura y más instinto deja de tener sentido con este relato compartido y difundido en la mamasfera, ya que, al parecer, la lactancia materna si es una práctica cultural, que requiere de procesos de socialización, referentes y representaciones sociales en el imaginario individual y colectivo para tener sentido y ser reproducida.

*[M] hermosa historia, que fuerte es tu familia, maravillosa tu hija que tuvo tu sustento... deseo que tengas una feliz vida y una lactancia prolongada como corresponde a las mamíferas lecheras que somos...*

En ese sentido, la función biológica de mamíferas requiere de múltiples representaciones, herencias generacionales y prácticas compartidas, es decir, procesos culturales de aprehensión.

*[M] Que dar la teta aunque es natural, no es tan fácil y que es necesario informarse bien y tener mucha confianza en una misma y en el bebé.*

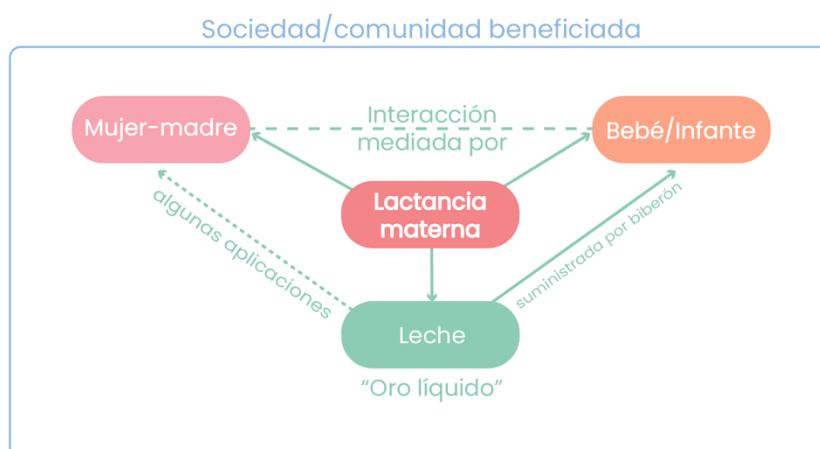
## **Narrativa 2: Universo de beneficios**

En este apartado se agrupan todas las historias identificadas que hacen referencia a los beneficios, tanto de la lactancia materna (práctica biosocial) como de la leche humana (producto). Esta narrativa articula a diferentes actores, pero principalmente se concentra en contar la historia de los múltiples beneficios que tiene para los bebés, niños y niñas que se alimentan exclusivamente de leche humana durante los primeros 6 meses de vida y, al menos, durante dos años con alimentación complementaria, aunque esta no esté mediada por la interacción con su madre. También, pero con menos frecuencia, se construyen relatos respecto a los beneficios de la lactancia materna (y de la leche en menor medida) para las mujeres, considerándolas un agente en sí mismo, independiente de su rol como madre.

Todas estas historias hiladas se dirigen a consolidar la premisa -no discutible para las organizaciones pro lactancia en Costa Rica- que la leche materna es el mejor alimento para el bebé, mediada o no por la práctica de amamantar. En el diagrama 1 se ilustran las relaciones entre actores humanos y elementos no humanos que se enlazan por la lactancia materna. Según esta perspectiva, este entramado pro-lactancia no solo tiene beneficios para las mujeres y sus bebés, sino también para toda la sociedad. En la siguiente publicación de la Liga de la Leche, en su celebración de la semana mundial de la lactancia materna, se hace referencia al bienestar de la comunidad.

*[P] ☐☐ ¡Semana Mundial de la Lactancia Materna! ☐☐ En La Liga de la Leche Costa Rica, celebramos y apoyamos el poder de la lactancia materna. Este año, nos unimos a la campaña global con el lema "Cerrar la brecha" para promover la importancia de amamantar, no solo para la salud de nuestros bebés, sino también para la madre y el bienestar de la comunidad.*

Figura 6. Articulación de relaciones narrativa "Universo de beneficios"



Las referencias a la leche materna generalmente son presentadas por medio de metáforas "oro líquido", "oro blanco", "3 onz de amor" o "poderes de la leche materna". Todos los textos referidos a los beneficios de la leche materna para el lactante están llenos de usos retóricos. La primera parte de la narrativa sobre el "Universo de beneficios" es la nutrición y protección que prevé la leche a los recién nacidos y niños/niñas. Esta narrativa es confirmada tanto por mujeres participantes como por la misma organización prolactancia:

[M] *Es el oro más blanco y puro, la leche materna* □□.

[P] *Leche materna: Oro líquido que la industria jamás podrá igualar.*

La segunda parte de la narrativa versa sobre los beneficios encontrados para las mujeres, como la reducción del estrés -vinculado al aumento de hormonas-, detección de tumores, entre otros. La tercera parte describe los beneficios encontrados fuera de la triada, es decir, las maneras en que la sociedad se beneficia de que las mujeres tomen la decisión de amamantar a sus bebés.

### **Oro líquido: nutrición y protección para el lactante**

Esta narrativa nos cuenta la historia de un líquido con superpoderes inigualables de los cuales resulta imposible resistirse. Uno de los superpoderes es su composición, lo que contiene la leche materna resulta impresionante como alimento para los bebés recién nacidos, ya que basta hasta los primeros 6 meses de vida.

[P] *La leche de algunas especies es relativamente alta en grasa para favorecer la formación de una gruesa capa de grasa corporal, mientras que la de otras tiene un contenido alto de*

*proteína que se utiliza para un rápido crecimiento y maduración. Aquellas especies que necesitan fuentes disponibles de azúcar para satisfacer las necesidades de sus #cerebros en rápido crecimiento, tienen leches con contenidos altos de carbohidratos. Los humanos son los mamíferos con el crecimiento y desarrollo más lento, pero con el cerebro más avanzado, así que tiene sentido que la leche humana tenga un contenido bajo de proteína y alto de carbohidratos. La leche materna contiene niveles de vitaminas y minerales apropiados para el bebé sano, nacido a término.*

Esto no se reduce a bebés recién nacidos, sino que este líquido aporta los requerimientos para niños mayores de 2 años en energía, proteína, calcio, vitamina A, ácido fólico, vitamina B12 y vitamina C.

*[P] Cada especie produce una leche especial para su cría. La #lechematerna está diseñada para los #bebés □La leche humana es específica para la especie. □La leche de cada mamífero se ha adaptado para darle a las crías lo que necesitan para garantizar su supervivencia y permitir su óptimo desarrollo.*

Una de las características socializadas por las organizaciones pro lactancia de la leche humana es su capacidad de adaptación *in situ* a las necesidades del bebé; tiene los componentes apropiados y requeridos durante cada proceso de crecimiento del infante, por lo que se supone que ninguna leche es igual a otra, esta particularidad, además de hacerla muy especial, no puede ser igualada por la industria de leche de fórmula, así que se considera un ataque directo a uno de los detractores de la lactancia materna, las industrias de leche artificial.

*[P] ¿Sabías que la leche materna va cambiando su composición para adaptarse a las necesidades de tu bebe? Lo primero que produce nuestro cuerpo después del embarazo se llama CALOSTRO se conoce habitualmente como "ORO LÍQUIDO", no solo por su color amarillo sino también por su enorme importancia a la hora de nutrir y proteger a nuestro bebe. Al principio se producen cantidades muy pequeñas, e ira evolucionando a medida que vayan pasando los días, pero no te preocupes por la cantidad porque lo que le falta de cantidad le sobra en calidad. Está compuesto por anticuerpos, agua, proteínas, grasas e hidratos de carbono. A partir del 5 día aproximadamente vamos a ver que se produce el cambio del calostro a la leche de Transición. Pasa a ser más cremosa en color y textura, y también aumenta su nivel de grasa, calorías y lactosa, por lo que es el alimento ideal para lograr un crecimiento rápido de tu recién nacido. Y por último cuando tu bebé alcance las cuatro semanas aproximadamente, tu leche materna será totalmente madura está compuesta por las cantidades adecuadas de hidratos de carbono, proteínas, grasas, minerales, vitaminas, enzimas digestivas, hormonas y anticuerpos.*

*[P] Es siempre cambiante: del comienzo de una lactada a su final, de toma a toma, y de día a día. Algunos de los cambios en la leche materna son estimulados por señales dadas por el bebé. Cuando la madre sigue las señales de su bebé, puede estar segura de que él se beneficiará de todos estos cambios. Por ejemplo, si la leche que recibe en una toma particular es baja en grasa (la grasa es el componente más variable de la leche materna), el*

*bebé sentirá hambre más temprano. Si sus señales son respondidas y recibe su próxima toma muy cerca de la anterior, la leche más alta en grasa que recibirá (el contenido de grasa aumenta cuando el seno está menos lleno) asegurará que la ingesta total sea la adecuada.*

*[M] La cantidad de grasa en la leche, y la calidad de la leche, no la determina lo que uno coma. La composición de la leche es exacta y a la medida del bebé. De hecho si uno hace tándem (darle pecho a más de un niño), la leche es diferente para ambos. Mucha suerte con la nueva lactancia, y cualquier duda la Liga de la Leche tiene profesionales que la pueden guiar.*

*[M] Imagínese un menú que cambia para adaptarse al medio ambiente y a la naturaleza: ¿Hay agentes nuevos infecciosos que rodean al bebé? La leche materna le va a proveer los anticuerpos para protegerlo. La leche materna es como un menú que cambia para llenar las necesidades de cada infante. Por ejemplo, la leche pre-término está adaptada para enfrentar las necesidades de infantes de pre-término y cambia en composición conforme crecen los(as) bebés.*

La leche materna no solamente es considerada un súper alimento cargado de todas las vitaminas, proteínas y minerales en el momento justo que necesita el bebé, sino que también tiene un valor inmunológico que permite combatir infecciones y enfermedades.

*[P] Una de las bondades de la leche materna, es que si la madre está enferma...cuando su cuerpo produce anticuerpos para combatir la enfermedad estos se pasan al bebé...*

*[P] El valor inmunológico de la leche humana: Yo te cuido, el valor inmunológico de la leche humana. En situaciones de emergencia, la lactancia materna proporciona a la madre la capacidad de nutrir a su hijo cualquiera sea la circunstancia. La leche humana contiene todos los nutrientes que necesita un bebé, junto con anticuerpos para ayudar a combatir infecciones y enfermedades, células del sistema inmune de la madre y sustancias protectoras. Las hormonas contenidas en la leche materna pueden ayudar a reducir los niveles de estrés tanto en la madre como en el bebé, y la lactancia materna brinda calor y comodidad.*

*[P] El calostro le da inmunidad contra los gérmenes que se encuentran en el entorno. Es protector en el intestino para eliminar estos gérmenes.*

Además, las ventajas de la leche materna no se reducen a composición, beneficios inmunológicos y fisiológicos, sino que se confirman beneficios vinculados al desarrollo cognitivo y rasgos positivos de comportamiento del bebé a largo plazo:

*[P] Los estudios llevados a cabo indican que cuanto más tiempo mame el niño, mayor es su inteligencia. Cuanto más tiempo se amamanta, menor es el riesgo de cáncer de mama para la madre. Los niños que maman más tiempo suelen mostrarse más seguros de sí mismos y más independientes, a la vez que muy cercanos con sus padres". Entonces, mamás, ¡a dar teta!*

*[M] En palabras simples, (la lactancia materna) prepara un futuro ciudadano seguro, responsable y feliz.*

En concordancia con lo expuesto, según esta narrativa, negar la valiosa nutrición de la leche materna y la cercanía de la lactancia materna al recién nacido, tiene implicaciones a largo plazo como la aparición de inseguridades, adicciones y la incapacidad de establecer relaciones humanas sanas:

*[P] Cuando un niño no es suficientemente nutrido emocionalmente durante la infancia, va a seguir necesitando eso que pidió, aunque modificará el modo en que formulará el pedido. La edad no calma la sed. La edad sólo disfraza las necesidades primarias en otras más presentables en sociedad. El niño necesitado se convertirá en un joven desesperado, ávido, feroz. Por eso, no importa con cuánta comida se atosigue, cuánta droga lo calme, cuánta agresión drene o cuántas pastillas lo duerman...no va a obtener cuidados maternos. Esto es consecuencia de una gran equivocación. Porque toda droga va a requerir más dosis. Toda relación dependiente lo va a llevar a relaciones aún más destructivas. Toda dieta lo va a arrojar a un circuito de restricciones. Todo acceso al alcohol lo va a dejar más prisionero de sus borracheras. Y toda distancia emocional lo va a colocar cada vez más lejos en su propio desierto.*

### **Beneficios para las madres**

La lactancia materna también genera efectos positivos en el bienestar de la madre. La liberación de hormonas como la oxitocina y prolactina promueven cambios a nivel cerebral que causan sentimientos de bienestar, empatía, paciencia y felicidad:

*[P] La constante liberación de hormonas relacionadas con la lactancia, provoca en la madre efectos positivos en su bienestar. Las hormonas oxitocina y prolactina, generan cambios a nivel cerebral relacionados con la empatía, la paciencia y la protección hacia el niño o niña. Además, ayudan a que se sienta más contenta y relajada.*

Estos cambios hormonales son positivos para la buena salud mental de la madre, en momentos de mucho estrés o crisis de depresión, la leche es la mejor opción.

*[P] Porqué es buena la lactancia para la salud mental de una madre. "...la lactancia crea una diferencia y no se trata solamente de la leche. Cuando una madre sufre de depresión, necesita apoyo. En esos momentos, mucha gente bienintencionada le recomendará el destete. Sin embargo, si la madre tiene claro que quiere seguir con la lactancia, gracias a estos datos, podremos ayudarle mucho diciéndole que la lactancia exclusiva es muy beneficiosa para ella."*

La autoestima de las mujeres también se favorece, porque ejercen su derecho a amamantar, reconocen su propio deseo, cumplen una función trascendental en la sociedad y gozan de una vida más saludable y feliz:

*[P] Incluso cuando la situación represente un desafío la lactancia suele facilitar la vida. Emocionalmente la lactancia es maravillosa para la autoestima. En momentos de estrés, tu leche es la mejor opción.*

*[M] No hay momento en que me haya sentido más mujer que al amamantar a mis hijos.*

*[M] Lactancia Materna .... 2 años y 3 meses con mi príncipe 🍀, cansada, feliz y no me interesa lo que piensen los demás ☐*

*[M] Karla León ☐ nosotros tenemos 4 años 11 meses y de esos 3 y medio de lactancia en tándem... cansada y re felizzzz☐☐*

*[M] Los ojitos con los que me mira, es tan tierna, me hace sentir tan feliz...*

La investigación médica oncológica y genetista ha desarrollado ensayos clínicos que pretenden un diagnóstico precoz de cáncer de mama a partir de la leche materna, incluso desde el embarazo, ya que la leche puede contener trozos de ADN tumoral.

Figura 7. Publicación de la LLL con el encabezado *La leche materna delata tumores indetectables*



La investigación científica también ha llegado a incursionar en la tecnología de alimentos con la leche materna, para que personas adultas puedan gozar de los múltiples beneficios de la leche humana, sobre todo para personas deportistas o para promover el consumo de anticuerpos.

*[P] Un equipo de investigadores de Países Bajos está iniciando un estudio, haciendo helado de leche humana que resultó positiva para anticuerpos de coronavirus. Esperan usar estos helados como una medida de prevención en contra del virus. El Dr. Hans van Goudoever, líder del equipo, dice "Todavía no sabemos si realmente funciona. Eso pensamos... los*

*anticuerpos se adhieren a la superficie de nuestras membranas mucosas. Ahí atacan a las partículas del virus antes de que penetren más allá, dentro de nuestro cuerpo." Los investigadores esperan que los anticuerpos en los helados funcionarán de la misma manera.*

### **Beneficios para la sociedad: Primer alimento sustentable y ecológico**

La narrativa de beneficios para la sociedad es contundente pero poco profunda, dado que se afirma con certeza que la lactancia es sostenible tanto económica, ecológica, social y políticamente, sin ofrecer mayor explicación respecto a estas características ni a los mecanismos empleados para garantizar su sostenibilidad. Se asume que su carácter de gratuita y carente de envases la convierte en una práctica ecológica. Su sustentabilidad política y social no se explica con detalle, más allá de su función alimenticia como parte de la cadena de seguridad alimenticia y la promesa de garantizar futuros ciudadanos saludables.

*[P] ser sostenible económica, ecológica, social y políticamente. La leche humana representa un recurso perfecto para fortalecer el aún inmaduro sistema defensivo del lactante. Pero, además, la leche materna cumple los cuatro criterios exigibles para asegurar la sostenibilidad de un producto: ser sostenible económica, ecológica, social y políticamente.*

La sustentabilidad ecológica de la lactancia se define así por su divorcio de la lógica de comercialización de bienes, elimina los plásticos contaminantes del ambiente como envases, paquetes, etiquetas, embalajes y hasta los costos contaminantes de la exportación e importación.

*[P] La lactancia es parte del rompecabezas mundial de la vida y del medio ambiente-- incrementar los niveles de lactancia en todo el mundo ayudará de forma significativa a reducir nuestra huella de carbono.*

*[P] Amor en cada gota: De la mano con el medio ambiente. Promoción de la lactancia materna como protección al medio ambiente.*

*[P] La mejor en envase TETApack ☐☐☐☐ @TetarteCostaRica #ElArteDeAmamantarDesdeElEmpoderamiento.*

Entonces, según esta perspectiva, la decisión de las madres de amamantar a sus hijos e hijas está contribuyendo a una vida más saludable para la humanidad y para el planeta.

*[P] La leche materna es el primer alimento más sustentable para las niñas y los niños.*

El beneficio político de la lactancia materna se resume en la responsabilidad de las madres de mantener la salud de la nación (Gimeno, 2018, p. 134). Esta narrativa lo describe como

un asunto de seguridad alimentaria, por ende, de los gobiernos, el sector empresarial y sociedad civil, por lo que se asume, por un lado, como un asunto de carácter político y, por otro, una cuestión de política pública.

*[P] La seguridad alimentaria es un asunto de todos y todas, de gobiernos, instituciones, empresas, empleadores y consumidores. A través del Día Mundial de la Seguridad Alimentaria, la Organización Mundial de la Salud y la Liga De La Leche continúan sus esfuerzos para incorporar la seguridad alimentaria en la agenda pública y reducir la carga de enfermedades transmitidas por los alimentos a nivel mundial.*

*[P] La lactancia materna garantiza la seguridad alimentaria y nutricional. Incluso en crisis humanitarias ya que sigue siendo una fuente segura y estable de alimento durante esos momentos...*

*[P] ¡Gracias por tu compromiso, gracias por tu esfuerzo! ¡Celebra este gran día, amamantando a tu bebé! Día mundial de la seguridad alimentaria. La leche humana es el alimento más seguro para los bebés.*

A largo plazo, la lactancia materna es un proyecto político y económico que proporciona defensas a los sistemas inmunológicos de los recién nacidos por lo que representa salud para todas las personas y modalidades de consumo sostenibles:

*[P] ¿Sabías que al amamantar contribuyes a proporcionar a tu bebé un alimento inocuo y que por lo tanto la leche materna tiene efectos directos en la salud y la ingesta nutricional de todas las personas?*

*[P] Al amamantar garantizas que la calidad prevista a lo largo de toda la cadena alimentaria y estás fomentando modalidades de consumo y producción más sostenibles.*

Respecto a las utilidades de la leche materna se plantea que, debido a sus asombrosos componentes, esta puede ser utilizada para diferentes propósitos. Las mujeres de la organización prolactancia explican que la leche materna protegió a un lactante contra el COVID-19 y que esta tiene otros usos:

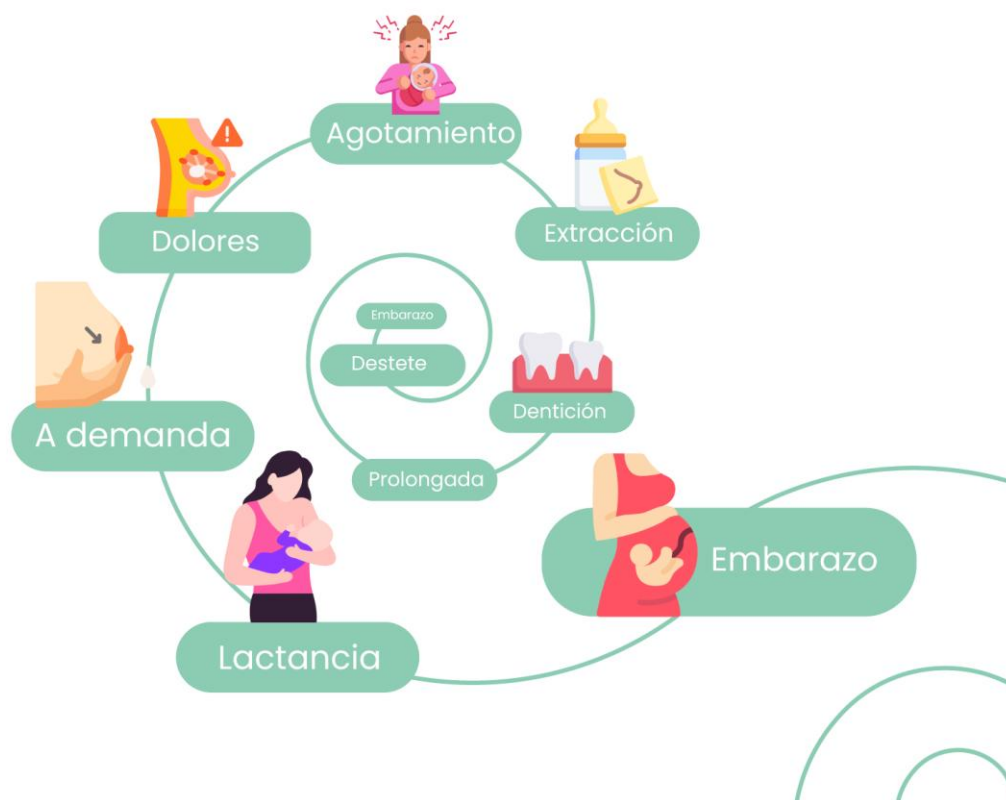
*[M] Mi hija ha Sido muy sana, y cuando me enfermé de COVID-19 la seguí amamantando, en la casa mi hijo mayor se enfermó pero a ella no le dieron síntomas, para mí es lo mejor, hasta le doy otros usos a la leche materna □ Ejemplo cuando le cae algo en el ojo a mi hijo o le da resequedad en la vista le coloco unas gotitas y le refresca la vista.*

### **Narrativa 3. Manual de lactancia**

El manual de lactancia materna es amplio y abarca múltiples dimensiones. Este incluye soluciones, recomendaciones y reglas para todas las etapas y circunstancias que pueden darse entre el embarazo y el destete. En ese sentido, se enfatiza el hecho de que muchas

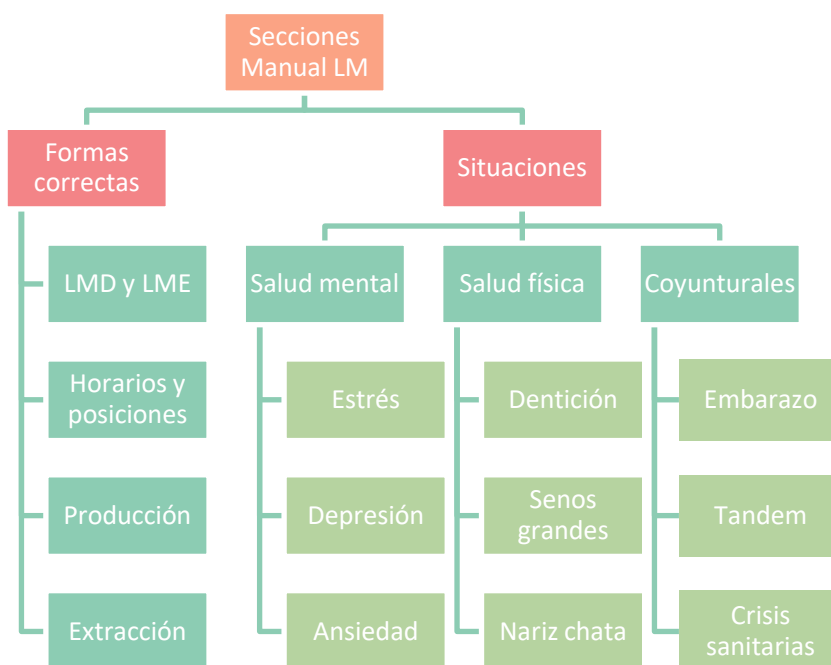
veces el ciclo vuelve a comenzar con otro embarazo, pero en otras ocasiones esto ocurre cuando el flujo no ha terminado por lo que se interpone un nuevo embarazo, situación que plantea retos diferentes, aunque ninguno que no esté contemplado en el manual.

Figura 8. Diagrama sobre el ciclo espiral de la lactancia materna



Los aparatos de este manual se organizan en secciones temáticas, esto con el fin de ordenarlo y que sea comprendido con mayor facilidad. La primera sección se refiere a las "formas correctas" de la lactancia, en esta narrativa se detalla todo lo estrictamente vinculado con las posiciones para amamantar (tanto de la madre como del lactante), el establecimiento o no de horarios de tomas, mecanismos y rutinas de extracción y, en general, cómo debe realizarse la lactancia a demanda y, posteriormente, la denominada lactancia prolongada. El segundo apartado expone las situaciones que podrían llegar a ocurrir, tanto de salud mental, salud física o coyunturales durante el proceso de la lactancia.

Figura 9. Mapa conceptual de las secciones del Manual de Lactancia Materna



Las principales narrativas sobre la lactancia, en función de su repetición o frecuencia de aparición en el manual, se exponen en seguida<sup>9</sup>:

### "Formas correctas"

Esta sección del manual detalla con precisión qué es y cómo se debe llevar a cabo una lactancia materna exclusiva, a demanda y prolongada. "Formas correctas" es una categoría analítica para agrupar aquellas indicaciones, recomendaciones e instrucciones mandatorias que se encuentran en esta narrativa. No se omite señalar que las "formas correctas" son un dispositivo de control simbólico sobre los cuerpos, tiempos y decisiones de las mujeres.

La lactancia materna exclusiva (LME) es aquella que no complementa con ningún otro alimento, ya que se ofrece exclusivamente leche materna al lactante. La lactancia materna a demanda (LMD) es amamantar cada vez que el lactante lo pida y las veces que lo pida. Y la lactancia prolongada es amamantar después de los 2 años, el tiempo que el lactante quiera,

<sup>9</sup> Se coloca una cantidad de relatos considerada suficiente para comprender la preeminencia y posición del tema en la mamasfera, pero esto no significa que se han detallado la totalidad de los relatos vinculados con cada temática.

lo que implica superar barreras de estigma respecto a la lactancia en niños y no únicamente de bebés.

### *Lactancia materna exclusiva y a demanda*

Este tema es central porque define las formas posibles de la lactancia materna y sus simbolismos e implicaciones societales, por ejemplo lo concerniente a la relación que se establece entre el acto de amamantar y el ámbito laboral de las mujeres madres, entre otros.

*[P] **Horario de una mamá que amamanta** □ El bebé es quien decide cuándo comer, por cuánto tiempo y cuando esta lleno. A esto se lo conoce como LACTANCIA A LIBRE DEMANDA (LME).*

*[P] **Amamantar a demanda** □□*

*¿Qué es amamantar a demanda? Es amamantar al bebé cuando el bebé lo pida. Poco a poco irás reconociendo las señales de hambre de tu bebé: movimientos de los ojos bajo los párpados, manos a la cara, movimientos con la boca. Después son señales más evidentes: busca el pecho, llora o hace ruidos. Mientras más hambre tenga más inquieto estará y puede empezar a llorar. Llorar es una señal tardía de hambre, lo ideal es ponerlo al pecho antes de que lllore.*

*Los bebés piden leche no siempre por necesidad de alimento. También puede ser por sueño, por regaloneo, por calor, por frío, porque le duele la guatita, por tener el pañal sucio, o porque quiere que lo carguen y estar juntos, entre muchas otras. También puedes amamantar a demanda de la madre, puedes ofrecer el pecho simplemente porque te parece que hace rato que no mama, o porque lo echas de menos, o porque quieres.*

*En los primeros días puede ser que tu bebé pida leche muy enseguida, lo cual es muy normal. También puede ser que este muy somnoliento y no pida leche. En este caso es importante despertar a tu bebé para amamantarlo. Durante el primer mes de vida de tu bebé, Liga de La Leche recomienda que un bebe debe mamar como mínimo entre 8 y 12 veces en 24 horas.*

- [M] Buenas tardes, recomendación para las madres que tenemos que entrar a trabajar y ya no se puede hacer lactancia a demanda (mientras laboramos) como hacer para que el cuidador puede ejercer consuelo en el bebé que no sea con el seno, gracias.*
- [M] A mí bebito y mi bebita grande les di cuando pedían y amo amamantar □□ es la conexión más hermosa □□□□*
- [M] Yo tengo una consulta al respecto, hasta cuando es a demanda? Porque a mi no me preocupa darle todas las veces que mi bebé quiera (me encanta) pero tengo que volver a trabajar siento que esto es un cambio muy grande para ellos, si alguien ha tenido esta experiencia y le ayuda a salir de la duda les agradezco, no quiero que me bebé sufra porque no estoy.*

La LME conlleva la superación de mitos y barreras que, generalmente, reproducen miembros de la familia y -en ocasiones- por profesionales de la salud. Uno de los mitos por superar es que la leche materna no es suficiente alimento para el recién nacido y debe complementarse.

*[P] MI BEBÉ AMAMANTADO NO SE LLENA...*

*¿Cuántas veces hemos pensado que nuestro bebé menor de 3 meses y exclusivamente amamantado no se llena porque pide el pecho muy seguido? Los bebés amamantados exclusivamente no se quedan con hambre. Comen muy seguido que es algo diferente. Tendemos a pensar que se quedan con hambre porque al poco tiempo de comer vuelven a pedir pero en realidad lo que biológicamente sucede es que la digestión de la LM es muy rápida y eficiente y su estomago es muy pequeño y se llena rápidamente. Cuando los bebés vuelven a pedir es porque ya se vaciaron y por eso quieren comer otra vez. Así sucede durante los primeros 6 meses mientras están siendo amamantados y puede variar el tiempo de pedir desde cada 1h a cada 3 o 4 hrs o 6 si están dormidos pero en todos los casos es porque ya se dirigieron lo que comieron no porque no se llenaron. Ese simple cambio en nuestra manera de entender la lactancia materna puede depararnos lactancia más relajadas y felices. Muchas mamás viven con mucha angustia la sensación de que sus bebés no se llenan porque están pidiendo pecho a cada rato o porque no pasan largos períodos de tiempo dormidos y ese temor es la causa de que las madres comiencen a dar otras leches; cuando lo que realmente está sucediendo es que el bebé hace una digestión muy eficiente de la leche materna, se queda alerta y por ende vuelve a tener hambre muy rápido o no se llena...*

- *[M] Alicia GS mira nena, esto te ayudará un montón, los bebés que toman leche materna exclusiva tampoco hacen popó □ tan seguido porque aprovechan todos los nutrientes, mi hijo hacía a veces hasta una vez a la semana □*

Otro obstáculo que deben superar las madres para alcanzar una lactancia exitosa y prolongada es la idea de que la leche materna deja de ser nutritiva después de los 2 años.

*[P] Amamantar después de los 2 años. ¿Ustedes sabían que el destete humano natural puede ocurrir entre los dos años y medio y los siete? Cada relación niño/mamá es diferente y a tu lactancia solo deben interferir tú y tu bebé. ¿Pero la leche materna sigue aportando luego de los dos años, que es el tiempo mínimo recomendado por la OMS? ¡Claro! “La leche materna sigue aportando anticuerpos y otras sustancias protectoras mientras se sigue lactando y algunos de sus beneficios se prolongan durante toda la vida (...) Los estudios llevados a cabo indican que cuanto más tiempo mame el niño, mayor es su inteligencia. Cuanto más tiempo se amamanta, menor es el riesgo de cáncer de mama para la madre. Los niños que maman más tiempo suelen mostrarse más seguros de sí mismos y más independientes, a la vez que muy cercanos con sus padres”. Entonces, mamás, ¡a dar teta!*

*[P] Las propiedades inmunes y la nutrición de la leche humana no desaparecen de repente cuando los bebés alcanzan los 6 meses (ni el año, ni los dos años).*

### *Producción*

El tema de la producción es central porque genera inseguridades en las mujeres por la cantidad de onzas que produce su cuerpo y que esta cantidad sea suficiente para alimentar al lactante. Para esto el manual explica que la primera hora después del parto es fundamental para iniciar la producción y se debe dar la primera succión:

*[P] La primera hora post parto es llamada la hora sagrada. Es un momento único y especial que comienza cuando el niño y niña es colocado encima del pecho de su madre inmediatamente después de nacer. Durante esta etapa esperamos encontrar un período inicial de alerta, de aproximadamente 2 horas, que es la ventana fisiológica donde reconocerá a su madre; olerá y tocará sus mamas, se relajará e idealmente comenzará la primera succión del pecho de manera instintiva.*

Otra preocupación vinculada con la producción de leche es el control del peso del lactante. En ese sentido, se ha comprobado científicamente que la LME puede inducir a una reducción del peso del bebé:

*[P] Antes que ocurra la bajada de la leche, es esperable que la mayor parte de los niños y niñas bajan hasta un 7% de su peso de nacimiento. Si la baja de peso es de más de un 10% es importante tener control precoz, es decir, a las 48 o 72 horas.*

En la misma línea, existen métodos para potenciar la producción, el más efectivo según el manual es la misma succión, ya que, a mayor demanda, mayor producción de leche, se trata de un sistema de oferta y demanda, por lo que no es posible detenerse.

*[P] Aumentar la producción de leche: Métodos para potenciar la producción.*

*[P] LACTANCIA MATERNA: La producción de leche funciona mediante un sistema de "oferta y demanda" es decir que la cantidad de leche producida depende de la que es extraída por el bebé.*

Si la oferta-demanda no es suficiente para aumentar la producción de leche, existen consejos en el manual que pueden ayudar a las madres que están procurando un aumento:

*[P] No todas las mujeres necesitan aumentar la producción de leche materna, pero si es tu caso acá algunos consejos que pueden ayudar:*

*Prepárate: Informarse desde antes del nacimiento sobre los beneficios de la lactancia materna y establecer expectativas realistas puede reducir el estrés y aumentar la confianza.*

*Piel con piel: Estimula la liberación de hormonas que promueven la producción de leche y fortalecen el vínculo emocional.*

*Frecuencia: La lactancia es un proceso de oferta y demanda. Amamantar a menudo estimula la producción de leche y evita la congestión mamaria.*

*Vacía completamente el pecho: Esto señala a las glándulas mamarias producir más leche. Para que la lactancia materna exclusiva resulte exitosa, es esencial que las tomas no se restrinjan a un horario; Es importante no brincarse tomas, especialmente las nocturnas.*

*Cuídate: Una dieta equilibrada, descanso adecuado y buena hidratación son fundamentales.*

*Prueba la extracción manual: No todas las madres necesitan extraer leche, sin embargo en algunos casos puntuales puede ser útil para aumentar la producción y aliviar la congestión.*

*Al seguir estos consejos y cuidar de ti misma, puedes mantener una buena producción de leche materna y disfrutar de una experiencia de lactancia más exitosa y satisfactoria. Recuerda que cada mamá y bebé es único, así que sé paciente contigo misma y busca apoyo cuando lo necesites.*

*Si tienes dudas puedes escribirnos para hablar con una de nuestras líderes de la Liga de La Leche Costa Rica para poder guiarte o referirte a un especialista. ¡Tú puedes hacerlo!*

Si aún después de seguir estas instrucciones existen dudas sobre la producción, se plantean en el manual razones frecuentes por las cuales las mujeres dudan:

*[P] La mayoría de mamás producen suficiente leche para alimentar a sus bebés. Sin embargo, existen muchas razones por las cuáles dudamos de nuestra producción. Algunas de las más frecuentes son:*

- *Con el extractor no me sale leche: El extractor no mide la producción y algunas mamás no responden al extractor.*
- *Mi bebé pasa inquieto/no parece satisfecho: Los bebés lloran para comunicarse y no todos los bebés pasan durmiendo como la gente nos hace creer. Los bebés buscan a mamá y buscan el pecho para leche, consuelo, calor, calma y mucho más.*
- *No siento los pechos llenos: Es normal sentir los pechos blandos, especialmente después de las 6 semanas cuando la producción se establezca. Si le ofreces a bebé lactancia a demanda, tendrás suficiente leche.*
- *Expectativas no realistas: Mi mamá, mi hermana, mis tías y todas las mamás en mi familia tuvieron mucha leche, pero mis pechos no gotean.*

*Es importante asegurarse de que bebé este recibiendo suficiente leche. Podemos ver que moja suficientes pañales, ensucia suficientes pañales, gana peso, crece y no es demasiado dormilón.*

Según esta posición, una situación de incomodidad o insatisfacción demostrada por el lactante no debe ser motivo para suspender la lactancia ni ofrecer leche artificial, ya que es posible que se trate de una crisis de lactancia o brote de crecimiento:

[P] "La producción de leche se regula mediante la demanda del bebé, a más demanda más producción de leche. A pesar de eso, existen situaciones en las que por diversos motivos los bebés parecen no estar satisfechos o incluso parecen estar incómodos mamando. Este comportamiento suele causar mucha angustia a las madres, y si no conocen estos episodios de modificación de la demanda y del comportamiento del bebé **se puede caer en el error de empezar a suplementar al bebé con leche artificial e incluso dejar la lactancia**. Llamamos crisis, brotes o escalones de crecimiento a las situaciones donde el bebé parece no estar conforme con la producción de leche de su madre. Por suerte la mayoría de los bebés experimentan estas situaciones a una edad similar, lo que nos permite entender su comportamiento."

- [M] Estamos justamente en la crisis de los 3 meses. Mis mamas blandas y bebé es un pleito en cada toma, jalonea y jalonea el pezón. Gracias por esta información, ahora entiendo. □

### Extracción

La extracción de leche puede necesitarse en situaciones desfavorables en que la madre decida trabajar y deba dejar leche extraída para el lactante o realizar el procedimiento en su lugar de trabajo. Para estas situaciones existe en el manual 3 reglas fundamentales:

[P] 5. Mamás que retoman el trabajo tienen 3 reglas fundamentales: 1. Extraerse cada 2 o 3 h sin falta ojalá puntuales como reloj con horario (si lo hacen así, entrenarán su pecho para tener un reflejo de eyección exacto logrando extraerse toda la leche en sólo 5 minutos) 2. Jamás por nada del mundo dejar llenar el pecho. Es el peor error y lo que más daña la producción, para entender el porqué 3. Investiguen acción de la proteína FIL (factor inhibidor de la lactancia)

La extracción de leche también se puede utilizar para promover la producción y mantener un vaciamiento constante. Se detallan las recomendaciones para realizarlo correctamente:

[P] **Si te extraes leche**, es muy importante tener el embudo correcto para asegurar una extracción eficiente. Tamaño de la copa del sacaleches: Es muy importante que la talla de la copa del sacaleches sea adecuada. Puede marcar la diferencia por supuesto en cuanto a comodidad, pero también en cantidad de leche extraída.

[P] **¿De verdad necesitas extraerte la leche?** Algunas madres no consiguen sentir la bajada de la leche cuando usan un sacaleches y logran extraerse sólo unas pocas gotas con el extractor, cuando en realidad tienen una buena producción de leche. El extractor es una herramienta para ayudar a incrementar la producción o guardar leche cuando no estás. Sin embargo no es fundamental para todas las lactancias e inclusive puede ser peligroso si lo usamos de manera equivocada para intentar medir la producción. ¿Fue una necesidad en tu lactancia?

- [M] Yo intenté uno manual el primer mes pero era muy cansado y no salía suficiente. Ahora quiero volverlo a intentar porque mi bebé come a libre demanda y casi no puedo dejarlo solo, ni una hora en ocasiones.

- *[M] Yo si lo usé y lo necesité. Lo usé y al principio no salían más que unas gotas. Si lo necesitas sigue insistiendo sin dañarte, poco a poco, cuando sientas que el pecho está más lleno. Yo solía dejar de noche unas horas sin darle de un pecho para poder sacar más de ahí en la mañana. De no sacar nada o casi nada pude llenar 100ml haciendo eso todos los días. Pero insistí, no me rendí. Todo es cuestión de entrenamiento, no todas podemos sacar mucha leche desde el principio con el sacaleches. Y conseguí, que a pesar de tener que incorporarme a trabajar cuando mi hija tenía 5 meses, no usar más que mi leche para alimentarla hasta que llegó los 6 meses donde ya empezamos comida sólida. ☐☐ Ánimo a todas, si quieres vas a poder. ☐*

*[P] Recuerde que si te estás extrayendo leche después de amamantar, bebé ya quedó lleno de todo lo que extrajo. Lo que ves en el extractor es extra. ¿Cuánta leche se debe esperar extraer si estás amamantando? Por lo general, tu producción de leche será aproximadamente la mitad lo que se toma bebé, pero variará dependiendo de factores como la edad de bebé, la capacidad de almacenamiento de tus senos, el tiempo desde la última vez que amamantaste o te extraíste, la hora del día, la calidad del extractor, cuánta practica has tenido con tu extractor, si usa tus manos mientras te extraes, y si estás relajada o estresada. Si recién estás comenzando a extraerte, no te desanimes si obtiene muy poca leche. Más vendrá con la práctica. ¡Lo estás haciendo genial, mamá!*

### *Horarios y posiciones*

El establecimiento de horarios no es propio del manual de la LMD ni LME, sino que es una práctica propia de la alimentación con leche artificial. El manual expresa claramente que deben realizarse 8 a 12 tomas por día, lo que incluye también tomas nocturnas:

*[P] Es importante favorecer la **lactancia durante la noche**, porque las tomas que ocurren en este horario aseguran la producción de leche del día siguiente.*

*[P] La lactancia a demanda permite que bebé (de cualquier edad) **reciba toda la leche que necesita durante el día y la noche**. ¿Sabes como le dicen al bebé que le dan teta cada vez que la pide? NORMAL*

- *[M] Yo le diría bebé afortunado, porque he conocido varios bebes que les dan chupón por pura pereza.*
- *[M] Cuando di de mamar fue siempre así a demanda, hermosa etapa. Donde el reloj no cuenta. ☐*
- *[M] Soy gestante, y no se como lidiar con que es mi primer bebé y será el último, y los comentarios tan poco inteligentes de que "ojalá tu no le des teta ya hasta grande que se ve feo" "la teta deja de servir después del año y medio" "tenes que evitar malcriarlo a que te este pidiendo teta a cada rato" Me da tanta colera que hagan esos comentarios sin haber nacido nuestro repollo, ahora no me quiero imaginar cuando nazca...☐*

Se plantean instrucciones para detectar las necesidades del lactante recién nacido, sobre todo a aquellas mujeres que experimentan por primera vez la lactancia. Se subraya la

necesidad de rodearse de personas con experiencia, es decir, asesoras en lactancia materna, ya que estas pueden ofrecer soluciones específicas a las situaciones particulares de cada mujer y poder superarlas:

*[P] Señales de hambre: ¿Cuándo debo alimentar a mi bebé?*

*¿Cómo saber si un recién nacido se alimenta bien?*

*1. Acudir a todas las citas con el pediatra y hacer cita con él si se tienen dudas. Pesarse un bebé es una manera muy eficaz de saber cómo va la lactancia. Revisar peso y talla con las tablas de crecimiento de la OMS*

*2. Un recién nacido debería de ser activo en el pecho. Muchas veces se pueden escuchar los tragos. Los pechos deberían sentirse más blanditos después de una toma. Un bebé que se duerme enseguida en el pecho en cada toma, es señal de que no consigue extraer leche cómo debería.*

*3. El bebé parece satisfecho después de una toma. Aunque se pegue al pecho a menudo, debería de tener momentos en los que hace otras cosas.*

*4. Se deben de cambiar por lo menos 5 o 6 pipís al día, así como 3 o 4 popó. Algunos bebés LME hacen la popó una vez a la semana pero nunca cuando acaban de nacer. Eso empieza a los 2 o 3 meses. Puede empezar antes pero si es así, siempre hay que asegurarse de que no es por falta de alimento.*

*Hay muchas razones por las cuales un recién nacido puede tener dificultades para extraer leche. Esas dificultades casi siempre tienen soluciones, pero es importante rodearse de gente competente para superarlas. □□*

Existen diferentes posiciones que permiten construir un espacio seguro para el lactante y beneficioso para la madre. Se explica la posición "c o cuddle curl" y "reclinada":

*[P] **Posición C o "Cuddle curl"**. Las madres que amamantan durante el colecho adoptan una posición característica (Protective C o Cuddle Curl) en la que hacen un espacio seguro para que su bebé duerma con su cuerpo. El brazo de la madre está por encima de la cabeza del bebé impidiendo que se mueva hacia las almohadas y sus rodillas están dobladas debajo de sus pies para evitar que se mueva hacia abajo de la cama. El bebé se coloca boca arriba sobre el colchón plano para dormir y junto a los senos de la madre para facilitar la alimentación.*

- [M] Sorprendida de dormir así cada noche, sin saber el porqué.. Instinto sin más ♥*
- [M] Es una posición muy cómoda! Y si el parto ha sido por cesárea, ayuda mucho.*
- [M] Yo además Me colocaba una almohada detrás de la espalda para hacer de apoyo, si no me levantaba con dolor de espalda*

*[P] **Posición reclinada. ¿Has probado amamantar en posición reclinada?***

- *[M] Hola buenas tardes, estoy pasando por una situación muy dolorosa con mi bebé, hace 22 días me viene agarrando mal un pecho, ya me e llegado a ver una pelotita blanca en el centro del peson y no se que será y desde hace una semana me vengo viendo como pelotitas rosadas y al momento que el agarra el pecho me duele pero me duele aún más después de que mama, apenas el suelta el pecho como a los 5 minutos empiezo a sentir un dolor muy agudo como si me clabaran agujas en el peson, es algo muy doloroso y no se que es? Mi bebé tiene 4 meses y medio y no se si será que empezó a tener un mal agarre o que pero desde que nació nunca había tenido problemas, hasta ahora.*

También se plantean soluciones para las mamás que deben amamantar a dos bebés simultáneamente, ya que las espirales del ciclo reproductivo se cruzan entre un embarazo y otro.

*[P] Posiciones para amamantar simultáneamente. Nuestro cuerpo es capaz de producir leche y alimentar perfectamente a dos (o más) bebés al mismo tiempo con lactancia exclusiva, es maravilloso!*

- *[M] Este es uno de mis mayores miedos, mis mellizos están por nacer y desde ya escucho "expertos" diciéndome que no voy a poder.*
- *[M] Yo tengo gemelos de 2 años y 3 meses y aún estamos con lactancia materna, no hay nada mas lindo que saber que Dios nos da la capacidad de poder alimentar los hijos que dispuso para nosotras.*
- *[M] Mi posición favorita fue la 1 hasta como los 5 meses, después de eso hago una mezcla entre la posición 2 y la 6 y así dormimos tooooda la noche sin ningun problema ya estamos a un mes de cumplir los dos años en esta maravillosa etapa de dar solo tetita □□□*

### Situaciones físicas

Las situaciones físicas que aguanta la lactancia materna son muchas y diversas. Primero el dolor, la premisa principal es que la lactancia no debe doler, pero duele. Las mujeres pasan por problemas de agarre, congestión en los pechos, grietas, hongos, bloqueos, entre otros. El manual explica que muchos de los padecimientos se deben al agarre o la posición:

*[P] ¿Has experimentado dolor al amamantar? ¿Cómo lo resolvieron? Dolor al amamantar*  
 *Amamantar no debería doler, si sentís dolor cuando el bebé toma teta o entre las tomas, que va más allá de una ligera sensibilidad, es importante buscar la causa para modificar esta situación. Las situaciones de dolor más frecuentes se pueden dar cuando: El cuerpo del bebé no está bien posicionado con respecto al cuerpo de la madre. No se logra un buen agarre de la boca al pecho, es decir, el bebé no toma la areola y sólo se prende del pezón. Esto puede deberse a una confusión de succión por uso de tetinas o por mucha congestión en los pechos, entre otras causas. Hay grietas (consecuencia de alguna de las dos situaciones anteriores). Existe una infección por hongos (cándida). También puede deberse a otras*

*causas menos frecuentes como perla de leche, Síndrome de Raynaud, infección bacteriana de la grieta, frenillo corto, etc.*

– [M] Pero duele

- [O] Julia Meza *Hola Julia! Si en algunas (muchas) ocasiones hay dolor de por medio pero no debería de ser así, si hay dolor hay que investigar a que se debe, puede ser la postura, puede ser algo en la boca o cuerpo del bebé que no le permite hacer un acople correcto como un frenillo corto o tortícolis, etc, a veces es la combinación de varias de estas y es importante buscar apoyo para poder encontrar la razón y así poder disfrutar de la lactancia.*

La solución del manual a la mastitis es el mismo amamantar con frecuencia, descansar y aplicar calor, ya que se trata de un bloqueo o congestión mamaria en los conductos:

*[P] Mastitis: Tener dolor en un seno puede ser una experiencia angustiada y alarmante, y puede ocurrir cuando se bloquea el flujo de leche en el pecho. Tu pecho puede estar sensible, puede o no haber enrojecimiento, puede haber un punto duro o un bulto doloroso en la mama. Trata cualquier ingurgitación o congestión mamaria rápidamente para evitar el desarrollo de conductos obstruidos o mastitis. Si tienes dolor en los senos, un conducto obstruido o una infección mamaria, el cuidado inicial es similar: **amamanta frecuentemente, descansa y aplica calor al área sensible.***

*[P] "Cuando sugieres un baño para los **pezones adoloridos** a una mamá por primera vez con un bebé de una semana, y se convierte en un asunto de familia..."*

El manual explica que la lactancia debe estar acompañada y asesorada por personas con experiencia, para esto las asesoras de lactancia ofrecen un acompañamiento determinante para el éxito de la LMD y LME:

*[P] ¿Cuál es tu testimonio? **Al inicio de mi lactancia no sabía cómo iba a superar el dolor, pero gracias al apoyo de la liga de la leche vamos a cumplir 11 meses de lactancia con mi bebé cerquita. Es una experiencia súper especial que agradezco muchísimo estarla viviendo. Liga de la leche Nicaragua.***

- [M] *Yo también soy testimonio de que gracias a la ayuda de la LDLL tuve lactancia exitosa, obviamente hay que perseverar, pero con las herramientas que ellas dan uno puede hacerlo!*

Además del dolor, existen otros padecimientos físicos que pueden obstaculizar la lactancia materna y pueden significar incertidumbre y ansiedad en las madres. Se extraen algunos ejemplos de estos padecimientos: la respiración durante la lactancia de los bebés con la "nariz chata", los senos grandes y la aparición de dientes y, por lo tanto, de mordiscos y jalones a los pechos:

*[P] Los bebés nacen con la característica de "nariz chata" que le permite respirar por los orificios nasales aunque tengan el rostro literalmente pegado al pecho materno. ¿Se han preguntado alguna vez cómo es que el bebé puede respirar cuando parece que su nariz está enterrada en el pecho materno?*

*Pues les cuento que toda la anatomía de los bebés está diseñada para mamar:*

*Los bebés nacen con un fuerte instinto de supervivencia, y se apartan del pecho si sienten obstruidas las vías aéreas.*

*Por ejemplo, cuando un bebé tiene mucosidad en la nariz que le impide respirar, se aparta del pecho para respirar por la boca.*

*No es necesario hacer pinza en el pecho con los dedos ni apartar la nariz del bebé, ya que su perfecto diseño achatado les permite respirar mientras están muy pegados al pecho de mamá*

*[P] Mis senos son grandes y se me dificulta amamantar que puedo hacer?  A continuación, te comparto diferentes posturas y posiciones así como también trucos que te permitirán mejor control del peso de tus senos, de la areola y del cuerpo de bebé  Recuerda que es importante adelantarnos a las señales de hambre de bebé para que nos de chance de acomodarnos para ofrecer el pecho. Si bebé tiene demasiada hambre comenzará a llorar y será muy difícil acomodarnos  La práctica hace a la maestra en el arte de amamantar*

*[P] ¿PUEDO CONTINUAR AMAMANTANDO A MI BEBÉ UNA VEZ QUE COMIENZA LA DENTICIÓN? ¡Claro que si! La dentición puede presentar nuevos desafíos, pero la leche materna continúa siendo el mejor alimento para tu bebé. A veces, cuando los dientes se mueven dentro de las encías y cuando finalmente cortan a través de ella, tu bebé puede encontrarse molesto e incómodo. Amamantar en estos casos puede ayudar a superar esos tiempos difíciles.*

– *[M] Con los mordiscos recibidos sin dientitos, tenía pesadillas con la aparición de ellos. Me veía con puras heridas. Actualmente con más de 2 años y una dentadura completa nunca ha habido ninguna herida. ♥*

### **Situaciones de salud mental**

Las enfermedades de salud mental que pueden experimentar las mujeres que amamantan son: estrés, ansiedad, depresión. No se plantean, en este caso específico, soluciones o recomendaciones más allá de la misma lactancia. Lo que, si permanece intacto, es que estas situaciones no son motivo para suspenderla, sino al contrario, la generación de oxitocina por el amamantar, puede reducir los niveles de estrés, ansiedad y depresión.

*[P] Mitos: Estrés y lactancia durante emergencias ♦¿” Se les va ” la leche a las madres que experimentan estrés? Es muy fácil preocuparse cuando escuchas palabras ...*

*[P] Depresión y Lactancia materna. Cuando nos convertimos en madres, la demanda es a veces muy grande y podemos sentirnos estresada y hasta deprimidas. Cada vez que amamantamos liberamos hormonas que nos ayudan a sentirnos mejor.*

*[M] Recomiendo el libro del dr. "mi hijo no come" cuesta digital como 3 mil colones y es fantástico me ha ayudado mucho a bajar mi ansiedad al respecto de lo que come mi bello no.*

*[P] El estrés y la angustia, ¿pueden afectar la producción de leche? □*

*En la maternidad siempre existen momentos de miedos, algunos propios, y otros que exceden a nuestros momentos personales, en los que es más difícil no tener emociones de tristeza, angustia o miedo. Muchas mamás nos escriben manifestando que sienten que por estos estados emocionales, la producción bajó. Intentan extraer leche, y no sale, o sale poca. El bebé se enoja. Todo este cuadro nos enciende las alarmas: ¿Y si me quedo sin leche? Lo primero que vamos a contarte, es que la leche no desaparece de un día para el otro, ni tampoco la producción baja abruptamente, aunque esa sea la sensación. En la producción de la leche humana participan principalmente dos hormonas: la prolactina y la oxitocina. La primera es la responsable de fabricar la leche y la segunda de que la leche salga (simplificando mucho el proceso, de manera didáctica). La oxitocina es la hormona del placer y el bienestar, y en situaciones de angustia le cuesta un poco más hacer su trabajo. Entonces, la leche está ahí, pero cuesta que salga. Si sabemos esto, es posible que hagamos lo que está a nuestro alcance para ayudar a la oxitocina, y esto va a depender mucho de nuestros contextos y posibilidades, pero siempre teniendo en cuenta que generar un buen clima y conectar con nuestro bebé, es un primer gran paso.*

### **Situaciones coyunturales**

Se extraen tres situaciones coyunturales presentes en los relatos de la mamásfera. Primero, el amamantar durante el embarazo, ya sea porque los embarazos coincidieron muy juntos o porque se ha logrado una lactancia materna prolongada de un niño/a mayor de 2 años y esto se entrelaza con otro embarazo.

*[P] Amamantar durante el embarazo es seguro en la mayoría de los casos. El útero es sensible a las hormonas de la lactancia desde la semana 20 de gestación, pero en muy pocos casos produce contracciones que generen dificultades.*

*[P] Lactancia durante el embarazo*

- *[M] Hola yo quedé embarazada de mi segundo hijo cuando el primero tenía apenas 5 meses de nacido. Continué con la lactancia del bb mientras estaba embarazada del segundo y cuando este nació amamanté a ambos. No tuve problemas con el embarazo por la lactancia, sin embargo cuánto nació el bb tenía muchos dolores de estómago, yo aún me pregunto si eso tiene que ver con que la leche materna que el niño recibió estaba ya "madura", o sea no recibió calostro □*
- *[M] Yo no podía amamantar durante los embarazos. Me causaba contracciones y amenazas de aborto. Fue muy duro quitarle el pecho a Naty, todavía me causa tristeza recordarla llorar porque quería tetita.*

- *[M] No es fácil pero por amor se hace, siempre y cuando no haya contracciones. Tengo 8 semanas y mi bebé de 2.3 años sigue tomando. Espero poder seguir haciéndolo*

Derivado de lo anterior, la mujer que coincide una lactancia con un embarazo es muy probable que coincida con dos lactantes. El manual ofrece recomendaciones para amamantar en estos casos o cuando se trate de nacimiento múltiples.

*[P] Existen varias situaciones en las que una madre puede **producir leche para más de un solo niño o niña**, por ejemplo: Nacimientos múltiples (gemelos, mellizos, trillizos, etc). Lactancia en tándem (con hermanos/as de diferentes edades).*

Por último, el manual ofreció recomendaciones e instrucciones en tiempos de pandemia por COVID-19.

*[P] Cuatro recomendaciones para amamantar en tiempos de coronavirus*

*Mantén tu leche fluyendo, Mantén a tu bebé alimentado, Mantén a tu bebé cerca, Mantén tus manos y las piezas de tu extractor limpias, Puedes amamantar si tu resultado es positivo para COVID-19, Si no puedes amamantar, busca apoyo para extraer tu leche.*

#### **Narrativa 4. AMAmantar: vínculos emocionales profundos**

La lactancia ha sido definida por las anteriores narrativas como oro líquido, como el mejor alimento para los lactantes y como el primer alimento sustentable para niños y niñas, pero la definición que con mayor determinación sostiene la lucha de los colectivos prolactancia es que la lactancia es amor y es amar.

*[P] En la Liga de La Leche creemos que la lactancia es 10% alimento y 90% amor... Tú, ¿Qué piensas?; ¿Cómo te has dado cuenta de que la lactancia es mucho más que alimento? Cuéntanos! **La lactancia es una conexión además de una fuente de alimento.** Es la primera relación personal del bebé diseñada para darle una cálida bienvenida al mundo.*

Según esta narrativa, la lactancia constituye algo más grande y profundo que solo una forma de alimentar. La conexión psíquica entre la madre y el hijo o hija hace sentir a las mujeres amadas y capaces de amar, esta vinculación emocional amorosa no es posible adquirirla de otra manera, si no es a través de la lactancia materna. La exaltación del vínculo emocional generado por el amamantamiento reproduce la expectativa de la disponibilidad total y exclusiva de la madre con el otro, dejando a un lado cuestiones de autocuidado mental y físico.

[P] *Lo que más me gusta de amamantar es:*

- [M] *Esa mirada y la conexión que tiene con mis ojos, no lo cambio por nada, lo e vivido con mis dos baroncitos* □
- [M] *Los ojitos con los que me mira, es tan tierna, me hace sentir tan feliz.*
- [M] *Constatar que no hay nada que le guste tanto como pegarse a la teta. Nunca me había sentido tan amada.*
- [M] *la forma en como mi bebé me mira y me acaricia como agradeciendome por darle tetita*
- [M] *Que mi bebé me acaricia con sus manitas como agradecimiento* □
- [M] *Saber que es tan nutritivo para ella □□ Verla crecer, fuerte, gordita, feliz, sana... y saber que es todo gracias a 100% leche materna □□*

La recompensa después del duro esfuerzo que implica la lactancia materna es esta combinación de emociones que permiten un tipo de satisfacción personal por la labor cumplida y el vínculo construido.

[P] *¿Que significa amamantar para ti? Completa la frase con una palabra Amamantar es... Amamantar es...Fe*

- [M] *Amamantar es mas barato □□ y todas las demás palabras también* □
- [M] *Conexión, complicidad, y amor! Hay tanto detalle que albergás en tu alma de tu bebé cuando lo amamantás que creo que con el paso del tiempo permanecerá intacto.*
- [M] *Magia, amistad, complicidad, entrega, dicha, satisfacción, amor...*
- [M] □ *amor genuino* □ *conexión* □ *ternura* □ *satisfacción* □
- [M] *El invento de Dios para volver a ser una con mi bebé.*
- [M] *Libertad y dicha de alimentar a mi bebita!*

[P] *Todas tenemos nuestras propias razones para amamantar... ¿cuáles son las tuyas? Dar Teta; Por su mirada, por amor, por instinto, por comodidad, por placer.*

- [M] *Por esa conexión que sólo el y yo tenemos en ese momento. Su mirada, su felicidad, por que ya no tendré más bebés, porque quiero que me rinda chiquitito y crecen tan rápido. □□*
- [M] *Porque es gratis □□□, y es la lechita diseñada específicamente para cada bebito*

- *[M] Porque me dijeron que no le iba a poder dar de mamar. Y yo me propuse que si. Hasta los 5 años hasta que solito fue dejando ♥□*
- *[M] Yo les daba teta a mis hijos por tratar de mantenerlos sanos □pero ahí no sale esa opción.*

La propia definición del "amor de madre" se convoca en el acto y decisión de amamantar, es suficiente motivo para autodenominarse o acceder al reconocimiento social de buena madre amorosa y responsable. Además, ofrecer leche materna al lactante se ha considerado parte de la práctica denominada crianza respetuosa.

*[P] Lo que más me gusta de amamantar es:*

- *[M] Es nuestro momento especial, ella me necesita y yo la necesito. Su mirada, sus manitos, son momentos inolvidables.*
- *[M] Dormir! Para que les miento? Dar teta y dormir son la mejor combinación! □□*
- *[M] Me encanta ver la carita de alegría cuando ve que voy alimentarlo, amo acaricias su cabello rizado, y ver esas piernitas y bracitos llenos de rollitos.*
- *[M] Saber que mi bebé es una niña sana además de tenerla en mis brazos.*
- *[M] La conexión al ver a mi hija ... es tiempo íntimo sólo de las dos.*
- *[M] La mirada de amor y la conexión cuando me agarra la mano para seguir tomando lechita □□□*
- *[M] Ese contacto que nunca más volveremos a tener con todos y cada uno de nuestros hijos, amamantar es la mayor muestra de amor madre e hijo.*
- *[M] Su mirada, su olor, besarle la cabecita, tomarle su manita.*

*[P] Pregunta usted cuantas tomas debe hacer tu hija? Esa pregunta no tiene respuesta. Cuantas veces al día debe besarla? Cuantas veces ha de jugar con ella? Dar el pecho es un acto de amor y como tal no está sujeta a normas ni admite medidas. CARLOS GONZALEZ*

Un aspecto importante que se identifica en la caracterización de esta narrativa tiene que ver con la dimensión religiosa, ya que el acto de amor que se evoca también se relaciona con la naturaleza y las creencias religiosas, es decir, una realidad biológica que tiene orígenes divinos, porque es dada por Dios y forma parte de su obra, por lo que se trata de un regalo y un privilegio para las mujeres que lo deciden y lo logran.

*[P] ¿Como decides mirar tu lactancia hoy?*

- *[M] Como un privilegio de poder compartir con él tantos nutrientes y conexión! Y aunque es cansado levantarse en las madrugadas a extraerse leche, (mientras él duerme), ayer pensaba que dentro de un tiempo, ya no lo haré y lo voy a extrañar! Así q es una mezcla entre cansancio, nostalgia, satisfacción y definitivamente ☐!*
- *[M] Una gran bendición, 2 años y un mes ☐ cuando al nacer me dijeron que ella no iba a poder mamar ya que lo pudo hacer hasta el quinto día de nacimiento.*
- *[M] Cómo una maravilla de la naturaleza; hay días agotadores pero es una bendición que nadie más puede dar a mi bebé ☐*
- *[M] Como un regalo que nadie más puede dar a mi bebé ♥*
- *[M] La mejor elección de mi vida, podría decir que la más perfecta elección, amo su mirada y amo tener cada segundo que debo darle pechito, incluso el tiempo de sacarme leche. Les comparto mi banquito de leche ya son **casi 300oz de amor.***
- *[M] La elijo como una bendición. Llevamos 2 años y 3 meses como demanda completa y sin restricciones y Ali es muy sano y feliz!!! Gracias Dios ☐☐☐☐*
- *[M] Una bendición de Dios! Es lo mejor que he hecho por mi gordito ☐*

En ese marco, resulta oportuno atender la advertencia de que este supuesto despliegue de amor líquido que representa la lactancia no se confunda con que esta no tiene obstáculos, ya que estos en muchas ocasiones son dolorosos y siempre requieren de paciencia y disposición. Estas dificultades convierten a las recompensas de la lactancia materna en trofeos aún más valiosos y apreciables por parte de las madres, los cuales simbolizan el orgullo sentido por las mujeres.


*[M] La época de lactancia me enseñó que no era un cuento de hadas, que requería de amor, paciencia y entrega, que la lactancia a demanda fue la mejor inversión de tiempo y sacrificio hacia mi enano, me enseñó que es disciplina, ahorro y salud, me enseñó a hacer oídos sordos a comentarios necios y proteger mi postura... Porque lo hice durante 3 años y 6 meses y estoy orgullosa de eso, no me arrepiento de los sacrificios... Pude crear el más sincero y amoroso vínculo... Lactancia es amor...*








El vínculo construido entre las madres y su hijo o hija en su etapa de lactante permite a estas mujeres confiar en que la conexión y la complicidad continuará durante toda la vida. En esos términos, este se puede interpretar como la base de las relaciones amorosas de dependencia que predominan en la vida de las mujeres y que les otorga un rol en la sociedad, las cuales son aceptadas porque las hacen sentirse útiles, capaces, empoderadas, amadas y orgullosas (Lagarde y de los Ríos, 2011).

*[M] Todo pasa en un abrir y cerrar de ojos, cada etapa es única y mágica a su manera. Cuando mi bebé nació los primeros dos meses me sentí muy agobiada y cansada, ahora recuerdo con mucha dulzura todas esas traspasadas dándole pecho y **hasta extraño esos días en que aún era yo todo su universo**. Se me fue volando el tiempo.*

*[P] Qué te ha enseñado tu hijo sobre la lactancia?*

- *[M] Mi bb me ha enseñado que soy una mujer sumamente afortunada ya que **dar tetita es lo que más me llena de amor**, especialmente en el momento en que cruzamos nuestras miradas y nos vemos con complicidad, su carita de ternura me llena el alma. Además, que a veces la tetita es para jugar, para sentirse tranquilo, para sentirse amado, para dormir y comer.*
- *[M] Aprendí que mi cuerpo es más maravilloso de lo que yo creía, que no solo puede gestar, parir, sino mantener viva a otra humana solo con mi lechita durante 6 meses que tuvimos LME. Es increíble ahora que lo pienso, fui capaz de mantenerla saludable solo con el alimento que brotaba de mí. Aprendí que la lactancia no solo es alimento, es vínculo, es el tiempo para conocernos, es la quietud de nosotras sincronizadas, es el tiempo para reconocernos en nuestras miradas. Aprendí que al principio creía que solo mi bebé necesitaba la lactancia, ahora entiendo que **yo también la necesito, la espero, la añoro...** porque ya cada vez es menos frecuente. Aprendí que nadie nos quitará lo que vivimos en esa etapa, por más que mi hija crezca y se aleje, ese espacio fue nuestro y ese lazo siempre permanecerá. Aprendí que lamentablemente hay mucha desinformación sobre lactancia, much@s bebés que se están quedando sin lechita, y muchas mamás que se están perdiendo la experiencia por la desinformación del tema. Nos falta mucho aprender y confiar, pero en mi caso agradezco que tuve la oportunidad de vivirla gracias a mujeres que siempre me apoyaron, y que aún tengo estos espacios de lactancia con mi hija, hasta que queramos... □□*
- *[M] Que se puede lactar con 1. No quitarse, 2. Leer y ser autodidacta, 3. Preguntar si tenía dudas y no a cualquiera y darle la teta a como él quisiera.*
- *[M] Que no es solo leche, es calor, contención, arrullo, comunicación y entrega.*
- *[M] Que el amor todo lo puede y que por un hijo cualquier sacrificio vale la pena. Llevamos 15 meses de lactancia exitosa y **14 meses en dieta del amor por alergias alimentarias**. Hemos tenido que aprender a convivir con ellas, a restringir las comidas afuera para no exponer a mi bebé, a controlar antojos. Gracias a Dios ya hemos superado la mayoría de alergias y aquí seguimos confiando en que pronto todas serán superadas y que ambas podamos comer de todo sin problemas.*
- *[M] Mi lactancia fue a una sola teta, así que ella me enseñó a **confiar en mi cuerpo** y a tener la certeza de que aunque no pareciera vaca lechera, ella se encargaba de que mi producción fuera la adecuada para cubrir su necesidad. Y así hicimos 27 maravillosos meses de lactancia, que si de mí hubiese dependido serían muuuuchos más, pero no, la señorita hizo destete natural a esa edad, sin llantos y sin sufrimiento de ninguna de las dos.*
- *[M] Que no siempre las cosas son como una quiere... que aunque yo batallé por meses, ella no quiso llegar al año, pero que siempre mamá va a estar primero que*

*cualquiera, que aunque ya no quiere lechita de mamá, sabe que eso nos unía y lo sigue haciendo!!!  fue un momento crítico durante la maternidad, **pero tuve que aceptar y dar lo mejor de mí de otros modo.***

- *[M] A tener paciencia, y a soportar para demostrarme a mí misma que el que persevera alcanza (un inicio muy sufrido, grietas, mastitis fueron dos meses de inseguridades y de casi tirar la toalla, **pero pudo más el amor hacia mi hijo que el dolor**) y aquí vamos a punto de cumplir 8 meses de LME.*
- *[M] La época de lactancia me enseñó que no era un cuento de hadas, que requería de amor, paciencia y entrega, que la lactancia a demanda fue la mejor inversión de tiempo y sacrificio hacia mi enano, me enseñó que es disciplina, ahorro y salud, me enseñó a hacer oídos sordos a comentarios necios y proteger mi postura... Porque lo hice durante 3 años y 6 meses y estoy orgullosa de eso, no me arrepiento de los sacrificios... **Pude crear el más sincero y amoroso vínculo... Lactancia es amor...***
- *[M] Que siempre queda un poquito más de leche . Me dice: “mamá todavía queda un poquito más” y así nos quedamos acaramelados  Llevamos 3 años y 8 meses de lactancia     .*

La narrativa del amor es la que esconde la manipulación más perversa y la violencia más sutil del sistema capitalista, Silvia Federici explica que se trata de un fraude bajo el nombre de amor implica invisibilizar y evitar el reconocimiento del trabajo de las mujeres (Federici, 2013), que el cuidar y amamantar a un niño o niña durante años es trabajo y no se trata de un regalo, un acto de amor, una bendición o un privilegio. Con estos relatos se encuentran evidencias de como el poder simbólico de la cultura dominante ha logrado construir que la maternidad y la lactancia materna son pilares centrales de la identidad femenina, porque ellas mismas comentan que extrañan amamantar -o el amor que sintieron en ese momento-, incluso a pesar de expresar el dolor que les causó.

## **Narrativa 5. El destete, un final feliz**

El final de esta historia llega cuando la madre y el lactante, es decir, las personas protagonistas de la lactancia, deciden destetar y dar por finalizado el cuento. Lo anterior constituye un final feliz. Sin embargo, existen algunas restricciones cuya consideración es importante para evitar falsos finales, un ejemplo de esto es cuando la madre sufre depresión:

*[P] “...la lactancia crea una diferencia y no se trata solamente de la leche. Cuando una madre sufre de depresión, necesita apoyo. En esos momentos, mucha gente bienintencionada le recomendará el destete. Sin embargo, si la madre tiene claro que quiere seguir con la*

*lactancia, gracias a estos datos, podremos ayudarle mucho diciéndole que la lactancia exclusiva es muy beneficiosa para ella.”*

En ese sentido, tampoco es válido considerar el cansancio o las preocupaciones de la madre como motivo para poner fin al ciclo de la lactancia materna, ya que los problemas que ocasionan cansancio o preocupación pueden encontrarse en otras actividades que realizan las mujeres y no en el acto de amamantar en sí mismo.

*[P] ¿Será el cansancio, las preocupaciones o realmente son ganas de destetar? □El día a día de la maternidad puede encontrarnos muy cansadas, preocupadas y, aunque no se haya considerado hasta ahora, esto puede evocar en muchas madres el deseo de destetar. Si bien los organismos nacionales e internacionales de salud infantil recomiendan, con base en numerosos estudios, que se amamante al niño al menos sus dos primeros años de vida, es comprensible que pueda surgir el deseo de destetar por parte de la madre antes que la del niño/a. Es muy probable que la lactancia no sea un problema en sí, sino todo lo demás que hacemos y vivimos las madres, muchas veces conectarse a una reunión virtual de Liga de La Leche para compartir experiencias con otras mamás, recibiendo apoyo e información.*

Para evitar confundir el cansancio con el ánimo de destetar, la LLL comparte una lista de recomendaciones que pueden animar a la madre a volver a amamantar y a disfrutarlo:

*[P] • Compartir grupos virtuales con otras madres con niños de la misma edad, para ayudarse mutuamente, e intercambiar ideas de juegos, canciones y cuentos.*

- Charlar sobre el tema con otro adulto que te entienda.*
- Pedir a tu pareja (o quien te acompañe en la maternidad) que dedique un rato al niño, mientras podés hacer algo que disfrutes, por ejemplo, tomar un baño prolongado y relajante.*
- Así como se comparten los cuidados del bebé y los otros hijos, compartir también con la pareja las tareas de limpieza del hogar. Y respetar momentos de ocio de cada uno de los integrantes de la familia.*
- Leer o escuchar música mientras amamantas, convirtiéndolo en un momento ameno.*
- Dejar al bebé con alguien para poder salir a caminar un rato sola, a hacer mandados relajada o tomarse una hora para alguna actividad que nos guste.*
- Salir a pasear con el niño para cambiar de ambiente.*
- Buscar la manera de facilitar las tomas nocturnas, propiciando la cercanía para no tener que levantarse. Compartiendo la atención nocturna con quien te acompañe y haciendo alguna siesta durante el día para agregar horas de descanso.*

*Estos pequeños cambios pueden ayudar a que las madres vuelvan a disfrutar de amamantar a sus hijos, esperando que superen la etapa de lactancia de forma natural. O dar la oportunidad de empezar a planificar un proceso de destete paulatino.*

Si definitivamente se decide el destete, este no puede ser repentino, sino gradual para procurar una disminución paulatina de leche, evitar complicaciones físicas en los senos y preparar un plan que no afecte la salud del lactante.

*[P] Cuando el destete se realiza de forma gradual, la producción de leche desciende de manera natural, evitando incomodidades físicas como la congestión mamaria o la mastitis. Y permite a la madre reemplazar poco a poco la lactancia, compensando este encuentro con otro tipo de atención, hábitos y muestras de afecto. Sabemos que cada díada encuentra su camino al destete, no hay fórmulas establecidas y será diferente según la edad del pequeño.*

Se detalla a continuación una serie de actividades o estrategias que pueden ayudar a hacer progresivo y respetuoso el destete:

*[P] Estas ideas pueden ayudar en este proceso:*

- *Dialogar. Implica involucrar al pequeño en el proceso, hablarle del cansancio, de los sentimientos, de la necesidad de dormir mejor y que están llegando al final de esta etapa.*
- *No ofrecer, pero tampoco negar el pecho.*
- *Anticiparse a las tomas distraendo con juegos, actividades y lectura juntos.*
- *Sustituir el pecho, ofreciendo abrazos y mimos, alimentos saludables, cuentos, música y baile.*
- *Aplazar, es decir, negociar para posponer una toma. Es muy importante cumplir con lo que se pactó con el niño.*
- *Proponer juegos y acuerdos: “Tomas teta mientras contamos hasta 20 o mientras cantamos esta canción” (y así, las tomas se van haciendo más breves). “Tomas teta mientras está el sol” o “sólo para dormirnos”.*

*Tener presente que nuestro pequeño hijo tomó el pecho para todo durante estos primeros años de su vida y ponernos en su lugar nos ayudará a pensar qué alternativas podemos ofrecerle, creando nuevos hábitos para esos momentos. Con la misma paciencia y amor con la que comenzamos la lactancia sobrepasada de tareas y responsabilidades. Si crees que esto te está sucediendo, quizás quieras intentar antes pequeños cambios para mejorar el día a día, por ejemplo.*

En esta narrativa no se ubican evidencias sobre el conflicto de intereses surgido entre las partes de la díada: la madre y la persona lactante, en caso de no encontrarse en la misma posición respecto al inicio, mantenimiento o finalización de la lactancia materna. Con esta descripción se completa la caracterización de la narrativa macro sobre qué es la lactancia materna según las organizaciones prolactancia en Costa Rica.

## **CAPÍTULO VII. TRANSVERSALIDAD DE GÉNERO**

La fuerza del término "transversalidad de género" recae en el carácter obligatorio que impone para que las cuestiones de género sean tomadas en cuenta en todas las actividades institucionales de manera prioritaria y central, en vez de aislarse en instancias especializadas en género (Charlesworth, 2007, p. 2). En términos analíticos implica admitir la presencia o incidencia del género como categoría en todas las dimensiones del fenómeno abordado. Para esta estrategia resulta entonces indispensable visibilizar y analizar como las cuestiones de género y diferencias biológicas determinan el lugar en la sociedad al que se puede pertenecer y existir en función del género, así como la imposición previa de mandatos, funciones y roles. La perspectiva de género es una corriente que procura "la comprensión y reflexión de los fenómenos del poder, la subordinación y la opresión de las mujeres" (Lagarde, 2004, p. 26), así que esta investigación parte de una visión de género que procura reconocer que existe un conjunto de representaciones basadas en que existen tareas y roles diferenciados para mujeres y hombres. Se suma a este análisis con perspectiva de género, la articulación con otros factores de discriminación como la clase social, la raza y las diversidades sexuales, referida a la interseccionalidad de estos fenómenos.

En este capítulo se desarrolla el análisis con perspectiva de género e interseccionalidad de clase, raza y diversidades sexuales, las narrativas presentadas en el capítulo anterior. Se identifican temas presentes en los relatos que visibilizados desde las categorías de género permiten develar argumentos de la maternidad y la lactancia materna no cuestionadas social ni académicamente con frecuencia.

Se encuentra un sesgo a favor de las ausencias paternas en las labores de cuidado y alimentación infantil, mientras que se admite y reproduce la subjetividad e identidad de las mujeres como fábricas. Mientras se impone la maternidad y las labores de amamantamiento como un destino biológico, se refuerza la condición de gratuidad de la lactancia, lo que devela el nulo valor social y político que tiene el cuerpo y el trabajo de las mujeres. Esto implica encuadrar esto en la discusión sobre el trabajo doméstico no remunerado y la imbricación con la clase social. Lo que lleva a la discusión del "trabajo por amor" y el romanticismo que el sistema capitalista y patriarcal le impone a las cuestiones femeninas

para perpetuar su explotación laboral, sexual y política. Se finaliza este apartado con el rol que desempeñan las asesoras de lactancia en este entramado narrativo, así como el discurso empoderador femenino que plantean como novedad del lactivismo.

### **"Las ayudas de papá" mientras la fábrica es un destino biológico**

La alimentación de los hijos e hijas constituye uno de los elementos más importantes para el establecimiento de roles de género según la división sexual del trabajo. La lactancia materna, que desde el determinismo biológico del cuerpo de las mujeres las asume como productoras de leche, sirvió de justificación para que los hombres-padres asumieran un rol ajeno o distante en el proceso de cuidado y este, a su vez, se estableciera como una obligación natural de las mujeres (Parke, 1986). En esa línea, la teoría freudiana que asigna a la madre el rol principal en el desarrollo y supervivencia infantil, dada una supuesta imposible participación del padre en la alimentación de sus hijos; y debido a que la madre es la que satisface las pulsiones biológicas básicas del lactante, como el hambre y la sed, asume a las mujeres como indispensables para el adecuado crecimiento y desarrollo físico y cognitivo de las personas infantes (Burin & Meler, 2010; Parke, 1986; Tubert, 1996).

Este distanciamiento paterno en el ejercicio del cuidado, alimentación y crianza se evidencia en los relatos e historias contadas por las organizaciones pro lactancia y sus participantes, en las cuales la figura del padre está ausente. Esta ausencia no es un olvido casual o al azar, sino que "le ignoramos a propósito, debido a nuestra creencia de que es menos importante que la madre en su influencia sobre el desarrollo del hijo" (Parke, 1986, p. 23). Esta ausencia recurrente del padre y la constante presencia de la madre se observan en familias caracterizadas por la tradicional división sexual del trabajo, en la que por lo general los lactantes tienen exceso de contacto con la madre y carencia con el padre (Burin & Meler, 2010). La narrativa pro lactancia encontrada en los relatos es coherente con estos postulados en tanto promueve la construcción social de un imaginario colectivo basado en la relevancia de la madre en el marco de una división del trabajo fundamentada en los roles asignados al sexo biológico de las personas, omitiendo los vacíos derivados de la ausencia paterna y la valoración de la relevancia del hombre en el ejercicio cotidiano de la parentalidad. Los siguientes fragmentos permiten observar estas líneas argumentativas:

*[M] Es un bebé que necesita a su mamá, ahorita crece y es solo una etapa.*

*[P] Mantra de la maternidad: "Nadie ama más a sus hijos que su madre."*

*[P] Los recién nacidos no necesitan música de violines...Solo necesitan estar con su mamá.*

*[P] El pecho es una fábrica y la mayoría de mamás producen la cantidad de leche que necesitan sus bebés.*

*[P] Eres la fuente de alimento de tu bebé y eres la única que mejor lo puede consolar, por eso eres hacia quien se voltea.*

*[P] En sus primeros años, el niño tiene una necesidad intensa de estar con su madre, que es básica, tanto como su necesidad de ser alimentado.*

Bowlby es uno de los principales autores que difundieron desde los años 40 la teoría vigente de que las madres son la figura más importante en la etapa de lactancia. El autor parte del hecho de que "el llanto, las sonrisas, mamar, agarrarse y seguir a la madre provocan los cuidados y la protección materna necesarios al niño" (Parke, 1986, p. 25), es decir, que el mismo ejercicio de la maternidad despierta en la madre la disposición necesaria para los cuidados requeridos por el lactante. A lo anterior se suma la justificación biológica que asegura que las mujeres están mejor preparadas para el cuidado de los hijos/as debido a los cambios hormonales que sufren durante el embarazo y el parto y, por ende, los hombres, al no vivir estos cambios en su cuerpo, no están preparados para un comportamiento parental similar al de las madres (Parke, 1986).

Las historias prolactancia identificadas en las narrativas no se distancian de estos tipos de argumentación, por ejemplo, aquellas que expresan que la mejor forma de aumentar la producción de leche es la misma succión. Esta afirmación conlleva la idea de que la alimentación es tarea exclusiva de la madre dada la producción natural de leche en sus senos, y que la misma atención a este supuesto impulso mantendrá una producción de leche necesaria para la correcta alimentación del lactante:

*[P] El estímulo frecuente contribuye a una producción adecuada. Amamantar a tu bebé promueve sostener y mantener tu producción □ ¡Ánimo sigue adelante!*

*[P] La leche materna se produce a demanda.*

[P] La producción de leche se regula mediante la demanda del bebé, a más demanda más producción de leche. ¿Alguna vez te has sentido que tu bebé no se llena? Puede ser que están atravesando un brote de crecimiento.

[P] Cuanto más mama el bebé, más leche produce la madre.

En ese sentido, la concepción de que la leche materna es el mejor alimento para la persona recién nacida no debería asumirse como una justificación suficiente para la promoción de la lactancia. Como señala Bowlby, los lactantes requieren de otros múltiples cuidados y atenciones como, por ejemplo, la sensación de seguridad y consuelo (en Parke, 1986). Las narrativas presentan el acto de amamantar como algo más que un mecanismo de alimentación, ya que se encuentra en la lactancia un medio para ofrecer el consuelo, la sensación de amor y seguridad que requiere el recién nacido, a partir del contacto piel con piel. Tal como explica Gimeno (2018), la construcción del vínculo emocional y estas atribuciones otorgadas a la lactancia materna se deben más al tiempo empleado por la madre junto al recién nacido y a la dedicación al cuidado integral de este, que al acto de amamantar en sí mismo.

*[P] Recuerda que un bebé también mama por razones diferentes al hambre, como por necesidad de succión o de consuelo. Ofrecerle el pecho es la forma más rápida de calmar a tu bebé.*

*[P] La lactancia materna es más que comida. Es una forma de relación física y afectiva, es contacto frente a la soledad, consuelo frente a la tristeza, seguridad para descubrir el mundo, anestesia para el dolor. Es también sistema complejo de protección inmunitaria. Casi por casualidad resulta que, además alimenta. Dr. Carlos González.*

*[P] "La lactancia provee la seguridad emocional para el inicio de la vida que necesita todo ser humano"*

*[P] Lo que más me gusta de amamantar es:*

— *[M] Saber que es tan nutritivo para ella   Verla crecer, fuerte, gordita, feliz, sana... y saber que es todo gracias a 100% leche materna*

— *[M] Esa mirada y la conexión que tiene con mis ojos, no lo cambio por nada, lo he vivido con mis dos baroncitos*

*[P] La lactancia es una conexión además de una fuente de alimento. Es la primera relación personal del bebé diseñada para darle una cálida bienvenida al mundo.*

Desde los postulados del llamado instinto materno, se han considerado los senos de las mujeres como "sistemas biológicamente programados" para la alimentación de los

lactantes. Tal afirmación, sin mayor profundidad de contexto personal ni social, permite reforzar la teoría de que la naturaleza favorece a las mujeres para ser las personas idóneas para entablar el vínculo con el lactante.

*[P] El pecho es una fábrica: El bebé pide, la madre produce.*

*[P] El pecho es una fábrica, entonces lo ideal es dar a libre demanda según pida el bebé, asegurándose que mame "activamente" al menos 8 a 12 veces en 24 horas.*

*[M] Dios te hizo darle vida... Te dio un par de pechos p q lo alimentarias... Estuviste unida x el cordón con el bebé. Y q alguien venga a decirte q lo apartes xq es manipulación... X faaaavooooor!!!*

*[P] Un recién nacido solo tiene tres demandas: el calor de los brazos de la madre; el alimento de sus pechos y la seguridad de su presencia.*

*[P] El pecho es una fábrica y hay que ayudarlo a entender la producción que necesitamos: "No tengo suficiente leche". Círculo vicioso de la producción.*

*[M] Mi lactancia fue a una sola teta, así que ella me enseñó a confiar en mi cuerpo y a tener la certeza de que aunque no pareciera vaca lechera, ella se encargaba de que mi producción fuera la adecuada para cubrir su necesidad. Y así hicimos 27 maravillosos meses de lactancia, que si de mi hubiese dependido serían muuuuchos más, pero no, la señorita hizo destete natural a esa edad, sin llantos y sin sufrimiento de ninguna de las dos.*

Desde estas teorías y con base en el esquema de la división sexual del trabajo "el padre sería meramente secundario y desempeñaría, a lo sumo, un papel auxiliar con respecto a la madre" (Parke, 1986, pp. 25-26). Las narrativas de las organizaciones prolactancia evidencian esto, ya que las alusiones a la participación de los padres en la lactancia o la alimentación de las personas infantiles se da mediante pequeñas tareas percibidas casi siempre como ayudas o colaboraciones.

Una de las principales publicaciones que conforman el corpus de análisis para la identificación de la narrativa, desmitifica el hecho de que la única ayuda que el padre puede ofrecer a la madre es dar el biberón. Justamente, porque la alimentación por medio de leche de fórmula y biberón impide que la teoría freudiana, cuya principal hipótesis es que la madre es el actor responsable de la alimentación y crianza de los lactantes, se cumpla, ya que es la alimentación por medio de los senos, entendidos como fábricas (etiqueta recurrente en los textos) la única justificación de separación (temporal) de los padres como participantes activos del cuidado, alimentación y crianza de sus hijos e hijas.

Con el siguiente relato se ilustra la centralidad biológica de las madres en la lactancia y la participación laxa de los padres, identificados en las narrativas pro lactancia. En estas se plantea la participación del padre como una cuestión opcional. A diferencia de la participación de la madre, que se establece como obligatoria, ya sea por mandato divino, por mandato de la naturaleza o por recomendaciones de la ciencia (conocimiento especializado).

*[P] "Cada vez que amamanto a mis bebés, siento que nuestra conexión se hace más fuerte. Es como si les estuviera transmitiendo los secretos mágicos de la Madre Naturaleza, la unión con la tierra y sus elementos, con la Pachamama, los mismos secretos que más adelante mis hijos pasarán a los suyos de la misma manera que mi madre lo hizo conmigo hace 33 años."*

*[P] □Mito: La única manera de que papá pueda ayudar con bebé es dándole un chupón. ¿De qué maneras puede ayudar papá u otro cuidador?*

- *[M] Trayendo un vaso de agua con hielo mientras mamá da leche materna al bebé. Sacando el cólico al bb mientras mamá vuelve a su descanso. Bañando al bebé para que mamá pueda luego ponerle su pañal y ropita.*
- *[M] Mi bebé recién nacido se quedaba dormido con el pecho, entonces decidí extraerme leche cada 3 horas y se las daba en chupón, mi esposo me ayuda y todavía, ya mi muñequito tiene 4 meses y así vamos... Solo leche materna extraída. Y sinceramente el lazo que mi hijo tiene con el papá es algo increíble, forma parte de su alimentación.*
- *[M] Papá se queda con bebé mientras mamá duerme, se baña, come, y toma tiempo para cuidarse. Puede vestir, bañar, cambiar pañales, sacar cólicos, contener, lavar ropa, hacer comida, acompañar a mamá en una buena conversación, etc etc etc... Ser Papá.*

Los primeros dos comentarios de la publicación sobre las maneras en que el papá u otra persona cuidadora puede participar en la dinámica de alimentación de las personas infantes refieren justamente a una ayuda y no a una participación proactiva y responsable. En estos se alude a tareas mínimas que mantienen el perfil de la madre como protagonista y principal responsable, no solo de la alimentación sino de todas las labores domésticas. Únicamente el tercer comentario se distancia de esa lógica y plantea una postura más crítica respecto a la división sexual del trabajo en el ámbito de las labores domésticas y el ejercicio consciente de la paternidad. Vinculado con el ejercicio de la paternidad, Parke (1986) explica que "no existe una teoría aceptable acerca de la paternidad que le relegue forzosamente a un papel secundario en el cuidado del niño" (p. 29) ni tampoco existe

evidencia de la necesidad de hormonas para la manifestación de cuidado, por ende, esta ausencia hormonal no puede ser utilizado para justificar un limitado papel en el cuidado y la crianza.

Las narrativas de las organizaciones pro lactancia parecen apoyar, por medio de este tipo de relatos, que la familia está basada en una diferencia de género biológica y no debatible (Gimeno, 2018, p. 52), ya que las imágenes de padres son insípidas respecto a la atención de una corresponsabilidad del cuidado de sus hijos e hijas. La condición de "tener tetas" carga simbólicamente a los cuerpos de las mujeres de una opresión que define los límites de sus posibilidades de vida.

*[P] Feliz día a todos los papás que conforman la comunidad Tetarte Costa Rica, hoy según la nueva normalidad, no solo son nuestra primera tribu, sino también nuestra burbuja, aquella que abraza y protege. **Comparte una foto de papá apoyando la lactancia materna, ya sea colaborando en alguna tarea mientras mamá amamanta o simplemente compartiendo con ustedes ese momento.** Cariños a todos de parte del equipo de @TetarteCostaRica.*

*[P] “Cuando tiene una rabieta y me pide teta, ¿puedo dársela?” Esa es una pregunta que me hacen en prácticamente todas las charlas que hago sobre rabietas o lactancia. Y mi respuesta siempre es la misma: **“si yo tuviera tetas, le daría”**<sup>10</sup> □*

Las diferencias entre hombres y mujeres derivadas de su sexo y de los roles asociados con el género asignado en función de este, resultan evidentes en las reducidas referencias a los papás que se identifican en las narrativas sobre lactancia materna. En las pocas ocasiones en las que se menciona a los padres, su intervención consiste en el cumplimiento de pequeñas tareas o una colaboración concreta durante el tiempo en el que la madre amamanta, es decir, no se plantean labores domésticas asumidas cotidianamente por los hombres como parte de un ejercicio responsable y funcional de la vida adulta. No existe una alusión a obligaciones explícitas de parte de ellos ni menos a la construcción social de una mala paternidad. Incluso, cuando se menciona, también en reducidas ocasiones, que la maternidad no es una responsabilidad exclusiva de las madres, aunque esto parezca contradictorio con todo el aparato discursivo dirigido hacia el mandato ético de las madres a amamantar, se hace referencia a un acompañamiento de toda la familia y la sociedad, no se menciona directamente a los padres como actores centrales:

---

<sup>10</sup> El resaltado no es del original.

*[P] La maternidad y, en particular, la lactancia, no deben ser vistas como responsabilidades exclusivas de las madres. La crianza de los hijos es una tarea colectiva que involucra a la familia y a la sociedad en su conjunto.*

La ausencia de un llamado explícito o un reclamo directo a los hombres para que participen sistemáticamente en la alimentación y el cuidado de sus hijos; lo que significaría una ruptura con los roles diferenciados entre hombres y mujeres asignados históricamente; se suma a su vez, con el mandato social de las madres a ofrecer su cuerpo y tiempo a la maternidad. Así, estos relatos aportan en la consolidación del rol socialmente asignado a las mujeres, que implica el cumplimiento de las tareas reproductivas (función biológica) y, a su vez, parece reservar a los hombres las tareas productivas y remuneradas llevadas a cabo en el espacio público, en el cual predominan.

*[P] Por este motivo, las madres recientes que permanecen con sus pechos descubiertos cerca de sus bebés suelen satisfacer sus necesidades por completo.*

*[P] Es Normal: Pide pecho cada dos horas; pide pecho a los 5 minutos de haber lactado; se despierta en la noche a lactar; quiere dormir junto a ti; quiere estar todo el día en brazos; gana peso cada semana.*

*[M] Lo difícil q era transformarse en otra versión de uno misma... Saber la cantidad de sentimientos juntos q se pueden tener, llegarte a inundar y dejar salir... Felicidad angustia, cansancio... Y como me dijo una amiga TODO PASA las etapas difíciles pasan, las noches eternas pasan, las crisis de lactancia pasa, dentición pasa y ahí seguimos...*

## **¿Lactancia gratuita para quién?**

El cuerpo de las mujeres a disposición de alguien más no se asume como un costo, sino como un mandato, dicho de otra forma: el cuerpo de las mujeres parece no tener ningún valor y cuando se le asigna alguna etiqueta referida a su funcionalidad se le atribuye la condición de fábrica, lo que puede funcionar como un recordatorio de la obligatoriedad de que este produzca algo para alguien más. En ese sentido, Gimeno (2018) es contundente al señalar que, "aunque muchas mujeres afirman que una de las mejores cosas de la lactancia es que es gratis, lo cierto es que no lo es" (p. 131) y es que esta desmitificación está relacionada con otra premisa problemática presente en los relatos, la de que 'toda leche materna es buena', ya que si las madres no están bien alimentadas "pueden pagar muy caro la lactancia, con sus huesos, con su sangre, su hierro, con su propia salud" (Gimeno, 2018, p. 57). La afirmación de la lactancia gratuita omite el costo que esta conlleva en los cuerpos de las mujeres, el tiempo de vida transcurrido e invertido en la maternidad y el trabajo -no

remunerado- que se traduce en esfuerzo y dedicación implicada en el ejercicio de la lactancia materna.

*[P] El IVA y la Lactancia Materna. Ahh. No Así no va verdad...! La teta es gratis no paga impuestos.*

*[P] Todas tenemos nuestras propias razones para amamantar... ¿cuáles son las tuyas?*

— *[M] Porque es gratis □□□, y es la lechita diseñada específicamente para cada bebito.*

*[P] Más de 830 millones de trabajadoras en el mundo no tienen suficiente protección durante la maternidad, **haciendo que el trabajo sea una barrera importante a la lactancia.***

En estas afirmaciones se asumen, como tareas prioritarias de las mujeres, la lactancia y la maternidad. Además, se omiten las afectaciones derivadas de otras condiciones como la clase social y el acceso a recursos económicos, en la salud de las mujeres. En esos términos, está claro que no es posible hablar de una leche siempre buena, siempre cargada de nutrientes y siempre ideal para el bebé, cuando los contextos de vulnerabilidad económica y exclusión social predominantes en la sociedad actual proporcionan a la mayoría de las mujeres madres poco o nulo acceso a condiciones básicas de salud, por ejemplo, la disponibilidad de agua potable, una alimentación saludable y atención médica de calidad. A pesar de esta realidad, la desnutrición de las mujeres empobrecidas no parece ser un obstáculo para la lactancia materna, porque según las narrativas de las organizaciones prolactancia:

*[P] **Tu dieta no determina la calidad de la leche. No existe leche de mala calidad.***

*Cuando bebé no aumenta de peso de manera ideal o no parece satisfecho después de una toma, a veces surge la duda: ¿Mi leche será de calidad? ¿Le faltará algún nutriente? Nuestros cuerpos necesitan nutrientes y se recomienda comer comidas sanas durante la lactancia. Una buena nutrición significa tener una dieta equilibrada y variada de alimentos lo más cercano posible a su estado natural. Sin embargo, **tu dieta no determina la calidad de tu leche.** De hecho, la ciencia ha demostrado que no existen leches de mayor calidad que otras o leches a las que les falte algo. Si bebé no parece satisfecho o no estas produciendo suficiente leche, hay que evaluar el agarre o técnica de lactancia además de la posibilidad de alguna dificultad de succión.*

El Ministerio de Salud ya se ha referido -a modo de reconocimiento- al déficit de nutrientes en algunas mujeres embarazadas o que se encuentran en periodo de lactancia y desde los CEN-CINAI se han ofrecido, por ejemplo, bolsas de leche en polvo fortificada para las

madres en condición de pobreza o pobreza extrema con el fin de suplir algunas de estas necesidades asociadas con la alimentación de ellas. La valoración de las organizaciones pro lactancia sobre esta acción de gobierno no fue positiva. La respuesta en contra de esta campaña refuerza la idea de que solo una alimentación saludable por medio de alimentos reales como carne, verduras y frutas puede revertir el déficit nutricional de las mujeres embarazadas o en lactancia, cuestión que pone de manifiesto lo situado de estas argumentaciones y la importancia del contexto en la construcción o reconstrucción de las narrativas, pues gran parte de estas no consideran el contexto social y económico de muchas mujeres a las que van dirigidas estas ayudas. Por otro lado, surge la preocupación de que las mujeres suministren este alimento a los bebés, a pesar de las explícitas indicaciones de los centros de salud sobre el uso correcto de este alimento, lo que podría interpretarse como expresión de desconfianza hacia el raciocinio de madres que -se infiere- no comparten el perfil socioeconómico de las mujeres pertenecientes a estos colectivos pro lactancia.


*[P] Leche fortificada para mamá pero al final se hace caso omiso y se termina dando a los bebés, sin considerar que no es adecuada para ellos.*

— *[M] ¿Por qué satanizan una iniciativa tan linda por parte del Ministerio de Salud? Hay muchas mamás en período de lactancia y embarazo de muy bajos recursos con dietas muy deficientes; está buenísimo que se les dé un empujoncito. Todo está en la educación que se le dé a la mamá y la importancia de no suministrarla a los niños.*

En los comentarios sobre esta publicación se critica la postura planteada. Primero, al omitir la realidad social y económica de mujeres de bajos o escasos recursos económicos que no pueden alcanzar una alimentación sana y equilibrada. Segundo, se omite que la educación ofrecida por los centros de salud ha sido clara respecto a su uso exclusivo para las madres embarazadas o en lactancia. Pero este tipo de abordaje parece asumir, no solo una postura clasista respecto a la atenta alimentación para la correcta gestión de un embarazo y lactancia, sino también una supuesta incapacidad de estas mujeres empobrecidas para seguir las indicaciones ofrecidas por los CEN-CINAI, lo que las vuelve a colocar en un estado de vulnerabilidad, ya que por su condición de pobreza "harán caso omiso y terminarán dándola a los bebés". Esta argumentación alude a lo que Lagarde explica, en su definición de cautiverios de las mujeres, como la designación de la ingenuidad y el rechazo al pensamiento crítico como atributos femeninos por el vínculo carente de prestigio de la

mujer-naturaleza, lejanas del razonamiento y la lógica, por lo que "a las mujeres no nos creen y colocan nuestra razón en la sinrazón" (2011, p. 26).

Si la realidad de muchas mujeres en Costa Rica es que tienen importantes déficits nutricionales y no pueden acceder a una alimentación regular y saludable, mucho menos tienen los medios para cumplir las recomendaciones ofrecidas por estos colectivos pro lactancia que requieren condiciones económicas consideradas de clase media o alta en un país en el que el denominado costo de la vida cada vez es más alto, así como los niveles de desigualdad social.

[P]  Sin embargo, lo que es importante es que la madre tenga una dieta balanceada por su salud.

[P] *Ideas para calmar a un bebé intranquilo. Tomarlo en brazos, caminar con él y hablarle son los recursos de toda la vida. A continuación, te compartimos algunas variantes propuestas por madres experimentadas: \*Sujeción mágica. \***Luces tenues** y movimientos suaves, si el bebé no está totalmente enfadado. \*Compartir **un baño con luz tenue** (mejor si otra persona puede consolar al bebé mientras usted prepara el baño). Para un bebé que no está totalmente desesperado. \*Caminar dando saltitos con el bebé en brazos. \*Bailar, sobre todo si ya sabe cuál es la **música preferida del bebé**. \*Emplear ruido blanco: agua corriente, interferencias de la radio, **la aspiradora o la lavadora**. \*Cambio de escenario: vayan a **otra habitación**, colóquense en otro rincón o salgan fuera. **¡Vayan de compras! El viaje en carro** y la visión de otras personas pueden romper el maleficio. \*Rebotar **sobre un balón de ejercicio** con el bebé en brazos. \***Un paseo por el exterior**, si el tiempo lo permite, con el **bebé en un portabebés**. El pequeño puede incluso tomar el pecho discretamente en el portabebé mientras pasean. (por portabebé entendemos, cargador ergonómico).*

En los relatos extraídos se identifican una cantidad de artefactos, posibilidades y recursos como alimentación saludable, vehículos, acceso a parques, zonas verdes o espacios para hacer caminatas, portabebés, múltiples habitaciones en la casa, luces tenues, lavadora, etcétera. Se exige, según el manual de lactancia, la pertenencia a una clase social de la que muchas mujeres quedan excluidas ya sea por su condición de pobreza, por ser jefas de hogar o por la necesidad de, al menos, dos salarios para sostener la casa y la familia, ya que, para cumplir con el manual, una mujer debe dedicar una enorme cantidad de tiempo, espacios, arquitecturas y dispositivos al cuidado del lactante. A pesar de esto, las organizaciones pro lactancia únicamente señalan como requerimientos para llevar a cabo la lactancia: el apoyo, el tiempo y la determinación. Lo anterior denota también un entendimiento superficial de la variable tiempo, ya que se ha demostrado que las mujeres

cumplen hasta una triple jornada entre las labores de la casa y el cuidado (no remuneradas) y el trabajo exterior (remunerado).

*[P] La lactancia materna tiene un enorme impacto en la economía familiar, solamente requiere de apoyo, tiempo y determinación, es 100% gratis y está disponible 24/7, se agota hasta que se reduzcan las tomas y se lleve a cabo el destete. @TetarteCostaRica.*

Esto se suma a la premisa de que en la lactancia no existe una inversión económica familiar, asumiendo que cualquier familia independientemente de la clase social, la podría acceder, sin embargo, únicamente se hace la comparación de costos respecto a su homólogo: el biberón y la leche de fórmula. Existen variados costos de la lactancia no considerados en este relato, que podrían eventualmente derivar en un resultado diferente sobre la significación de este acto bio-social. Uno de los costos no considerados es la energía, Lagarde (2011) explica que las mujeres despliegan incontables energías vitales en actividades como la lactancia materna, que son desvalorizadas económica y políticamente y que impiden su participación en otros espacios.

*[P] Es normal que los niños y bebés quieran estar con mamá y tomando leche materna durante la noche.*

— *[M] yo igual es muy agotador pero ya decidí mejorarle los hábitos de sueño me va a costar pero es lo mejor para ambas.*

— *[M] Estoy igual, muy cansada, ya no quiero más, pero no me da el corazón.*

*[P] Si, es agotador. Te pedirá cada hora, en una crisis puede estar "enganchado" dos y tres horas seguidas, creerás que no tienes leche, dudarás, llorará como si tuviera hambre ¡y la tendrá! y deberás darle para calmarle, pero muchas veces **tendrá hambre de ti, de tu cuerpo, de sentirse seguro en tus brazos, junto a tu pecho, sintiendo la leche calentita en su boca, el sabor a mamá, a maternidad, y SEGURIDAD, tu olor, tu tacto, tu voz...Si, es agotador, pero sentirle junto a ti, necesitándote y entregándose a ti, con total confianza, como si tú fueras el mundo, el todo, cuando te mira con ese amor, esa paz, cuando suspira, cuando se está durmiendo y se resiste a dejar de observar tus ojos mientras mama como no queriendo dejar de verte...Si, es agotador, pero es el amor más puro, más desinteresado y más sano del mundo ¡ y para toda la vida!***

## **Trabajo no remunerado y clase social**

La carga de la maternidad se convierte en sobrecarga cuando las mujeres deciden trabajar en el espacio público, así es como la clase social es determinante para comprender la narrativa de las organizaciones pro lactancia y el lugar desde dónde se originan y a quién se dirigen los mensajes que difunden en sus redes sociales. A pesar de que antes la lactancia

estaba "tradicionalmente asociada a mujeres pobres porque eran las que no tenían a otras mujeres que dieran de mamar por ellas" (Gimeno, 2018, p. 122) ahora es considerada una marca de privilegio y prestigio social al que pueden acceder mayoritariamente mujeres blancas, de clase media, con educación, mayores y heterosexuales (Gimeno, 2018; Jung, 2015).

La cantidad de recursos, dinero y tiempo que exige iniciar y sostener la lactancia exclusiva y prolongada, la vuelve inalcanzable para mujeres de las clases populares, racializadas y pobres. Sin embargo, la lactancia ya no se presenta discursivamente como una cuestión de posibilidades, sino que es un imperativo moral, lo que Lagarde expone como el cumplimiento de la identidad genérica y verdaderamente femenina (2011, p. 16). Chadorow explica que este mandato no es solo condicional, sino que obliga a las mujeres a parir y amamantar a través de sanciones no reconocidas, por lo que se convierte en un instrumento de control del orden patriarcal (2009, p. 7). No solo se excluye a las mujeres empobrecidas, racializadas, trabajadoras o que deciden no amamantar, del prestigio y distintivo social, sino que entran inmediatamente a la categoría de alteridad, lo que Saletti Cuesta (2008) denomina mujeres "desviadas", "deficientes" o "malas madres".

*[M] Hasta ahora que soy mamá y doy leche materna exclusiva me doy cuenta de lo dañino que es la alimentación con fórmula, incluso, no tengo prueba; pero he observado que entre menor ingreso económico más se recurre a la fórmula y creo se debe al poco acceso a conocer técnicas de alimentación ¿me costó a mí que tengo medios ya me imagino a una mamá pobre! Es una opinión.*

El conflicto al que muchas mujeres se enfrentan, entre cumplir el manual lactancia materna, y asumirse como buena mamá al ofrecer "el mejor alimento que existe para mi bebe"; y ser una mujer empobrecida o de clase trabajadora, y tener que optar por leche de fórmula para salir a trabajar y mantener económicamente a toda la familia, se debe a profundos problemas estructurales que derivan, entre otros, en la desigualdad de género y clase social que valora a la mujer dependiente, sumisa, subordinada, impotente, dedicada a la servidumbre y cuidado de los otros.

*[P] Nadie debería tener que elegir entre sostener económicamente a su familia y dar a su bebé la mejor alimentación y cuidado.*

Las organizaciones pro lactancia pasan de cerca por este conflicto, como se identifica en la publicación anterior, saben que existe el dilema entre la lactancia propuesta y la clase social, pero su lactivismo no tiene, ni parece procurar, consecuencias y cambios reales sobre la estructura desigual de género que sucumbe a las mujeres en condiciones de vida empobrecidas, vulnerables y relegadas de los espacios de decisión, sino por el contrario, el imperativo moral desplegado en estos comentarios refuerza las fronteras entre clases sociales y convierte rápidamente este mandato de lactancia en un instrumento de clasismo, racismo, control y castigo (Gimeno, 2018).

La defensa a ultranza de la lactancia, aunque signifique un enorme sacrificio para las mujeres y les ocasione dolores cuya vivencia ellas mismas catalogan como insoportable, encuentra explicación en el ideal clasista que simboliza. En ese sentido, Gimeno asevera que la lactancia se ha convertido en un distintivo social al que aspiran muchas madres trabajadoras de clase media, ya que al acceder a este distintivo adquieren prestigio, orgullo y algún tipo de reconocimiento social, por ende a una "identidad prestigiada que aceptan como medida de la buena maternidad" (Gimeno, 2018, p. 123). Esto se vincula con la postura de Tubert (1996), al identificar que ese ideal genera una identidad ilusoria, una falsa unidad entre las mujeres que como operación simbólica le otorgan a la feminidad significado solo por medio de la maternidad biológica. Lo anterior en consonancia con las múltiples opresiones vividas por las mujeres que Lagarde reconoce como cautiverios, ciclos de vida de dependencia, exclusión y despojo de elección de vida. Según estos planteamientos, esta opresión está afincada en nosotras "cuando nuestro cautiverio cuenta con nuestro más firme apoyo (...) Lo es también cuando mantenemos intactas las normas de nuestra cultura confrontadas con experiencias vividas que no tienen en ella explicación o son reprobables" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 18). Todo lo anterior se refleja en el siguiente fragmento:

*[P] Aunque nace del deseo de las madres de nutrir y proteger a sus hijos e hijas, su verdadera fuerza radica en el apoyo de redes interconectadas que incluyen a profesionales de la salud, familias y comunidades. Estas redes no solo sostienen, sino que también amplifican la importancia de la lactancia materna como un derecho inalienable y una práctica que debe ser defendida sin cuestionamientos. En este contexto, el acto de nutrir va más allá de la leche; implica también una alimentación intelectual y emocional que construye los pilares de un futuro más saludable y equitativo. Nosotras, como mujeres y madres, asumimos el desafío de informar, educar y abogar por nuestros hijos e hijas, con la*

*firme convicción de que estamos contribuyendo a una sociedad donde la salud, el amor y el respeto por el cuerpo femenino se convierten en las bases sobre las cuales se edifica un mañana más justo y humano.*

La maternidad y la lactancia materna como principal exponente representativo de las labores de cuidado y del sistema de división sexual del trabajo, en palabras de Lagarde, cuenta con un movimiento activista de mujeres y redes internacionales trabajando en su defensa, aunque las experiencias de vida expuestas alerten episodios de violencia contra las mujeres, su enajenación y su exclusión social. Se plantea la lactancia como "un derecho inalienable y una práctica que debe ser defendida sin cuestionamientos". Lagarde expone que los cautiverios son vividos con tesitura de felicidad a partir de un rebotado discursivo, así se asume el cautiverio como hogar y la especialización en cuidado, como instinto materno. Al parecer, la defensa de la lactancia y su articulación con nociones vinculadas con la contribución a la sociedad, están aferradas a una fuerte tradición basada en la opresión de mujeres, su cosificación y, por tanto, la omisión de su subjetividad, al recrear que las mujeres "para establecer vínculos y ser aceptadas, con nuestra anuencia o en contra de nuestra voluntad, vivimos la reificación sexual de nuestros cuerpos, la negación de la inteligencia y la inferioridad de los afectos" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 17).

*[M] Yo no tuve a alguien presencial que me diera apoyo todos los días. Pero agradezco a las enfermeras obstetras del hospital México que me dieron consejos para nunca rendirme! Lo logramos mi chiquitica y yo...3 años y medio de lactancia. Sus alergias ya son solo un recuerdo en su torax... **Somos campeonas!!***

*[M] Mi hija está a días de cumplir 4 años. Lograr amamantarla fue en extremo difícil a raíz de una emergencia durante su nacimiento. **Cuando lo logramos, fue la mejor experiencia... Y ha sido así hasta hoy** □ □*

*[P] ¿Has tenido un bulto duro y doloroso en tu pecho? Aquí encontrarás **información para superarlo.***

*[M] Mi bb me ha enseñado que soy **una mujer sumamente afortunada ya que dar tetita es lo que más me llena de amor**, especialmente en el momento en que cruzamos nuestras miradas y nos vemos con complicidad, su carita de ternura me llena el alma. Además, que a veces la tetita es para jugar, para sentirse tranquilo, para sentirse amado, para dormir y comer.*

En los textos expuestos, las mujeres que cumplen con el mandato de lactar son caracterizadas como afortunadas, privilegiadas, campeonas, valientes y amorosas. La lactancia materna cobra significado cuando se interpreta a partir del mito del instinto o amor maternal, como explica Saletti Cuesta (2008), la creencia instaurada de que toda

mujer desea y necesita ser madre. Por otra parte, la conformación de la identidad femenina desde su característica de cuidadora se vincula con la creencia de una ley de intercambio, como lo explica Lagarde cuando señala que las mujeres no solo se ven obligadas a cumplir, sino que se sienten realizadas al hacerlo, al entablar relaciones vitales con otros: "si trabajo, si me someto, si hago cosas por el otro, si le doy mis bienes, si me doy, será mío, y yo seré" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 17). Derivado de lo anterior, se entiende como la subjetividad femenina se construye a partir y exclusivamente del ejercicio de la maternidad y específicamente del acto de amamantar. Esta fundamentación moral de una realidad material compleja hace desaparecer del imaginario colectivo las otras posibilidades de deseos e identidades alternativas de las mujeres y "anula la posibilidad de construir el deseo propio, el mundo personal, el Yo-mismo" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 19). Este mandato de sometimiento de las mujeres a un solo deseo y medio de realización está tan consolidado que no se identifican en el imaginario individual ni colectivo otras formas de ser, de existir o de imaginar el ser mujer.

*[M] No hay momento en que me haya sentido más mujer que al amamantar a mis hijos.*

*[M] Aprendí que al principio creía que solo mi bebé necesitaba la lactancia, ahora entiendo que yo **también la necesito, la espero, la añoro...** porque ya cada vez es menos frecuente.*

*[M] Ya fui mamá una primera vez y se qué pasa tan pero tan rápido, que más bien ahora **disfruto de ese cansancio** con mis hijos ☐☐*

*[M] Yo tengo gemelos de 2 años y 3 meses y aún estamos con lactancia materna, no hay nada mas lindo que saber que Dios nos da la capacidad de poder alimentar los hijos que dispuso para nosotras.*

*[M] Darle a mi bebé teta es le acto de amor más bonito que existe, es el momento donde somos el y yo uno sólo. Ver sus ojitos como me mira mientras le doy teta es tan lindo es como si me hablará con su mirada... ♥*

*[P] ¿Que te ha enseñado tu hijo sobre la lactancia?*

— *[M] Que el vínculo que ellos forma con mamá cuando estás en lactancia no tienen descripción.*

— *[M] Que uno puede dar todo por un hijo, los primeros meses fueron muy pesados, por qué no podía darle acostado, dormía sentada, pero paso..... Y ahora había olvidado esa parte, hasta que mi esposo me lo recordó ayer, por amor uno hace muchas cosas.*

## Lactancia es amor

La posición radical de asociar la lactancia, no con una elección racional de alimentación, sino con amar, al punto de convertirlos en conceptos sinónimos, hace entender que "solo se da el amor maternal a través de la lactancia, el amor es una cualidad de la leche de que carecen la leche en polvo o de vaca" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 384). Por eso es que Gimeno expresa que "una madre que no amamanta a su hijo, mucho más si es por voluntad propia, lo que le está negando es el amor" (Gimeno, 2018, p. 64). En la misma línea, Lagarde refuerza la idea explicando que "si una madre no amamanta a su hijo, aun por prescripción médica sobre todo cuando es por voluntad propia, lo que niega a su hijo es el afecto" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 384). Se asume, por definición, que las mujeres que no amamantan a sus hijos no los aman tanto como las madres que si amamantan.

*[M] La época de lactancia me enseñó que no era un cuento de hadas, que requería de amor, paciencia y entrega, que la lactancia a demanda fue la mejor inversión de tiempo y sacrificio hacia mi enano, me enseñó que es disciplina, ahorro y salud, me enseñó a hacer oídos sordos a comentarios necios y proteger mi postura... Porque lo hice durante 3 años y 6 meses y estoy orgullosa de eso, no me arrepiento de los sacrificios... **Pude crear el más sincero y amoroso vínculo... Lactancia es amor...***

Una de las publicaciones de LLL expresa "manera de amar como mamá" con la fotografía 1 adjunta, que refiere a un relato de una mujer que cuenta la historia de lactancia con sus dos hijos, intermediada por complicaciones, dolores y procesos médicos. Se alude a la lactancia materna como una forma de amar: "Con mi segundo bebé me dije que no me volvería a pasar, no permitiría que nadie interfiriera con esta forma de amar a mi bebé" (Tavárez, 2016, párr. 4). Se apropia la lactancia del amor, se asume como tal.

*Figura 10. Fotografía publicada en la red social Facebook de LLL con el encabezado "Manera de amar como mamá"*



Fuente: Red sociodigital Facebook de LLL Costa Rica.

De esta forma, se cumple lo anunciado por Gimeno respecto a la función maternal y la exigencia de "sentir devoción por su bebé, que esta devoción es natural y no está condicionada por nada, que es amor único, incomparable" (Gimeno, 2018). También la ley de intercambio propuesta por Lagarde, en la que me adueño del otro al someterme a este. Este proceso de apropiación y entrega resulta conveniente para el orden patriarcal vigente en sociedades como las latinoamericanas, porque supone el despliegue de mujeres cautivas dispuestas a admirar y cuidar de otros, no por obligación, sino por deseo propio, y con la convicción de estar purificando y aportando al mundo (Lagarde y de los Ríos, 2011). Así encontramos variadas expresiones de esto en los relatos prolactancia:

*[M] Me encanta dar pecho! Tengo 4 años seguidos de dar de mamar a mis 2 hijos... Y aunque a veces es muy cansado, mi satisfacción es saber que les estoy dando uno de los regalos más valiosos. Después de darles la vida, es alimentarlos de mi pecho. Le doy Gracias a Dios por darme la oportunidad de hacerlo. **Estoy enamorada de mis bebés.** □*

*[P] Dar Teta; Por su mirada, por amor, por instinto, por comodidad, por placer.*

*[M] es que es amor puro e incondicional...**no siente uno como algo obligado lo hace uno con gusto y placer...**estas formando un ser humano a partir del amor solo imaginate el resultado □□*

*[P] En la Liga de La Leche creemos que la lactancia es 10% alimento y 90% amor... Tú, ¿Qué piensas?; ¿Cómo te has dado cuenta de que la lactancia es mucho más que alimento? Cuéntanos!*

[M] *El acto de amor más sublime.*

[M] *Así es... El amor puede más que el agotamiento.*

[P] *Jamás, jamás, jamás cocinar, lavar y limpiar puede ser más importante que abrazar, apapachar y amar. Acertado como siempre Carlos González. Por supuesto que los hijos dan mucho trabajo...por encima te privas de la mejor parte, como acunarlos, mimarlos, hacerles upa o darles el pecho....*

El cuidado es una de las labores asignadas a las mujeres más vitales para el sostén de la economía y la sociedad, porque como expresan Salas y Piedra (2024) el cuidado es la actividad que incluye todo lo que se hace para mantener la vida, no solo los cuerpos propios, sino los de otras personas y el ambiente. Estas actividades no solo implican un esfuerzo físico, sino que involucran los afectos, lo que deja ver la subjetividad de esta labor (Carcedo et al., 2011). Estos cuidados no son remunerados, pero implican un trabajo extenuante por ser minuciosos, retardados, extendidos, permanentes y desgastantes, "a cualquier hora del día o de la noche" (Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024). Silvia Federici apunta que no existe otro trabajo más esencial que el doméstico, ya que no solo es físico sino que es emocional y "porque cada día se reproduce la vida" (Federici en Bazán, 2020, párr. 6).

[P] *A veces, el llanto de un bebé se puede aliviar y otras no, pero la investigación dice que el simple hecho de estar allí marca la diferencia en el mundo. Llorar en los brazos de una madre amorosa es una experiencia muy diferente para el bebé, que llorar solo en una cuna.*

[M] *Darle a mi bebé teta es el acto de amor más bonito que existe, es el momento donde somos el y yo uno sólo. Ver sus ojitos como me mira mientras le doy teta es tan lindo es como si me hablará con su mirada...♥*

[M] *Muchas veces he estado agotada y mi Mari súper enérgica. Eso que una dice: ya no doy más. Y en ese momento, sin que yo se lo pida, me da de las más hermosas sonrisas y es como una recarga de energía al 100% y de nuevo a comer tetilla jaja :v Exactamente, no todos los días son buenos, **hay unos que deseamos salir corriendo y dejar todo y a todos tirados.** Pero, el amor y lo cargas que somos, puede más. Abrazo para todas. □*

## **Trabajo y maternidad ¿juntos?**

A pesar de lo anterior, el trabajo doméstico tiene escasos reconocimientos sociales y ninguno económico. Esto sumado a los recurrentes abandonos paternos, la incorporación de algunas mujeres en los sistemas de estudios formales y su ingreso al mercado laboral, han provocado que algunas mujeres alcancen participaciones en los espacios sociales, laborales y de toma de decisiones políticas, sin embargo, indistintamente de la situación de la mujer y

la posición económica alcanzada, el mandato social a cumplir su rol maternal no desaparece nunca ni disminuye su exigencia.

Por eso, una mujer que decide salir a trabajar está -en principio- alterando el sistema sexo-género, al procurar ingresar al espacio público que históricamente ha pertenecido a los hombres, pero también abandona parte de su trabajo o rol asignado, que es el cuidado del hogar a tiempo completo. La vida de las mujeres trabajadoras y que también son mamás, implica múltiples obstáculos, tensiones emocionales y exigencias sociales. Una es la capacidad de cumplir satisfactoriamente el rol asumido en los diferentes ámbitos: el familiar, el doméstico y el laboral. Las dobles o triples jornadas laborales de estas madres con tal de satisfacer los cuidados que requieren otras personas, implican mucha elasticidad del tiempo y desgaste físico y emocional.

Por esto, las mujeres, incluso las que no son madres, pero si maternan/cuidan, llevan una sobrecarga de trabajo que ha sido considerada "normal", pero tiene efectos graves en su salud física y mental de estas, como el desarrollo de trastornos mentales, depresión, enfermedades crónicas y problemas de sueño (Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS) & Ministerio de Desarrollo Humano e Inclusión Social (MDHIS), 2021; Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024).

*[M] Estámos aprendiendo □ mi bebé se queda a tres horas de mí (Por cuestiones de trabajo) está al cuidado de mi mamá... Le estoy haciendo su banco de leche sin embargo voy muy lenta... La veré cada 8 días... **Está siendo muy difícil para mí** □*

— *[O] Es muy difícil estar separadas de nuestros bebés. Me alegra mucho que esta con tu mamá y te felicitamos por seguir sacándote leche para darle. Cada gota cuenta y entre más a menudo te puedes sacar, mejor.*

*[P] Amamantar sin tiempos y a demanda es la garantía para poder lograr una lactancia materna sin necesidad de suplementar con leches artificiales. Cuando ponemos horarios para amamantar o amamantamos reloj en mano calculando el tiempo de la demanda aparecen muchas complicaciones desde una baja producción de leche, intolerancia transitoria a la lactosa, bebés insatisfechos y que no quieren soltarse del pecho entre otras cosas.*

*[P] |Ser madre es un trabajo a tiempo completo|*

*Amamantar, alimentar, cuidar, curar, calmar, limpiar... porque maternar es un trabajo no remunerado. Ser madre es uno de los trabajos menos valorados.*

*En este primero de mayo, día de los trabajadores, recordamos a las trabajadoras más admirables: las madres.*

*Las que trabajan solo dentro de casa, las que vuelven al trabajo remunerado, las que teletrabajan, las autónomas...*

***Porque conciliar trabajo y maternidad es agotador, y prácticamente imposible. Porque queremos poder hacerlo sin renunciar a ninguna de nuestras facetas. Porque el trabajo de ser madres es importante. Por ellas. Por vosotras: Feliz día de las trabajadoras.***

Las organizaciones pro lactancia elaboraron un manual específico para estas madres, es decir, dirigido a "las que trabajan", el cual contiene listas de recomendaciones sobre estilos óptimos de sacaleches manuales o eléctricos, formas de suministrar la leche extraída para que el lactante no note la diferencia entre la teta y la tetilla del biberón, formas para promover la extracción eficiente de leche en el trabajo, mecanismos de extracción de leche en medio de distracciones o estrés, recetas para hacer helados de leche materna y más. Estos manuales dejan ver que no es permitido a las mujeres-madres desvincularse del todo de su rol socialmente asignado, siempre tiene que asumir los costos de sacarse la leche en su trabajo, gestionarla, preservarla y suministrarla. A pesar de esto, se identifican alusiones resentidas con la ruptura del orden patriarcal, provocada por el abandono parcial del hogar por parte de las mujeres. Como explica Lagarde, se les atribuye a estas mujeres el aumento de la violencia social "y que su ausencia ocasiona ruptura y pérdida del tejido social. Ni siquiera se analiza la ausencia de los padres" (2011, p. 26).

*[P] 5. Mamás que retoman el trabajo tienen 3 reglas fundamentales: 1. Extraerse cada 2 o 3 h sin falta ojalá puntuales como reloj con horario (si lo hacen así, entrenarán su pecho para tener un reflejo de eyección exacto logrando extraerse toda la leche en sólo 5 minutos) 2. Jamás por nada del mundo dejar llenar el pecho. Es el peor error y lo que más daña la producción, para entender por qué 3. Investiguen acción de la proteína FIL (factor inhibidor de la lactancia).*

*[P]"Maternar" es una palabra que tiene un gran significado para los miembros de la Liga de La Leche. Sin embargo, en todos los demás lugares, parece haber perdido popularidad. La gente espera que el cuidado del bebé sea compartido y que la madre vuelva al trabajo remunerado prontamente. Con frecuencia se les pregunta a las nuevas madres: "¿Cuándo volverás a trabajar?" ¿Significa esto que la maternidad no es tan especial como se solía pensar? ¿Está quedando obsoleto este término?"*

La carga de trabajo, el desgaste físico, emocional y psicológico para las madres que deben trabajar y amamantar, no se consideran aspectos problemáticos o motivos para la suspensión de la lactancia materna, en otras palabras, en los textos se infiere que el bien

protegido es la reproducción humana y no el cuerpo de las mujeres. La simple, doble o triple jornada laboral que las mujeres asumen al ser trabajadoras, esposas y madres a la vez, "por no querer renunciar a ninguna faceta", se presenta como una cuestión al parecer voluntaria. En ese sentido, como explican Bidegain y Calderón, es importante subrayar que "la distribución del tiempo tiene un componente voluntario y otro impuesto por la cultura, el orden de género imperante, la estructura social y las relaciones de poder" (2018, p. 65). El uso del tiempo en una determinada tarea resta la posibilidad de dedicarlo a otras actividades y al parecer, las mujeres, indistintamente si son madres a tiempo completo, teletrabajan o realizan trabajo remunerado fuera del hogar, deben dedicar la mayoría de su tiempo a la maternidad y el cuidado, porque la cultura patriarcal y la división sexual del trabajo establecen que la mayor carga de trabajo doméstico recaiga siempre sobre una mujer como un mandato indiscutible.

*[P] No todos los días son buenos, a veces estamos agotadas y el tiempo no nos alcanza, nos duchamos con la puerta abierta, comemos la comida fría..... pero no renuncies en un mal día!!!! Un abrazo a todas las madres que a veces están muy cansadas y siguen lactando a sus bebés!!! Don't quit on a bad day.*

Según este relato y otros relacionados que se presentaron previamente, el sufrimiento y el hecho de vivir agotadas es un modo de vida, según Lagarde, un modo de enfrentar la vida, con resignación a las normas ya establecidas del mundo (2011). Esta desigualdad social atraviesa los cuerpos femeninos. En esa línea, la lactancia materna es una de las funciones maternas y del complejo de labores de cuidado que más se vincula con el cuerpo, porque lo requiere a completa disposición e implica no solo un sacrificio de tiempo de vida, sino que puede llegar a ser insoportablemente dolorosa e imposible de cumplir y "los cuerpos que dan de mamar no son cuerpos inertes y por tanto no debería hablarse de la lactancia sin hablar de esos cuerpos y de su libertad, así como las circunstancias socioeconómicas que los constriñen y los determinan" (Gimeno, 2018, p. 118). Asimismo, Silvia Tubert reclama que las mujeres son sujetos no sustratos corporales de la reproducción humana, "no son úteros ejecutores del mandato social o la encarnación de un ideal cultural" (1996), como se presentan en los múltiples relatos vinculados con la lactancia materna.

*[M] Yo tuve múltiples complicaciones primero mal agarre por lo tanto se me abrieron los pezones luego hongo candidiasis en mis pechos super doloroso tanto que para dar de mamar debía morder un trapo para soportar el dolor, obstrucción mamaria y síndrome de reynauls*

*en los pezones, múltiples consultas con doctores antibióticos por días y ninguno daba me di cuenta que la mayoría de doctores no tiene experiencia ni saben tratar los problemas de lactancia. Habían madrugadas que sentía que no podía más y me iba a la cocina a llorar del dolor. Lo supere gracias a una muy buena asesora de lactancia ella me curo me dio apoyo. Mas todos los consejos actualizados de lactancia materna. Hoy me siento orgullosa por que a pesar de todo esto siempre fui lactancia materna exclusiva ya vamos para un año. Así que a todas les digo que si se puede!!!*

*[M] A tener paciencia, y a soportar para demostrarme a mí misma que el que persevera alcanza (un inicio muy sufrido, grietas, mastitis fueron dos meses de inseguridades y de casi tirar la toalla, pero pudo más el amor hacia mi hijo que el dolor) y aquí vamos a punto de cumplir 8 meses de LME.*

*[M] Mi bebé tiene 12 días de nacido, yo no tuve calostro hasta el 3 días luego de su nacimiento. Estoy tratando de darle más pecho que fórmula pero no logro que mi leche le sustente, cuando me apreto mis pezones no sale tanta leche como me dicen que debería salir, son gotas las que salen, entonces le bajo la dosis de fórmula y cuando del todo le quito la fórmula se pega a mis pechos hasta 50 min y me tiene muy mal tratado mis pezones, no aguantando el dolor □□□ entonces no se qué hacer....*

Las historias de mujeres que han sufrido amamantando pueden llegar a parecer relatos de una tortura. Se evidencia una contradicción entre el dolor y el placer, pero al aparecer ambas sensaciones coexisten en la narrativa sobre lactancia materna bajo la "doble moral afectiva de la maternidad y el cuerpo femenino, es decir, se asume que el dolor y el sufrimiento es parte natural de la vida de las mujeres (Federici, 2013; Lagarde y de los Ríos, 2011).

Aunque la narrativa predominante prolactancia asume que esta no debería doler, duele; muchas mujeres se someten a estos sufrimientos y conciben la leche de fórmula, no como un aliado en situaciones particulares, sino como un enemigo de la lactancia materna y un riesgo de muerte para los bebés. Una de las narrativas de la lactancia materna deja claro que la lactancia materna es un proceso instintivo, sin embargo, resulta evidente que esta es una construcción discursiva, ya que si fuera una cuestión exclusivamente natural y biológica no requeriría tantos esfuerzos culturales, asesorías, políticas públicas y activismo para inducir a las mujeres a practicarla (Balsamo et al., 1992; Oakley, 1979).

*[P] Sabias que produces la mayor cantidad de leche por la noche? Puede ser tentador evitar las tomas nocturnas o hacer que otra persona alimente al bebé **para poder dormir**. Es importante recordar que los niveles de prolactina son más altos por la noche y la respuesta hormonal a la succión del bebé es aún más fuerte que durante el día. **Esa es una combinación ganadora para maximizar la producción de leche.***

Surge el cuestionamiento de por qué las mujeres se someten a estas formas de cuidado que, aunque parezcan beneficiosas para el infante, son crueles para ellas. Lo primero que trasciende es el ya mencionado imperativo moral de la lactancia materna que se ancla a preceptos estructurales profundos en la sociedad, porque se asocia a las mujeres con la naturaleza, a lo natural, a lo animal y a un menor grado de evolución social. Como explica Franca Basaglia "si la mujer es naturaleza, su historia es la historia de su cuerpo, pero de un cuerpo del cual ella no es dueña porque solo existe como objeto para otros, o en función de otros" (1983, p.30 citado en Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 25), por esto se asume como "norma" ofrecer mi cuerpo como mujer a este bebé por amor y a la maternidad como aspiración, porque el cuerpo de esta nunca ha podido ser propio, y esto se considera normal en las sociedades actuales. Resulta oportuno aquí retomar los postulados de Butler (2020) en cuanto, según la autora, el sujeto se forma en la sujeción, en donde la subordinación al poder es constitutiva de la identidad, porque existe una internalización tan profunda de las normas sociales que estas moldean la subjetividad y las interpretaciones que se hacen de las experiencias.

Estas experiencias se pueden vincular con el concepto de violencia simbólica de Pierre Bourdieu, concepto que explica la imposición de significados y creencias que legitiman la dominación, sin recurrir a la fuerza física, de forma que se vuelven imperceptibles, sutiles e inconscientes, pero perpetúan desigualdades en un sistema cultural que estratifica las relaciones humanas. Las prácticas bio sociales vinculadas a lactancia materna y expuestas en la mamasfera refuerzan la autoexigencia a las mujeres, aunque se plantee desde el empoderamiento femenino, no se define con claridad la forma en que este activismo rete la violencia simbólica presente en la maternidad como obligación restrictiva a las mujeres.

El cuerpo de las mujeres ha sido históricamente un campo de disputa de poder. Esta premisa puede relacionarse con la noción 'cuerpo-territorio' desarrollada por Gago (2019) para referirse al cuerpo de las mujeres como territorios de saqueo sobre los que se extrae riqueza mediante el uso de la violencia (material y simbólica) (p. 95). Es importante asumir que el "deber ser" de las mujeres comienza a instaurarse en las niñas a muy temprana edad (Juliano, 1996) en los principales espacios de socialización primaria, es decir, la familia, la escuela, congregaciones religiosas, etcétera; es decir, es transmitido de generación en

generación, para que la imposición social del trabajo doméstico y de cuidado no remunerado pueda ser asumida con la naturalidad necesaria y la devoción suficiente, "lo que las coloca obligatoriamente en condiciones de desventaja y vulnerabilidad social al sentar las bases de su exclusión y discriminación en todas las esferas de la vida" (Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024, p. 18).

*[P] Nunca producí la cantidad necesaria para mi bebé □ desde el primer mes me sangraban los pezones y el dolor era insoportable. El uso de pesoneras y excelentes cremas medicadas que debía lavar antes de poner a mamar a mi bebé fueros ayudando pero nada fue milagroso. Sufrí muchísimo y fue un proceso largo. Me hubiese encantado tener alguien que no romantizara o idealizara la lactancia. No siempre es color de rosa y no por eso se es mala madre. Yo no desistí. Seguí intentando. Tuve que complementar con fórmula y ahí mi bebé salió alérgica (APLV) y tuvimos que pasar por mucho. □ aun así no me rendí □ y seguí amamantando. Eso le ayudó a mi bebé a superar la alergia a sus 9 meses. Pero me hubiese encantado escuchar o leer a alguien que me dijera q no estaba sola, que no era la única mujer que sufría lo que yo. Que es normal si lloras si tus pezones arden, digo, no q no importa ni q es común, solo que me parece que no a todas les va tan bien. A algunas nos pasan estas cosas. No todos los pechos funcionan igual. No todos producen la suficiente leche. Xq cuando te siguen diciendo eso y a vos no te pasa, decis, "entonces que es lo q está mal en mí? Q estoy haciendo mal?" Y les puedo asegurar que no es culpa de la madre. A veces simplemente es lo que hay. Y toca elegir si quiere y puede seguir intentando y luchando o si busca ayuda. Yo fui c mi obstetra, con parteras, con dulas, con mujeres en mi familia. Y la única q realmente me ayudo, fue la pediatra de mi bebé. Q nunca me juzgo, me ayudó y logre a pesar de todos los fracasos, no me rendí y no abandoné el amamantamiento. Ojalá si una mujer que está sufriendo hoy su camino de la lactancia le llegue mi comentario y no se sienta sola y sepa q no todas la pasan tan bien y no todas la pasan tan mal pero lo que te pasa a vos es tan normal como la vida misma y no estás sola. No sos menos madre por que no produzcas suficiente leche. O porque tu bebé necesite algo más. Y que ojalá no abandones la lactancia. Si se puede. Vos puedes.*

## **Gracias a mi asesora de lactancia**

Los grupos de apoyo entre mujeres que forman estas organizaciones funcionan claramente como el soporte emocional necesario en la etapa del embarazo y lactancia, en un contexto social en el que las familias están geográficamente cada vez más distantes, por lo que las mujeres, generalmente, no encuentran en sus familias ni en redes comunales, el respaldo oportuno para transitar estas etapas de la maternidad. Por esto, es común identificar historias de mujeres que encuentran en las asesoras de lactancia "ángeles" o "salvadoras". Los niveles de soledad, estrés, carga laboral y cansancio fueron aliviados por medio de los consejos, recomendaciones y escucha activa de las asesoras que, a partir de su propia experiencia como madres y el respaldo del colectivo, pueden aconsejar desde un lugar considerado por las madres participantes en el colectivo como íntimo y legítimo:

*[M] Sin Sonia Chaves Quirós mi historia sería igual a la de tantas mamás que no han podido amamantar a sus hijos. Siempre estaré infinitamente agradecida con ella y con tantas otras mujeres que creyeron en mi sin conocerme, cuando iba a las reuniones de la Liga llorando por la frustración de sentir q yo todo lo tenía en contra (hasta mi familia). □ Orgullosamente amamanté a mi hijo 3 años!*

*[M] Yo tengo lactancia materna exclusiva gracias a mi asesora de lactancia, porque estuve apuntó de dar formula □ □ ♀ □ por eso ahora le a consejos a todas las mamás una asesora siempre.*

*[M] Uno de los concejos valiosos fue de una de las asesoras de la liga de la leche, me dijo esto no es una carrera de 100 metros planos, es una maratón, (un día a la vez) y hoy día tengo 2 años y dos meses de darle pecho a mi Saúl □ una lactancia mixta, pero eso fue lo que logré hacer y fue mucho mejor que haber intentado lactancia exclusiva y rendirme, fue muuuyyy duro.... lloré mucho por que pensé q no lo lograba, pero acá aún estoy dando teti a mi bebé grande y que habla y me dice mamá que rica teti □*

*[M] Yo también soy testimonio de que gracias a la ayuda de la LDLL tuve lactancia exitosa, obviamente hay que perseverar, pero con las herramientas que ellas dan uno puede hacerlo!*

*[M] Yo tuve mucha presión porq mi bebé no subía de peso y pasé por 2 asesoras de lactancia y 3 pediatras (los cambié porq a primera recomendaron fórmula), una dijo q tenía pecho tubular, me hizo sentir q mi bebé pasaba hambre por lo q di 5 semanas de fórmula □; pero quedé con duda, por eso consulté con otra, q me dijo q mi bebé tenía un frenillo grado 4 leve, q con cambiar la posición de darle lactancia todo mejoraría. Por dicha así fue, subió de peso, ya tenemos 5 meses de LME y está muy saludable. Consejo: No hay q quedarse con una opinión, debemos confiar en el instinto como mamá. No hay experiencia y conexión más linda, que darle lactancia a mi bebé □*

El apoyo proporcionado por las organizaciones asesoras también puede constituir un mecanismo para ejercer presión por sostener la lactancia, aun cuando existan problemas sociales o condiciones médicas que dificulten la lactancia materna, "se encuentran grupos de apoyo a mujeres que son capaces de cualquier cosa con tal de no abandonar la lactancia, incluso poner en riesgo su propia salud" (Gimeno, 2018, p. 56) y su bienestar general. Un ejemplo extremo de la lactancia como norma es este relato de una mujer que termina tetrapléjica en una cama de la sección de cuidados intensivos hospitalarios (UCI) después de complicaciones en el parto, y las enfermeras colocan al bebé sobre el cuerpo inerte de la mujer para el debido suministro de leche materna al bebé recién nacido:

Figura 11. Publicación de LLL con el encabezado "El rincón de la lactancia"



Fuente: Red sociodigital Facebook de LLL Costa Rica.

[P] “Una enfermera me ayudaba a amamantar a mi hijo el primer día de su vida mientras yo estaba en la UCI después de su nacimiento. En ese momento yo era tetrapléjica y sólo podía sentir su suave cabello y la piel cuando me lo ponían a mi cuello para abrazarlo. La lactancia materna es la razón por la se le permitió quedarse conmigo en el hospital durante 5 meses, mientras yo vivía en la unidad de rehabilitación física para aprender a caminar de nuevo (complicaciones de cuando él nació). A los 16 meses sigo amamantando a mi bebé”.

Este relato devela dos cuestiones trascendentales respecto al sistema sexo género y la imposición de la lactancia materna como norma. Primero, que el equipo médico del sistema de salud asume la atención y necesidad de leche materna del infante como una prioridad sin el consentimiento explícito de la madre -que en ese momento se encontraba inconsciente- porque se acepta siempre el bienestar del menor de edad como prioridad y el cuerpo de las mujeres como un medio o instrumento para su logro, cuestión que se evidencia en la fotografía. Segundo, la narrativa de la mujer - posterior al hecho médico- refleja la identificación de las labores de cuidado como propias de la psique y la personalidad femenina, según los supuestos teóricos de Federici. Esta disposición y abnegación por un *otro*, como lo explica Lagarde desde los cautiverios de las madresposas, es una de las características de un sistema social que consolida la vulnerabilidad económica, social y política de las mujeres, las cautiva en espacios de reducidas cuotas de poder que hacen permisible su explotación y violación sutil y simbólica de derechos.

Otro ejemplo es cuando la lactancia prolongada coincide con la aparición de dientes en los lactantes, lo que inevitablemente produce mordeduras que pueden llegar a ser muy dolorosas, pero la asesoría en ningún momento aconseja abandonar "sino siempre persistir, y en ocasiones hay comportamientos que podrían perfectamente calificarse de crueles" (Gimeno, 2018, p. 56).

*[P] Las organizaciones internacionales de salud recomiendan continuar con la lactancia materna por lo menos hasta dos años, luego el tiempo que la madre y el niño quieran. Entonces asumimos que los niños continúan amamantando aún con la salida de los dientes. A veces, durante este tiempo, los niños pasan **por períodos en los que aprietan sus encías o sus dientes, lo cual puede llegar a ser doloroso, produce sensación de miedo y dudas sobre cómo continuar con la lactancia.** La dentición puede presentar nuevos desafíos durante la lactancia: cuando el bebé muerde el pecho **Las organizaciones internacionales de salud recomiendan continuar con la lactancia materna por lo menos hasta dos años, luego el tiempo que la madre y el niño quieran.***

En general, las historias de lactancia materna están teñidas de rastros de dolor, frustración, miedo y mucho sufrimiento. En estas situaciones, la asesoría en lactancia recomienda mejores posturas, formas de agarre alternativas, pero nunca suspender o desistir de la lactancia materna.

*[M] Me hizo recordar la experiencia con mi primer hijo... q **frustración tan grande.** Ahí m di cuenta q **la lactancia solo tiene explicación en el amor** □*

*[M] A un mes de cumplir 5 años LME bebé prematuro extremo de 26 semanas a punta de sacaleches casi 2 meses antes de que se me pudiera pegar y en total 90 días internado. Con oxígeno a la casa y **TODOS** luchamos ´por LME.*

*[M] A tener paciencia, y a soportar para demostrarme a mí misma que el que persevera alcanza (un inicio muy sufrido, grietas, mastitis fueron dos meses de inseguridades y de casi tirar la toalla, **pero pudo más el amor hacia mi hijo que el dolor**) y aquí vamos a punto de cumplir 8 meses de LME*

*[P] ¿Has experimentado dolor al amamantar? ¿Cómo lo resolvieron? Dolor al amamantar □ Amamantar no debería doler, si sentís dolor cuando el bebé toma teta o entre las tomas, que va más allá de una ligera sensibilidad, es importante buscar la causa para modificar esta situación. Las situaciones de dolor más frecuentes se pueden dar cuando:*

- El cuerpo del bebé no está bien posicionado con respecto al cuerpo de la madre.
- No se logra un buen agarre de la boca al pecho, es decir, el bebé no toma la areola y sólo se prende del pezón. Esto puede deberse a una confusión de succión por uso de tetinas o por mucha congestión en los pechos, entre otras causas.
- Hay grietas (consecuencia de alguna de las dos situaciones anteriores).

- *Existe una infección por hongos (cándida).*
- *También puede deberse a otras causas menos frecuentes como perla de leche, Síndrome de Raynaud, infección bacteriana de la grieta, frenillo corto, etc.*

Al concebirlos de esta manera, el cuidado y la lactancia materna específicamente, "funciona como un subsidio al estado, pues reproducen, educan, cuidan y nutren la fuerza laboral de manera gratuita con un bajo - o nulo- reconocimiento social y económico" (Benavides, 2016 en Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024). En ese marco, es comprensible que las organizaciones pro lactancia cuenten con apoyo y una amplia participación de instancias gubernamentales en sus proyectos de normalización y promoción de la lactancia materna:

*[P] Bellos testimonios de nuestra primera dama Claudia Dobles y la pediatra doña Sonia Chaves. Definitivamente el apoyo de la familia, las redes de apoyo y el Estado, son indispensables para el empoderamiento y éxito de la lactancia materna. Orgullosas de poder formar parte de este proceso junto a ustedes.*

*[P] Porque lo personal es político: Lactancia materna en todos los espacios y territorios. La lactancia materna no es solo una cuestión salubrista o doméstica; es un acto profundamente político, un espacio de resistencia donde se disputa la autonomía y la dignidad de cada mujer y de las niñas. **Por eso, hemos decidido convocar a la Ministra de la Mujer, quien tiene el deber de representar y defender a todas las mujeres de esta nación.** Su voz es crucial en esta lucha, no solo como una figura pública, sino como **una aliada comprometida en la transformación de un sistema que ha relegado a las mujeres durante demasiado tiempo.** Instamos a la implementación de políticas que no solo reconozcan, sino que activamente promuevan y protejan la lactancia materna en todos los espacios, porque cada mujer debe tener el derecho incuestionable de decidir sobre su propio cuerpo, libre de presiones, estigmas y cualquier forma de opresión.*

Los relatos encontrados no solo promueven que las mujeres se dediquen exclusivamente al cuidado y a amamantar, lo que implica, por defecto, no tener ningún tipo de jornada laboral remunerada, sino que también impiden que tengan espacios de recreación o descanso lejos de su rol como madre. Benavides (2016) explica que se espera que las madres realicen estas labores de manera gratuita y altruista, sin que le importe que sus posibilidades para acceder al mundo público desaparezcan, o que su labor sea, algún día, dignificada con beneficios laborales iguales a los del sector remunerado (En Salas Calderón & Piedra Rodríguez, 2024).

*[P] La sociedad muchas veces nos presiona para dejar a nuestro bebé con alguien **por un "descanso"**. Y muchos quedan confundidos cuando decimos: "**¡No, gracias!**" "Si tomara chupón podría dejarlo para salir un rato". Cada familia sabe que es lo mejor para ellos y no hay problema con decir: "No gracias estamos bien así".*

Este relato en el que se impone una respuesta a aquellas mujeres a las que se les insinúa tomar un descanso y dejar al bebé un rato, probablemente producto del conocimiento del desgaste físico y emocional que implica la lactancia, es una de las extensiones del imperativo moral en términos de la agencia de las mujeres, es así como se refleja la pérdida de autonomía, no únicamente la autonomía de "un rato" de las mujeres, sino que este acto representa uno de los dispositivos ideológicos más eficientes para la reproducción del patriarcado, y por ende esta decisión es una acción política que confirma y consolida un sistema desigual de poder para las mujeres.

### **Interseccionalidad de las narrativas**

Existe una premisa en este relato que es fundamental para comprender la interseccionalidad de las narrativas sobre lactancia. La mujer que rechaza la posibilidad de descansar de su labor como madre, no está pensando en los recursos y bienes requeridos para su supervivencia, por ende, tampoco en una jornada laboral. Se asume que es dependiente económicamente de otra persona, posiblemente su pareja. La mayoría de las mujeres que relatan sus historias aluden a "mi esposo" o "mi marido" para referirse al padre del lactante o su pareja. Por lo que parece que el discurso predominante se mantiene en la heteronormatividad, ya que no se encuentran relatos específicos de mujeres lesbianas o de familias homoparentales, tampoco de parejas no constituidas vía matrimonio. Existe también un enorme vacío en estos relatos respecto a la representación de otros tipos de familia: diversas, adoptivas y madres con discapacidad, solteras, racializadas, adolescentes, entre otras.

Esta imagen tradicional de la mujer que desea y decide quedarse en su casa para ser madre, dependiente económicamente de su pareja masculina, cumpliendo con diligencia las labores domésticas y de cuidado que le son socialmente asignadas, pone de manifiesto concepciones conservadoras respecto a la participación equitativa de las mujeres en el espacio público y al tipo de participación permitida en el ámbito privado, derivadas de los roles asignados a su sexo biológico, todas estas cuestiones de género contradicen el avance en el logro de derechos por parte del movimiento feminista, el cual ha impulsado a las mujeres a salirse de la prisión que les impone el espacio privado del hogar, con base en la idea expuesta por Calveiro (2005) de que la familia no es ajena a las relaciones de poder que circulan en la

sociedad, basadas en una compleja red de vínculos diferenciados que posibilitan y reproducen las relaciones de poder -desiguales entre hombres y mujeres- sociales y políticas (p. 30), socavando sus derechos y la posibilidad de igualdad y equidad de género en los ámbitos público y privado. En otras palabras, se trata de un retorno a la tajante división sexual del trabajo, pero ahora renovado en tanto incorpora ideas y términos asociados con las posturas feministas, ya que se considera la lactancia como un acto político, de resistencia, un espacio de disputa de poder por la dignidad de las mujeres y un acto revolucionado que las empodera. Todo en concordancia con el orden social establecido.

*[P] La lactancia materna no es solo una cuestión salubrista o doméstica; es un acto profundamente político, **un espacio de resistencia donde se disputa la autonomía y la dignidad de cada mujer y de las niñas.***

*[P] La lactancia materna no es solo un acto biológico; es también un acto de resistencia contra las estructuras que históricamente han **limitado el poder de las mujeres sobre sus propios cuerpos.** Generar redes, construir tribus y transformar nuestro entorno en un espacio más amigable y solidario son pasos cruciales para que las futuras generaciones de mujeres puedan avanzar y abrirse camino en nuevas temáticas, **reclamando así su lugar en la sociedad.***

*[P] Si eres mujer y puedes amantar tu bebé en un lugar público....**Agradécelo a una feminista.***

*[M] Tengo 2 años y 10 meses de dar lactancia, mi hijo es sano, es un toro!! Gracias a Dios! Desde un principio iba decidida a dar lactancia y cerré mis oídos a los consejos de "fórmula" comentarios de terceros (que siempre existen) y me dispuse a dar Teta plazeramente y a toda hora. En el regreso al trabajo, por nada del mundo suspendía mis visitas al lactario y bueno, **creo que me empoderé** □. Mi esposo fue el apoyo perfecto porque siempre siempre me dijo: usted es la que decide, yo te apoyo □□□*

*[P] El arte de amamantar en tiempos de revolución" porque amamantar se ha convertido en **un acto político, revolucionario,** con el que las mujeres nos empoderamos y derribamos estigmas, crecemos y hacemos comunidad.*

Burin y Meler (2010) ofrecen una explicación para este fenómeno, se plantea que durante los años 60 aparece un modelo de mujer trabajadora exitosa, pero a su vez, madre. El incremento de la participación de las mujeres en el ámbito laboral no significó, como contrapartida, que los padres se incorporaran en el mundo del trabajo doméstico y de cuidado. El nivel de exigencia y carga laboral antes mencionada comienza a sentirse sobre sus cuerpos, por lo que "su antiguo orgullo maternal, derivado de la identificación con sus madres, (...) determinó que se aferraran a sus emblemas maternos, desalentando a los pocos hombres

aventuraban en el mundo de los niños" (pp. 109-110). Lo novedoso de la nueva retórica es la alusión al empoderamiento de las mujeres. Al respecto, resulta pertinente hacer una aclaración conceptual, ya que, desde la teoría política feminista, el empoderamiento se entiende con base en la noción del 'poder para', es decir, se asume como la capacidad de un individuo o colectivo de perseguir una serie de fines, incluso a pesar de su situación de subordinación derivada de la dominación masculina (Allen, 1999, p. 126). En el caso de estudio, el empoderamiento se admite, pero dentro del mismo espacio privado y se deriva específicamente de las funciones biológicas y naturales asignadas a las mujeres, por lo que su accionar debe dirigirse al cumplimiento de estas. Todo lo anterior mantiene intactas las normas de la cultura por lo que no representa una ruptura del orden patriarcal ni del sistema económico capitalista vigentes, de los que derivan las formas específicas de poder ejercidas sobre el conjunto de las mujeres.

### **Empoderamiento: confía en que lo puedes lograr**

En general, el concepto de empoderamiento presente en las narrativas se construye a partir de ideas relacionadas con la convicción, fuerza, determinación que una mujer debe demostrar para cumplir con una lactancia exitosa, que se traduce en seguir las indicaciones de las organizaciones pro lactancia, que a su vez dictan los mandatos de organizaciones mundiales como la Organización Mundial de la Salud. A diferencia de la representación de mujer de familia tradicional, ahora se delinea un perfil de mujer poderosa, informada, capaz de tomar decisiones por sí misma y que confía en sus capacidades y su cuerpo porque logra una x cantidad de meses de lactancia materna exclusiva (LME), una eficiente extracción de leche, o lleva más de 4 años amamantando, este es, en principio, el empoderamiento alcanzado por estos colectivos.

*[P] El requisito para lograr una lactancia exclusiva exitosa es: **Tener la determinación para hacerlo con la fuerte convicción de que lo puedes lograr** (lastimosamente una mamá que **no confía en sí misma** y que tal vez no está tan determinada en lactar, pues muy probable sucumba a tanto mal consejo y baches que hay).*

*[P] Yo inicie una lactancia natural con el único antecedente de que mi mamá me dio hasta los 4 años, así que inicie con naturalidad; los problemas empezaron **cuando empecé a dudar de mí**, escuchando mitos y comentarios como "la lm no llena" o creencias como que hay que ver la leche regarse.*

*[M] Aprendí que **mi cuerpo es más maravilloso** de lo que yo creía, que no solo puede gestar, parir, sino mantener viva a otra humana solo con mi lechita durante 6 meses que tuvimos LME. Es increíble ahora que lo pienso, **fui capaz** de mantenerla saludable solo con el alimento que **brotaba de mí**. Aprendí que la lactancia no solo es alimento, es vínculo, es el tiempo para conocernos, es la quietud de nosotras sincronizadas, es el tiempo para reconocernos en nuestras miradas. Aprendí que al principio creía que solo mi bebé necesitaba la lactancia, ahora entiendo **que yo también la necesito**, la espero, la añoro... porque ya cada vez es menos frecuente. Aprendí que nadie nos quitará lo que vivimos en esa etapa, por más que mi hija crezca y se aleje, ese espacio fue nuestro y ese lazo siempre permanecerá. Aprendí que lamentablemente hay mucha desinformación sobre lactancia, much@s bebés que se están quedando sin lechita, y muchas mamás que se están perdiendo la experiencia por la desinformación del tema. Nos falta mucho aprender y confiar, pero en mi caso agradezco que tuve la oportunidad de vivirla gracias a mujeres que siempre me apoyaron, y que aún tengo estos espacios de lactancia con mi hija, hasta que queramos...  
□ □*

El significado que se le otorgan a estos logros es importante porque se construye una narrativa de autovaloración de capacidades, ciertamente desde un ámbito relegado e infravalorado como la maternidad y lo doméstico, pero ahora con una exigencia de reconocimiento. En alguna medida, esta necesidad de reconocimiento se vincula con lo que Salas y Piedra establecen como la precisa visibilización del trabajo doméstico no remunerado "como una reivindicación política que haga explícita la relación de este con la sostenibilidad de la vida y el sistema económico" (2024, p. 19).

*[P] Mientras amamanto, necesito que mi pareja (o las personas a mi alrededor) ...*

- *[M] Me diga que estoy haciendo un gran trabajo.*
- *[M] Me recuerden que estoy haciendo lo más importante en el mundo con palabras amorosas y positivas. □*
- *[M] Qué me valore y valide como el trabajo más importante y sin paga.*

*[M] 21 semanas de embarazo, con una bebé de 2 años y 8 meses, y seguimos con la lactancia  
□*

El factor determinante que está ausente en las narrativas de las organizaciones pro lactancia para volverse una reivindicación política, según lo plantean Salas y Piedra (2024), es el planteamiento de una necesaria ruptura del sistema de desigualdad de género. Ya que el empoderamiento femenino promovido no involucra modificaciones o una reestructuración del sistema sexo-género que restringe a las mujeres a una sola identidad, la de ser madres. Ni tampoco ha exigido cambios estructurales de comportamiento parental a los padres,

respecto al trabajo doméstico y de cuidado. Esto cobra sentido por el contexto político de los años 50, que se caracterizan por la influencia del movimiento feminista, que provoca un incremento de mujeres en los espacios públicos como estudiantes y trabajadoras.

En ese contexto social de mujeres trabajadoras fuera del hogar y con agendas compartidas entre lo público y lo privado, nace La Liga de la Leche Internacional (LLL), fundada por madres católicas en Estados Unidos y derivado del Movimiento de la Familia Cristiana que inspira la lactancia materna a partir el modelo idílico de maternidad de las figuras bíblicas de Eva y María. Desde entonces se ha gestado un proyecto político e ideológico de devolución de las mujeres a su lugar en la sociedad. A pesar de que la organización ha tenido cambios en sus postulados, mantiene intacta la ideología de familia tradicional arraigada al mandato divino y biológico de la lactancia materna.

Es lógico que las madres que trabajan fuera de su casa dejen de atender cuestiones de cuidado y labores domésticas. Con la misma lógica debió suceder el aumento paralelo de participación de los padres en el hogar, pero "dada la hegemonía de la perspectiva masculina, las políticas sociales han atendido prioritariamente las necesidades de la esfera pública, descuidando los requerimientos de la privada, sin comprender que ambas son inseparables" (Burin & Meler, 2010, p. 109). Así es como la ya instaurada ausencia paterna en la esfera privada, se sumó la partida de mujeres al mercado laboral, por lo que, en esta década, la esfera privada del hogar y las labores de cuidado sufrieron una devaluación importante. Correspondientemente, también las tasas de lactancia materna descendieron de forma significativa.

La LLL y las organizaciones y colectivos que surgen después, asumen la tarea de volver a normalizar la lactancia y de resignificar la labor de las mujeres dentro del hogar a partir de una exigencia de respeto a la sociedad para poder cumplir con esta función materna, este el movimiento lactivista. La normalización de la lactancia materna lleva consigo un estigma de norma. Representa esto una reinterpretación del cuerpo de las mujeres y las normas que debe acatar para incorporarse y existir en la sociedad (Gimeno, 2018), ya que no se trata únicamente de una opción de alimentación para el lactante, sino en un llamado biológico fundamental y el ya analizado imperativo moral y ético del que ninguna mujer escapa.

[P] *¿Ya anotaron la fecha? Les avisamos con tiempo para que se organicen junto a sus redes de apoyo. ¿Qué queremos lograr con la tetada? Empoderar a toda la sociedad por medio de información asertiva que **promueva, desmitifique y normalice la lactancia humana** en todas las etapas del desarrollo del niño y la niña*

[P] *Tenemos el agrado de compartir con ustedes el cronograma de actividades para la Tetada Masiva. Recuerden que el evento será el domingo 04 de agosto, a las 9:00 am, en el Parque Metropolitano La Sabana, costado norte, diagonal al ICE. **Ayúdanos a visibilizar, normalizar y empoderar la lactancia.***

[P] *Y seguiremos en pie de lucha, hay **mucho por normalizar**. Orgullosas de ser #RedTetarte*

[P] *¿Alguna vez te sentiste incómoda mientras amamantabas en un lugar público? ¿Cuál fue tu reacción? ¿Te sentiste Sola? ¿Vulnerable?*

□□□ *Nosotras somos libres de tomar nuestras decisiones y cada una decidimos como amamantar en público, no estás sola□□□ en Liga de La Leche México #Ligadelaleche #LLLReynosa te acompañamos en este bello chichi-camino.*

***En nuestra sociedad tristemente la lactancia materna aún no está normalizada, a veces, olvidamos que somos mamíferos y nos cuesta mucho trabajo respetar los procesos biológicos y las necesidades de nuestros pequeños. En la liga de leche encontrarás ese apoyo para seguir con tus metas de lactancia materna.***

***Si las personas observan la lactancia materna, se irá normalizando en nuestra sociedad. Nunca temas amamantar en público.***

Esta búsqueda insistente de normalización se debe en mayor medida, a la censura que han recibido los cuerpos femeninos que lactan en espacios públicos. El enfrentamiento al escrutinio de una sexualización de los pechos, pero en realidad del cuerpo femenino, ha implicado la definición de un verdadero enemigo de la lactancia y para efectos de esta investigación una tensión importante. Se abordará la tensión de la lactancia materna en espacios públicos y la sexualización, erotismo y consumo de los pechos en el siguiente capítulo.

## **CAPÍTULO VIII. TENSIONES Y CONTRADICCIONES**

En este capítulo se describen y analizan las tres tensiones y tres contradicciones identificadas producto de la atención al objetivo tres de esta investigación. Las contradicciones se entienden como aquellos relatos que, en comparación con otros dentro de la misma mamasfera, presentan posiciones encontradas. Las tensiones se construyen a partir de relatos en los que se detecta fricciones sociales o desacuerdos de algún tipo entre diferentes actores individuales o colectivos.

### **Tensiones**

La lactancia materna está en constante tensión, esto según historias y relatos contados abiertamente en la mamasfera. Con fines analíticos, se identificaron y organizaron los textos orgánicos de la mamasfera en estas tres tensiones. La primera es respecto a la decisión de amamantar, ¿quién, ¿cuándo, con qué intereses y argumentos y cómo decide iniciar, sostener y finalizar la lactancia? ¿Cuáles son los intereses válidos para tomar estas decisiones? ¿Cuáles son los actores más importantes en los razonamientos respecto a la determinación de mecanismos de alimentación del lactante? Segundo, la tensión de la lactancia materna en espacios públicos, dada una progresiva sexualización de los pechos femeninos. Tercero, la erotización del cuerpo lactante y el deseo materno como mecanismo de liberación y empoderamiento sexual femenino.

#### **Tensión 1. Dar de mamar es lo mejor para el bebé ¿y para mí?**

Beatriz Gimeno (2018) es contundente al señalar que, actualmente, el derecho a amamantar está fuera de duda, pero lo que ha desaparecido es el derecho a no hacerlo (2018, p. 66). Esto implica que la presión sobre las mujeres para amamantar sea significativa, por lo que el sentimiento de culpabilidad por no poder o querer hacerlo resulta mayor. Esto es así con base en la premisa expuesta de que la mujer que no concibe, gesta, pare y amamanta no es reconocida como tal, porque "mujer es la que es madre" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 386).

Otra condición importante en términos analíticos se deriva de que, desde 1997, los fundamentos médicos que dictan los lineamientos sobre la lactancia materna sitúan "al lactante en el centro, y donde antes también cabía la madre, que tomaba sus decisiones

basadas en cuestiones socioeconómicas, pero también teniendo en cuenta su propio interés, ahora solo se encuentra el lactante" (Gimeno, 2018, p. 115).

*[P] El bebé pide, la madre produce: El pecho es una fábrica*

*[P] Donde sea y cuando bebé quiera.*

Como consecuencia, los cuerpos y vidas de las mujeres quedan a disposición absoluta de las decisiones de una persona infante lactante, esto por encima de su capacidad de razonamiento y de la consideración de sus propias condiciones físicas y subjetivas. La dirección u orientación de esta postura en la mamasfera constituye una tensión porque se plantea una posición inicial a favor el bebé lactante como un modelo "contra el que todos los métodos de alimentación alternativos deben ser medidos en referencia al peso, salud, desarrollo y todos los demás datos a corto o largo plazo" (Gimeno, 2018, p. 115), al mismo tiempo, se posiciona la lactancia como proyecto a favor de la diada madre-hijo, el cual se sostiene hasta que la mamá y la persona lactante lo deseen, en una supuesta igualdad de condiciones y sobre la base del respeto de los cuerpos y emociones de las partes involucradas.

*[M] sentimos mucho que hayas pasado por esto, no hay límite de edad. La OMS recomienda al menos dos años y de ahí en adelante hasta que la mamá y bebé quieran.*

*[M] Me enseñó a dejar que las cosas fluyan, que todo en la vida es un proceso. A no presionar para que dejen el pecho, ellos solitos saben cuándo es el momento para hacerlo. La lactancia para mí ha sido una de las mejores etapas de mi vida. Que hoy después de tres años y cuatro meses doy por concluida. □□□*

La relación maternal establecida por medio de la lactancia entra en una tensión cuando la decisión de iniciarla, mantenerla y terminarla parece estar, por un lado, en manos de un recién nacido, y por otro, por ambos protagonistas, la mujer y el lactante. Esta disyuntiva se complejiza cuando se plantea la posibilidad de un conflicto o choque de intereses entre las partes, dado que estas no están en igualdad de condiciones, es decir, no son pares en el sentido convencional del término en el marco de los procesos de toma de decisiones implícitos en el acto de amamantar; además, no existen mecanismos posibles de diálogo o negociación. La mamasfera expone que se debe sostener la lactancia hasta que la mujer se sienta cómoda, pero, a su vez, no valida la mastitis, la apertura de heridas en los pezones, la depresión o la necesidad de trabajar, como motivos para suspenderla. Lo anterior muestra la

disputa por la razón y la posibilidad de incidir de manera efectiva en el desarrollo de la lactancia.

*[M] desgraciadamente desinformación es lo que sobra. Que cólera. La leche materna nunca deja de ser un excelente alimento; según lo que yo he averiguado, el destete NATURAL está entre los 2 y los 7 años, así que tetica hasta que a bebé le dé la gana y ud se sienta cómoda.*

*[P] ¿Qué pasa si mamá se enferma durante la lactancia? En la mayoría de los casos no es necesario interrumpir la lactancia.*

Según lo expuesto en las narrativas identificadas, lograr un acuerdo entre los intereses - básicos y bien identificados- de los recién nacidos con los diversas y complejas necesidades de su respectiva madre, no debería ser un desafío. Esto puede ser porque se asume que el interés prioritario de una mujer es el "cumplimiento de una fuerza ajena, extraordinaria, que es la naturaleza" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 387), es decir, ser madres, por encima de cualquier otra condición, aunque esta tenga que ver con su propio bienestar físico o emocional.

*[P] Que significa la lactancia materna a demanda? La Lactancia materna debe ser "a demanda": **a demanda del bebé y a demanda de la madre, cada vez que alguno de los dos desee establecer esta conexión de amor líquido, deben hacerlo**, lo que se traduce en que debemos deshacernos del reloj, un bebé no sólo lacta por hambre, también lo hace por sed, porque se siente mal, tiene frío, por seguridad o por querer sentir cerca a mamá, por eso, cada vez que veas una señal de que tu hijo requiere del pecho, ofrécelo y si eres tú quien de...*

El hecho de ser o existir para otros como una característica de su propia existencia, según lo expone Lagarde, el cautiverio de ser mujer es ser madre. Esta noción parece estar bien consolidada en las narrativas sobre lactancia materna presentes en la mamasfera. En esa línea, se identifica una tensión en este argumento, y no una contradicción, porque los colectivos prolactancia asumen como una premisa el hecho de que las madres desean amamantar, aunque esto implique sacrificios, dolencias, entrega de vida, etcétera. Por lo que la demanda de la madre es posible, no como una demanda para la satisfacción de pulso biológico -como el hambre y la sed en el caso del lactante- pero si de conexión, vinculación afectiva y reconocimiento.

*[P] Su hijo siempre puede aprender a comer y puede comer bien si usted mantiene una dinámica de alimentación apropiada. Si lo hace así, la teta nunca interfiere, y los beneficios de la leche materna son innumerables, así que nunca deje de darla si usted no quiere.*

La tensión llega al extremo cuando una mujer decide plantearse su propio bienestar por encima del llamado destino biológico de la maternidad y la crueldad que puede implicar la lactancia. El complejo de valores asignados a la lactancia (amor, libertad, seguridad, conexión) motivan y dignifican la acción de la lactancia, e impide que se piense siquiera en valorar alternativas que permitan un bienestar integral para los protagonistas.

[M]La salud mental y física de mami también es importante ♥□ cuiden a sus pequeñitos como se cuidan ustedes ya que ellos aprenden a amarse así mismo por nuestro reflejo ♥□ demonos amor y paz

Del total de relatos analizados, únicamente se encuentran dos que cuestionan, es decir, ponen en tensión el mandado de amamantar, sobre todo cuando este puede afectar la integridad física y mental de la madre. El despojo de sí misma como mujer para dar cabida a los otros en su tiempo, en su cuerpo, en su territorio, en sus afectos, en sus intereses, es solo beneficioso para estos otros (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 389), y es reflejo del exitoso funcionamiento de la desigualdad de género estructural.

*[M] Son nueve verdades, la última frase es un juicio de valor. Lo que pasa es que se debe fomentar la decisión, si hay una mujer que NO quiere dar de mamar, así nos suene atípico y "mala madre" no ponerse a juzgar. Es una carga durísimo y muchas mujeres se sienten fatigada o superadas por el cuidado del bebé y pienso que el "DEBER DE DAR DE MAMAR", las ahoga más. Y lo digo pq la nutrición del niño es importante, pero el estado emocional de la madre también.*

La posibilidad de construir una historia de maternidad singular propia -sin presiones ni estándares- debe ser un derecho que las mujeres que deciden ser madres puedan gozar, porque a pesar de que la mamasfera tiene claro que las historias de lactancia son únicas, no parecen dar cabida a la diversidad, la pluralidad y la complejidad única de las decisiones personales de las mujeres que optan por otras formas de alimentación como válidas o legítimas, sino únicamente a aquellas que, en honor al empoderamiento, deciden amamantar.

*[P] La tuya, la mía, la suya, cada historia de lactancia es única.*

## **Tensión 2. Incomoda la teta cuando es fruta y no morbo**

Se ha identificado que el lactivismo por la normalización de la lactancia materna tiene cabida por tres motivos: por una tensión derivada de la presencia de los senos lactantes en el espacio público; por la erotización de la relación de la lactancia madre-hijo cuando se

trata de niños mayores; y por la comercialización de sucedáneos de leche que sustituyen el acto de amamantar por un biberón de leche de fórmula. Estos últimos dos se analizan en otro apartado.

Las organizaciones prolactancia explican que amamantar en público no es nuevo, sino que fue hasta inicios del siglo XX que la lactancia pública comenzó a tener connotaciones sociales negativas. Este planteamiento es coherente con lo que explica Gimeno: "dar de mamar en público se convierte en un completo tabú en el siglo XX" (2018, p. 128). Esto sucede porque la lactancia y lo público son conceptos contradictorios en el sentido de que entran en tensión cuando la función social de la maternidad y la lactancia, que en teoría son aspectos privados, trascienden a lo público. Esta contradicción es expuesta por Gimeno cuando afirma que "la lactancia, una práctica que es normativa y que se invoca desde el bienestar social, se debe hacer en el espacio privado" (2018, p. 128).

*[P] Cuando la gente dice que amamantar en público abiertamente, sin cubrirse, es algo nuevo. Mmmmm...., no lo es, en serio. No fue hasta el siglo XX cuando se comenzó a ver la lactancia materna desde una perspectiva negativa. "Amamantar en público parecía no ser un problema en América durante la colonia. Se esperaba que las madres mantuvieran una casa ocupada, que incluía alimentar al bebé, y la lactancia materna en el mercado u otras áreas públicas no era motivo de alboroto. En ese momento la lactancia materna era la única forma de alimentar a un bebé, ya sea por medio de una madre natural o una nodriza. Los puritanos creían que los pechos se creaban para alimentar a los niños y recomendaban a las mujeres que amamantaran a sus propios bebés. Amamantar en público era un lugar común para las mujeres coloniales porque vivían en una sociedad que apoyaba la lactancia materna".*

La explicación de este cambio puede ser la progresiva sexualización mediática y publicitaria de los pechos femeninos, principalmente, en la cultura norteamericana (Blum, 1993, p. 41). Según Carter (1995), esto tiene que ver con la sexualidad y heterosexualidad ansiosa y compulsiva que se vivió en Estados Unidos en tiempo de posguerra en la década de los 60. Es por esto que a partir del siglo XX la relación entre sexualidad y lactancia es más evidente y amamantar en público se vuelve un acto obsceno.

*[P] Pensábamos que esto era cosa del pasado pero no paramos de sorprendernos cuando aparece un nuevo caso. "La mujer, madre dos hijos y residente en Barcelona, ha denunciado que fue expulsada de una zona de la piscina municipal de Montcada por amamantar su bebé de seis meses en el bordillo. Según narra, el recepcionista le pidió que, por pudor, se fuera al vestuario a hacerlo".*

*[P] Una madre, expulsada de una piscina municipal por dar el pecho a su bebé. Un trabajador del recinto, asentado en Montcada (Barcelona), envía a la mujer y al niño al vestuario para lactar. Tras el incidente, la empresa se disculpa con ella.*

La sociedad exige que las mujeres mantengan la clara distinción entre sus funciones o roles, por un lado, su función natural para la lactancia y, por otro, el exigido pudor femenino. Esto se refiere al aspecto sexual y maternal que alberga el cuerpo femenino, los cuales, según esta postura deben desarrollarse de forma separadas. Las mujeres deben lidiar con su comportamiento en la esfera pública y como gestionar su cuerpo asumiendo que la sociedad le exige el cumplimiento de roles específicos a sus pechos, sexuales y lactantes.

*[P] Hoy me despido de la lactancia después de cuatro años y medio. En este último año ha sido secreta, **para evitar la presión social y familiar. A mi no me importan las miradas escandalizadas de la gente, ni los comentarios ni las burlas, pero cuando empezaron a meterse con Gael para presionarme a mí, me dio muchísima rabia. La sociedad se siente muy molesta ante la unión mama/bebé y está obsesionada con separarnos, pero es muy difícil explicarle a la gente, así que yo simplemente les decía: "dejadnos tranquilos, no hacemos daño a nadie". Cuando Gael empezó a darse cuenta de la presión social acordamos que la teta solo cuando estuviéramos los dos solos, o con papá. La hemos disfrutado muchísimo, pero ojalá hubiera podido dar teta sin tener que ocultarme. Hoy estoy más convencida que nunca que hay que reivindicar el derecho de todas nosotras a elegir o no la lactancia materna, y acabar con la presión social para que ninguna mujer y ninguna cría tengan que ocultar su lactancia prolongada.***

Esta tensión sobre el territorio del cuerpo femenino promueve la aparición y crecimiento del lactivismo. Se define el lactivismo, desde la mamasfera, como un compromiso social y político para reivindicar el derecho de las mujeres a amamantar sin presiones o censuras en cualquier lugar. Sin embargo, explica Gimeno, el manual de lactancia materna en espacios públicos no tiene ni "una sola crítica a la cultura patriarcal que sexualiza el cuerpo de las mujeres más allá de su propio deseo y de su disposición" (Blum, 1999, p.40 en Gimeno, 2018). Se consigue entonces un activismo por la normalización de la lactancia materna como un acto natural sin interferir ni alterar en el sistema de sexo-género que ubica a las mujeres como seres humanos de segunda categoría, y, por ende, también cuerpos en ineludible disposición sexual de los otros.

*[P] La Importancia de la Lactancia Materna: Un Compromiso Social y Político. La sociedad tiene un papel crucial en apoyar la lactancia materna. **Es necesario desafiar y cambiar las normas culturales que sexualizan los pechos femeninos y ven la lactancia en público como un acto vergonzoso o inapropiado. En lugar de ello, debemos celebrar y normalizar la lactancia materna como un acto natural y vital para el desarrollo de nuestros hijos. Al***

*valorar y apoyar la lactancia materna, estamos construyendo una sociedad más fuerte, saludable y equitativa para todos.*

El lactivismo costarricense presenta una forma declarativa de crítica contra la censura de la lactancia en espacios públicos, en contra de la sexualización de los pechos, pero sigue siendo desde un lugar doméstico, se exige que el cumplimiento de su rol biológico de maternidad y lactancia se normalice, no desde su perspectiva animalista y sucia, sino desde una visión superior cercana a la naturaleza y a lo divino. Aunque el recurso retórico de las mujeres como animales mamíferos también es utilizado para justificar la lactancia por encima de otros métodos de alimentación posibles.

*[P]¿Comerías o prepararías tu comida en el baño? Si tú no lo harías... entonces, ¿por qué las mamás y sus bebés deben hacerlo? Protejamos la lactancia materna y promovamos espacios dignos para ella.*

Por eso los argumentos lactivistas varían entre el carácter natural, biológico e instintivo de la lactancia; y el carácter científico y médico, según sea su conveniencia. El estratagema de este activismo se concentra en la réplica de argumentos de autoridades médicas y científicas que avalan la lactancia, atacar a los referentes médicos que promueven la leche de fórmula. La tensión se encuentra en la mamasfera cuando estos argumentos se presentan al mismo tiempo que el carácter retórico de su contenido con argumentos biológicos, instintivos y animalistas para lidiar con el rechazo social de la lactancia en la esfera pública.

*[P] Nunca temas amamantar en público. Si las personas observan la lactancia materna se ira normalizando poco a poco en nuestra sociedad. **¿Alguna vez te sentiste incómoda mientras amamantabas en un lugar público?** ¿Cuál fue tu reacción? ¿Te sentiste Sola? ¿Vulnerable? □□□ Nosotras somos libres de tomar nuestras decisiones y cada una decidimos como amamantar en público, no estás sola□□□ en Liga de La Leche México #Ligadelaleche #LLLReynosa te acompañamos en este bello chichi-camino. En nuestra sociedad tristemente la lactancia materna aún no está normalizada, a veces, **olvidamos que somos mamíferos y nos cuesta mucho trabajo respetar los procesos biológicos y las necesidades de nuestros pequeños.** En la liga de leche encontrarás ese apoyo para seguir con tus metas de lactancia materna. Si las personas observan la lactancia materna, se irá normalizando en nuestra sociedad.*

El carácter biológico de la lactancia promovido en la mamasfera no le exime de su carácter cultural, porque estos múltiples significados que se le otorgan a las prácticas corporales contienen también las interpretaciones culturales que se legitiman y consolidan sobre el cuerpo, en el contexto de relaciones de poder desiguales. La tensión cultural que se dirime en nuestra sociedad y es visible en las comunicaciones de la mamasfera se establece con

base en la noción de que la lactancia constituye una exigencia y obligación ética y moral para las madres, pero, a su vez, se le exige a estas mismas mujeres a cumplir su rol en el ámbito privado, lo que las relega de nuevo a la caverna, al hogar, a la casa, a donde supuestamente pertenecen.

### **Tensión 3. Amamantar, el privilegio del placer**

El amamantamiento es sexual y puede llegar a ser erótico, lo que está relacionado con la agencia de las mujeres sobre su propio placer, sin embargo, es un tabú del cual no se habla con frecuencia. El tabú comienza con la lactancia pública de niños mayores (aproximadamente más de 2 años), porque estos ya no son ni tienen la apariencia asexual de un bebé. Las presiones para destetar a estos "niños grandes" suele ser inevitable en los relatos e historias de las mujeres que amamantan. Científicamente, se subraya que la leche sigue alimentándolos, por eso la presión para finalizar la lactancia se relaciona con mayor frecuencia con la idea de que esta práctica quebranta la heterosexualidad mandataria porque pone el cuerpo sexualizado de las mujeres a disposición de alguien distinto a los hombres adultos (Blum, 1993; Carter, 1995; Gimeno, 2018).

*[P] “Hasta cuando le vas a dar teta?” “Después de los 6 meses la leche materna ya no alimenta!!” “Ese bebé está muy grande para tomar teta” Cuantas hemos escuchado estas frases y muchas más respecto a la lactancia materna a término? Dar de mamar hasta que bebé y mamá quieran es lo normal y lo natural, la leche materna sigue alimentando ya que cambia su composición según las necesidades específicas de cada bebé o niño!! A esta mamá   no creo que le importe mucho la opinión de los demás con respecto a si su bebé está muy grande para tomar teta*

Según Lagarde, el erotismo femenino es exclusivo del cautiverio de las putas, esto que caracteriza a este grupo de mujeres como la concentración del eros y del deseo femenino negado, la sexualidad prohibida y negada. Por otro lado, las madresposas son virginales, buenas, fieles, castas y deserotizadas. (Lagarde y de los Ríos, 2011). Como explica Gimeno, "los pechos marcan el lugar del conflicto entre la virgen y la puta, el cuerpo maternal y el cuerpo sexual" (2018, p. 129) la tensión cobra fuerza cuando estos dos cuerpos se funden en uno solo en la diada bebé-madre y esta conexión hace posible el placer sexual entre los protagonistas. Estas mujeres en tensión son putas, porque muestran su cuerpo, una de las partes más eróticas del cuerpo femenino, los pechos, y esto es una actitud erótica particular de las putas, mostrar su cuerpo públicamente. Las vírgenes son

buenas, lo que incluye el ejercicio de una buena maternidad y, a su vez, la lactancia materna de las crías es considerado tótem de la buena maternidad.

En los términos de la mamasfera, se trata del ciclo sexual de las mujeres y el reconocimiento de su propio deseo, placer y bienestar. La dirección y orientación de estas comunicaciones tienden a ser favorables a la concepción de la maternidad como una etapa de la vida sexual y al mandato de las mujeres a gozar del deseo materno.

*[P] "Cada vez más mujeres se atreven a vivir con placer la lactancia materna. Cada vez más mujeres ejercen su derecho a amamantar el tiempo que deseen, **gozando y a la vez reconociendo su propio deseo**. No caben dudas de que la lactancia materna implica una vida más saludable tanto para la mamá como para el bebé. Y se conocen ampliamente los riesgos para la salud de no amamantar. No hay otras prácticas de salud que tengan el potencial de mejorar las oportunidades de vida, salud y bienestar de la población a corto y largo plazo como la lactancia materna, por eso es necesario garantizarle a la mujer las herramientas necesarias para que puedan adoptar una decisión autónoma y una buena práctica. **La maternidad es una etapa de nuestra vida sexual y la lactancia forma parte del ciclo sexual**. Y como tal, a medida que las barreras de la inhibición que impuso la cultura se van derribando **la mujer cada vez más puede gozar de este encuentro que implica salud y bienestar por el camino del placer permitiéndose sentirlo**, apropiarse de la confianza en su propio cuerpo, recuperando la maternidad y la cultura biológica, emocional e intelectual propia. Que la mujer sufra menos riesgo de osteoporosis, de cáncer de pecho y de ovario, de enfermedades cardiovasculares, de artritis reumatoide, de diabetes tipo 2, no es lo que la mueve a dar el pecho, sino la pura **sensación de placer mutuo que se ofrece el binomio cuando la tibia leche de los pechos de la madre se desliza en la boca de su hijo. El instante en que entra en contacto los labios del bebé con el pezón de la madre y las sensaciones que despierta**, va más allá de la apreciación intelectual de los beneficios para la salud. La lactancia materna va de la mano de la salud y el bienestar físico y psíquico, y la naturaleza le otorgó sabiamente a este acto de amamantar el **privilegio del placer a ambas partes de la diada**, aunque la modernidad y la cultura hayan hecho lo imposible por muchos años por ignorarlo y la sociedad haya borrado del **mapa el deseo materno**. Gestar, parir, amamantar, forman parte del ciclo sexual y reproductivo. Las mujeres apostamos a la salud y al bienestar cuando completamos el ciclo". Lic. Mónica Tesone – Psicóloga.*

La tensión es todavía más conflictiva al aceptar la innecesaria participación de los hombres en este encuentro que produce placer erótico. Al respecto, se especifica que en los celos que pueden llegar a sentir hombres heteronormativos respecto a la lactancia materna que produce gozo sexual, se encuentra la explicación de la negación a esta práctica en espacios públicos y con niños mayores. Aunque también puede ser motivo para rechazar la lactancia desde el nacimiento, ya que "el bebé amenaza el derecho del marido sobre los pechos de su mujer" (Gimeno, 2018, p. 129). La condición de pareja romántica entre el bebé y su madre ha sido un objeto de estudio desde la psicología, pero no resulta más que una extensión de

su relación monogámica marital, por lo que es comprensible que se regule bajo los mismos principios de sumisión y entrega. Esta condición de espejo o extensión del matrimonio es lo que hace difícil compartir la lactancia con niños de otras madres. Es una relación que conlleva mucha intimidad física y emocional:

*[M] Constatar que no hay nada que le guste tanto como pegarse a la teta. **Nunca me había sentido tan amada.***

*[M] Como un privilegio de poder compartir con él tantos nutrientes y conexión! Y aunque es cansado levantarse en las madrugadas a extraerse leche, (mientras él duerme), ayer pensaba que dentro de un tiempo, ya no lo haré y lo voy a extrañar! Así q es una mezcla entre cansancio, nostalgia, satisfacción y definitivamente ☐!*

Esto se relaciona con la definición de erotismo de la madrespasa expuesta por Lagarde, "no existe por si y menos para la mujer de manera directa" (2011, p. 793), es un erotismo que está siempre para los otros -ya sean esposos, parejas, amantes, hijos, sacerdotes, líderes políticos o jefes- al punto de asumir que su cuerpo siempre es una mediación y no un fin. Por eso la tensión es compleja, cabe el cuestionamiento sobre si el placer sensual de las mujeres vivido en la lactancia es para ellas mismas o lo ponen a disposición de este otro. Cabe también la duda respecto a la reciprocidad entre los actores de la lactancia, parece normalizado que las mujeres pongan el sentido de sus vidas a merced del proyecto de vida de otros, aunque estos otros sean sus hijos, con una completa falta de reciprocidad adherida a la costumbre, dadas las características de la mayoría de sus interacciones cotidianas a lo largo de su vida (De Miguel Álvarez, 2014, p. 192).

Ester Massó ha sido promotora del reconocimiento del deseo lactante, asumiendo que los cuerpos femeninos están dotados de glándulas mamarias que son capaces de eyectar leche, "por una cuestión evolutiva, dicha eyección láctea (...) suele resultar de gran agrado para las personas que involucra" (2013a, p. 516). Las similitudes a las eyecciones de semen se encuentran en los relatos de la mamasafera cuando se requieren estrategias para promover la producción y extracción de leche, el entorno y actitudes planteadas como consejos, se bosquejan como una masturbación que requiere una alusión a esta relación romántica con el cuerpo lactante, la cual, exige privacidad, liberación de oxitocina, pensar en el bebé, un masaje, pensar en una cascada o una fuente fluyendo...

*[P] Extraer leche, en medio de preocupaciones ☐*

*Si sos una mamá que está en el grupo exceptuado de realizar el aislamiento y salís a trabajar, puede suceder que al encontrarte en la situación de extraer tu leche notés que no lograrás sacar tanto como antes. Esto no se debe a que tu producción de leche se ha detenido, sino a que el estrés puede afectar temporalmente el reflejo de eyección de leche (a veces llamado "bajada"). Así, la extracción puede verse afectada por tu estado de ánimo, especialmente cuando estás extrayendo leche en lugar de amamantar directamente. La producción de leche es estable en términos generales, continuará incluso si la madre está inusualmente estresada, no come ni bebe tanto como de costumbre o se enferma. ¡Tu cuerpo siempre dará prioridad a tu bebé! Entonces, que se nos dificulte extraer leche tiene que ver más con el reflejo de eyección de la leche, que con la producción.*

*Ideas para alentar la bajada de leche:*

*. Modificar el lugar donde amamantas o extraés tu leche, haciéndolo más comfortable. La poca iluminación, los asientos cómodos, **la privacidad y la calidez pueden ser útiles**. Pensándolo como una ¡"cita con alguien especial"! para ayudar a que las hormonas fluyan.*

*. La magia del tacto. **Un abrazo o un masaje antes o durante la extracción de leche pueden ayudar a liberar la oxitocina, la 'hormona del amor'**, que favorece la extracción de la leche. Si no hay nadie disponible, intentá envolver una bufanda o un chal alrededor de tus hombros y el pecho; esta zona está cubierta con receptores de oxitocina, ¡por eso un abrazo se siente tan reconfortante!*

*. **Pensar en el bebé**. La vista, el sonido, la sensación y el olor de tu bebé ayudan a que tus hormonas fluyan. **Ver una foto, oler una prenda o realizar una videollamada para verlo pueden ayudar al reflejo de eyección.***

*. Relajación profunda. Esta pista, de descarga gratuita, se ha demostrado que ayuda a las madres de bebés prematuros a bombear más: También se puede experimentar con un método propio de relajación profunda o con la música preferida*

*. Visualización. Algunas madres encuentran útil cubrir la botella del extractor con un calcetín para que no puedan ver qué tan rápido se está llenando. En lugar de concentrarse en el goteo lento de leche en la mamadera, **puede pensar en la mamadera llenándose rápidamente, su bebé tragando leche en el seno, ¡o imaginando una cascada, una fuente o géiser!***

*. ¡Tu bebé puede ayudarte a mejorar las extracciones! usando un sacaleche en el otro pecho mientras lo amamantas, así se aprovecha la bajada de leche que se da en ambos pechos.*

*. ¡Ríe! La risa promueve la liberación de oxitocina. Mirar una película divertida o encontrar a tu comediante favorito en línea seguro ayuda a relajar*

Massó (2013a) plantea que, para que la lactancia suceda, tiene que establecerse con éxito este tipo de relación sensual entre las dos personas lactantes, a este conjunto le llama "corporalidad lactante". porque no es posible uno sin el otro. Es por esto por lo que la producción de leche disminuye cuando el lactante no está junto a la madre y por lo cual la

extracción de leche deba incitarse con mecanismos eróticos, como los expuestos en la mamasfera cuando el estrés y la angustia pueden afectar la producción de leche:

*[P]El estrés y la angustia, ¿pueden afectar la producción de leche? □*

*Algunas ideas para atravesar esos momentos:*

- **Generar un clima que nos de tranquilidad: un baño tibio, masajes de tu pareja, contar lo que sentimos para hacerlo circular, esencias/aromaterapia, o simplemente tomarte unos minutos en otra habitación. Luces tenues y sonidos suaves ayudan al bebé también.**
- **Llevar nuestros pensamientos hacia nuestro bebé, tratando de no pensar en aquello que nos genera ansiedad/angustia.**
- **Encontrar un espacio para amamantar solos.**
- *Comprender que a veces los bebés lloran por otros motivos que no están relacionados a la lactancia.*
- *Y confiar, en vos, en tu bebé, en este equipo.*

*Hasta hoy, la lactancia, con sus altibajos, dudas y momentos más complicados, fue una lista muy larga de ventajas. Sumemos una más: incluso cuando la situación constituye un desafío, la lactancia suele facilitar la vida.*

Esta última publicación expone que el deseo lactante y el placer de la lactancia materna de la madre debe relegarse al cumplimiento biológico de alimentación mamífera de las crías, ya que debe forzar la eyección de leche para proporcionarla al lactante. Esto podría ser contradictoria con lo expuesto previamente sobre las razones por las que el lactante demanda el acto de amamantar, las cuales pueden ser distintas al hambre, aludiendo a un espectro considerable de posibilidades entra las cuales se incluye el mero contacto físico.

Resulta imperativo exponer aquí el carácter problemático de la desigualdad de condiciones entre los actores de la corporalidad lactante. La relación afectiva que promueve la lactancia entre el bebé y su madre es tensa porque no es igual a la relación afectiva de esta misma mujer con personas adultas, el razonamiento de las mujeres para amamantar se fundamenta en el complejo de normas sociales y valores culturales asignados a la lactancia, como el amor, la libertad, la buena maternidad, el empoderamiento y el bienestar comunal. Sin embargo, las capacidades de razonamiento de un recién nacido no se han desarrollado y solo se guía por la necesidad de satisfacer pulsos biológicos como el hambre, entre otros. La desigualdad de realidades, intereses y capacidades de interpretación entre los actores no

permite que exista una responsabilidad afectiva en ningún momento durante el proceso de lactancia. Este es un elemento central relacionado con la subordinación de las decisiones conscientes e informadas tomadas por la madre frente a la eventual necesidad de la persona infante.

La desigualdad se agrava considerando la cuestión de clase, ya que al parecer el placer sexual en el amamantamiento es posible disfrutarlo solamente para mujeres educadas que lleguen a comprenderlo, sin caer en la culpabilidad o tabúes sobre la sexualidad femenina. Sobre esto, en la mamasfera se identifican relatos que permiten comprender la discusión de la visión erótica adulta de la lactancia y las diferentes perspectivas al respecto. Para algunas mujeres es un problema de las personas adultas al erotizar la relación de lactancia en mayores de dos años, se encuentra incongruente con la paralela normalización de la violencia en las infancias. Por otro lado, una mujer de la mamasfera expone que la interpretación de estos cuerpos lactantes va a depender de cada entorno familiar o social, es decir, de la clase socioeconómica a la que pertenezca la familia del cuerpo lactante:

*[P] Hoy me despido de la lactancia después de cuatro años y medio. La hemos disfrutado muchísimo, pero ojalá hubiera podido dar teta sin tener que ocultarme.*

— *[M] A mi, me preocupa sobremanera los porqués de la presión social. El arraigamiento de una visión erótica adulta de la lactancia en mayores de 2 años, incluso a veces antes y a la vez la permisividad y la naturalización de la violencia. Ver una madre y su criatura lactante de más edad de la que la sociedad considera aceptable genera repulsión pero ver unos dibujos donde se están machacando a palos literalmente se considera natural, aceptable e inocuo. Mi abuela con sus 98 años dio lactancia a uno de mis tíos hasta los 7 años y nadie la cuestionó, nadie les hizo sentir mal a ninguno de los dos. ¿En qué momento hemos empezado a considerar que ver matar a alguien o pegar a alguien es más natural que un acto de ternura como es la lactancia?*

— *[M] creo que la presión social no es en sí misma un problema en cada caso y no estoy muy segura de que ese contraste que argumentas entre la naturalización de la violencia y el rechazo a lactancia sea tal cual. **Creo que depende mucho más del entorno familiar y social** inmediato de cada madre e hijo. Yo tuve a mis hijos a principios del año 2000. Nadie en mi familia ni afuera comentó jamás nada negativo con respecto a mi momento de lactancia. Ambos nenes se destetaron solos, mi nena a los 3 años cuatro meses y mi nene a los dos años y medio. Di el pecho incluso durante mi embarazo a la nena mayor. Mi mamá sólo una vez me dijo "y no les hará daño que sigan? A mí me dijeron que destetara a tu hermano porque era malo hacerlo". Yo le dije que lo seguiría haciendo y ella nos respetó. Sólo opinó desde su experiencia y deseo de cuidar de mí y de mis hijos y aún así me respetó como madre y como adulta. Mi padre, mis hermanos (ambos varones) jamás opinaron algo*

*desfavorable al respecto. Tampoco mis abuelos, tíos, amistades. Así que yo creo que todo parte de nuestro ambiente social cercano. Es allí donde podemos y debemos trabajar.*

— *[M] y si se trata de un tipo de erotismo madre/hijo, ¿qué? Este es el problema. Que la sociedad no quiere tragarse eso porque se trató de eliminar culturalmente hace mucho tiempo.*

Se concluye esta tensión tomando el último comentario de la anterior publicación "y si se trata de un tipo de erotismo madre/hijo, ¿qué?" y el cuestionamiento respecto a las posibles conclusiones o efectos políticos de la normalización de una lactancia erótica que genere placer sexual para ellas. ¿Qué tan liberador es el deseo materno respecto a las estructuras desiguales de poder entre hombres y mujeres, si la trinchera de la lactancia sigue siendo doméstica?

### **Contradicciones**

Como resultado del análisis, se identifican tres grandes contradicciones presentes en la mamasfera. Primero, la fuerza emotiva que sostiene el contundente posicionamiento de las mujeres madres en contra de *la leche de fórmula* por sus supuestos efectos negativos se contrapone con la utilidad de esta como alimento complementario para el desarrollo de los infantes y los beneficios que ha generado para muchos niños y niñas que la han requerido en situaciones concretas de salud y otras.

La segunda contradicción se evidencia en la noción de la *lactancia gratuita*, ya que esta idea no es coherente con la realidad social desplegada en torno a la lactancia, la cual se caracteriza por una comercialización constante de la leche materna y la generación de un mercado alrededor de esta, es decir, el amamantamiento se ha convertido, en el marco del sistema económico capitalista vigente, en un gran negocio para los hombres y los gobiernos. Como lo explica Silvia Federici (2013), el capital ha logrado construir una masa de trabajo gratuito y a su vez, ha imposibilitado que las autoras de este trabajo se revelen contra él, porque lo posiciona como un acto de amor propio de la identidad femenina.

La tercera gran contradicción se refiere al carácter activista de la lucha de estas mujeres madres, quienes se autodefinen como lactivistas, en términos de que su accionar -tanto discursivo como práctico- en pro de la lactancia materna, el cual, según ellas, se basa en el

empoderamiento de las mujeres; no ha implicado o procurado una transformación profunda estructural del sistema sexo-género que enmarca el ejercicio de la lactancia. En otras palabras, aunque en ocasiones en el plano narrativo se plantea el empoderamiento de las mujeres madres, no hay evidencia de que este se materialice en acciones concretas vinculadas con la participación de ellas -entendidas como sujetos políticos- en el espacio público sin que se haga alusión al derecho de una otredad (por encima de sus propios derechos). En esa línea, también se promueve la *lactancia intensiva*, la cual en varios sentidos exige o conlleva el retorno de las mujeres a lo doméstico para ejercer de forma exclusiva la maternidad. En suma, la noción de empoderamiento es contradictoria con la práctica de reclusión en el hogar, entre otras.

### **Contradicción 1. Ni una gota de fórmula**

Esta contradicción se basa en la consideración de la leche de fórmula como amenaza al bienestar de los bebés o una atrocidad que pone en riesgo el vínculo afectivo entre las partes. Gimeno (2018), explica que las campañas de las instituciones de salud internacionales no se detuvieron en demostrar que dar de mamar es la mejor opción, sino que procuraron declarar que la leche de fórmula es un riesgo. En ese contexto, la fuerza emotiva dada a este tipo de mensajes tuvo como consecuencia el hecho de que se asumiera, por ejemplo, un peligro de muerte para las personas infantiles a las que se les suministrara leche de fórmula. De esta manera, se infundió temor por medio de campañas informativas desarrolladas por centros de atención médica, que, al final, generaron sentimientos de culpabilidad y conflictos con la construcción de su propia identidad femenina a aquellas madres que, por diversos motivos, no pudieron amamantar.

*[M] Mi parto fue humillante.... Y eso más mi condición médica no logré amamantar.... Fue doble golpe a mi maternidad.... Pero tengo una hija, sana, inteligente, fuerte y hermosa. Eso me ayudó a sanar. Sin embargo, anhelo mucho haber podido amamantarla....*

En el relato anterior, se puede observar la contradicción descrita. El mensaje comunicado por las organizaciones pro lactancia es alarmista respecto al uso de fórmula por el bienestar, salud e integralidad y supervivencia del bebé. En las narrativas del universo de beneficios y manual de lactancia no se plantean o admiten formas alternativas de hacer crecer integralmente a los bebés que no sea por medio de la leche materna, sin embargo, la hija de esta mujer, que manifiesta de forma explícita que no pudo amamantar, creció "sana,

inteligente, fuerte y hermosa". Por lo anterior, se puede inferir que la fundamentación del discurso de las organizaciones prolactancia no radica en el sano crecimiento de los infantes si no en la defensa del acto de amamantar en sí mismo.

*[M] Hola quisiera una sugerencia. Cuando mi hijo era un bebé lo llevé al pediatra y me dijo que mi leche era suficiente pero muy liviana, que no tenía suficiente grasita y por eso mi bebé no subía suficiente de peso entonces **me recomendó darle fórmula y pecho. Eso ya hace algunos años, ya mi hijo está grande pero ahora estoy esperando bebé y no quiero que me pase lo mismo porque solo quiero darle pecho cuando nazca. Lo que quiero saber es si hay algún alimento específico que pueda consumir que produzca leche con más grasita como la pediatra en ese momento lo dijo.***

La lactancia mixta consiste en alternar el dar de mamar y ofrecer leche de fórmula a las personas infantes, según las necesidades de las mujeres y el entorno familiar. Según el fragmento anterior, esta parece una estrategia funcional para el logro de un buen crecimiento y el desarrollo de los bebés, ya que, el hijo de esa mujer logró superar la supuesta muerte súbita que implica ofrecer sucedáneos de leche materna a los lactantes y atender el propósito inmediato de su crecimiento. Sin embargo, como lo muestra el texto, el sentimiento de culpabilidad por haber accedido a la lactancia mixta persiste en ella, dada la vigencia del imperativo moral de amamantar exclusivamente. Esta situación ha tenido implicaciones muy fuertes para parte de la población de madres lactantes, ya que, según Lagarde (2011), "hay madresposas que se suicidan ante la culpa de una fallida maternidad" (p. 704). Así, las mujeres madres se convierten en sus propias acusadoras y juzgadoras.

*[M] No sé qué decir... Mi hijo mayor y el de en medio, LME, 18 años después, nace la bebé, parecía que yo no daba abasto, la dejé que tomara lo que quisiera y cuanto quisiera y al mes estaba hospitalizada porque gastaba mucha energía en la succión. **Le dieron complemento de fórmula y en 10 días nos dejaron ir a casa. Tomó biberón más tetita un mes, luego dejó el biberón (gracias a Dios) y ya tenemos nueve meses de feliz vida de Lactancia Materna. Aunque yo todavía me pregunto qué sería lo que pasó, casi se me arruina la vida de mamá con tener que darle el bendito biberoncito.***

— *[O] a veces es difícil los primeros meses y hay que prestar mucha atención a las señales que estén recibiendo suficiente leche como pañales mojados, cacas, energía de bebe, crecimiento, etc. **Hiciste lo mejor que podías en ese momento y el biberón es una herramienta que hay que usar a veces. Me alegra pudiste lograr la lactancia materna exclusiva que quisieran después. Que lo disfruten mucho,** □*

- *[M] **Todavía creo que el biberón fue un error. No hay mejor opción que la tetita de mamá.***

El relato expuesto por esta mujer refleja de nuevo la contradicción. Al parecer, en el hospital le suministraron leche de fórmula a su hija ante una situación médica delicada. En esa línea, a lo que no se refiere la mujer en esta historia es al vínculo entre el acto de proporcionarle sucedáneo de leche suministrado ("le dieron complemento de fórmula") y la estabilización de salud del bebé ("en 10 días nos dejaron ir a casa"). En otras palabras, la intensidad del repudio a la leche de fórmula es tal que se plantea como una ruina a la maternidad de esta mujer ("casi me arruina la vida de mamá con tener que darle el bendito biberoncito") a pesar de que la salud de su hija mejoró por esta intervención. Por otra parte, la respuesta de la organización prolactancia evidencia esta contradicción, ya que expone que la leche de fórmula es "una herramienta que hay que usar a veces", pero se insiste no solo en la LME sino en la idea de que esta es un logro que se debe disfrutar, sin tomar en cuenta las implicaciones que tiene para las mujeres madres. En ese sentido, la mujer insiste, a pesar de la respuesta afirmativa de la organización sobre el uso de la fórmula en este caso, en que el biberón fue un error, ya que no existe mejor opción que el dar de mamar.

*[P] A veces la suplementación es necesaria. Hacerlo en el seno (ya sea con leche de donante o con fórmula) puede ser una manera de ayudar a aumentar el suministro de leche materna, alentar el fortalecimiento del agarre y continuar desarrollando la lactancia materna.*

En algunas escasas ocasiones, las organizaciones prolactancia han dejado claro que existen situaciones que requieren de la suplementación con leche de fórmula, lo que contradice sus constantes posicionamientos, la mayoría con un tono alarmista, en contra del biberón y el uso de sucedáneos de leche materna. En el siguiente relato, se aprecia esta disyuntiva:

*[P] 7. Queda prohibido el uso del chupón y la fórmula si lo que quieres es una larga lactancia materna exitosa. Si quieres suplementar, vos tenes una fuente interminable de lechita en tus pechos porque entre más te saques más produces, no sos una caja de leche que se vacía, mas bien un grifo, que entre más abrimos más sale, sacate leche y ofrece en jeringa, vasito, con pajilla o cucharadas.*

En este caso, se utiliza una estrategia comunicativa de estratagema a partir de metáforas. Se plantea en las narrativas que las empresas de leche de fórmula son enemigas explícitas de la lactancia, se les reconoce como zorros y a las mujeres como pollos, en una clara metáfora del peligroso zorro y las inofensivas gallinas o pollos. En esa línea, se refuerza que la

información del movimiento lactivista está sustentado en evidencia científica, por tanto, validada.

*[P] Recibir consejos de lactancia de las empresas de fórmula es como si los pollos recibieran consejos de los zorros! Durante 64 años, nos hemos especializado en información basada en evidencia así como en el apoyo a la lactancia materna, sin juzgar.*

Esta metáfora es constantemente reforzada con publicaciones que exponen dos argumentos simultáneamente: el potencial de la lactancia materna para mejorar la oportunidad de vida y bienestar de la población a corto y largo plazo (narrativa de universo de beneficios) y el argumento de los reconocidos riesgos para la salud de no amamantar. Sin embargo, estos últimos riesgos no se detallan nunca en la mamasfera, se asume que los riesgos de no amamantar son la pérdida de todos los beneficios de si hacerlo. Esta omisión es indicativa del tipo de proceso comunicativo que se desarrolla, de manera concreta respecto a las estrategias utilizadas en la defensa de la lactancia materna por parte de los colectivos abordados.

*[P] "Cada vez más mujeres se atreven a vivir con placer la lactancia materna. Cada vez más mujeres ejercen su derecho a amamantar el tiempo que deseen, gozando y a la vez reconociendo su propio deseo. No caben dudas de que la lactancia materna implica una vida más saludable tanto para la mamá como para el bebé. Y se **conocen ampliamente los riesgos para la salud de no amamantar. No hay otras prácticas de salud que tengan el potencial de mejorar las oportunidades de vida, salud y bienestar de la población a corto y largo plazo como la lactancia materna**, por eso es necesario garantizarle a la mujer las herramientas necesarias para que puedan adoptar una decisión autónoma y una buena práctica. La maternidad es una etapa de nuestra vida sexual y la lactancia forma parte del ciclo sexual.*

La promoción lactivista de la leche materna llega a tales extremos que se plantea la necesidad de ofrecerla a los lactantes, aunque estos la rechacen, lo que contradice una idea fundamental expuesta por estos colectivos: el prototipo de bebé que toma, succiona y se alimenta de la forma más mamífera e instintiva, es decir, la concepción adherida al infante de sujeto con capacidades para determinar esta vía de alimentación como su forma predilecta y necesaria. El manual de lactancia ofrece una solución a este problema, darle al lactante la leche cuando está dormido, pero "ni una gota de fórmula". Persiste aquí el tono alarmista descrito, en tanto se asume un peligro respecto a la leche de fórmula, sin que se detallan los riesgos o afectaciones que sufrirían las personas infantes que la consuman.

*[P] 4. Investiguen sobre crisis de crecimiento y huelgas de lactancia. Nosotros NO vivimos ninguna crisis de crecimiento pero si una eterna huelga de lactancia desde los 3 meses hasta casi los 10 meses, mi bebé era dormilón, nunca pedía teta, se distraía fácilmente, nunca mamo más de 5 minutos y después de los 3 meses prefería cualquier cosa antes que mamar, algo que una mamá sin información confunde con "me rechazó el pecho" para caer al chupón. Nuestra solución: darle dormido o adormilado. Y obviamente JAMAS ofrecerle ni una gota de fórmula, en todo caso si me sentía insegura de que estuviese comiendo lo suficiente ME EXTRAÍA MI LECHE, y se la daba con jeringa o bolsita.*

El argumento lactivista para la normalización de la lactancia -sobre todo la exclusiva- tiene severos efectos en el deterioro de la autoestima de las madres, ya que se asume que para lograrlo -LME- se requiere determinación y confianza. Por lo que se acepta que aquellas madres que no amamantan y que ofrecen leche de fórmula son las que no tienen determinación ni confianza en sí mismas, es decir, son madres débiles "que sucumben a malos consejos y baches". De nuevo, se plantea una estrategia comunicativa basada en las metáforas, la lactancia es un diamante y la leche de fórmula una piedra de río, nadie que razone lo suficiente, elegiría la piedra.

*[P] El requisito para lograr una lactancia exclusiva exitosa es: Tener la determinación para hacerlo con la fuerte convicción de que lo puedes lograr (lastimosamente una mamá que no confía en sí misma y que tal vez no está tan determinada en lactar, pues muy probable sucumba a tanto mal consejo y baches que hay) Y lo digo, pues si, mi determinación **era nunca darle NI 1 SOLA GOTA DE FORMULA a mi bebe.** Pues para mi, escoger dar formula teniendo **posibilidad de dar LM es como tener un diamante y dejarlo por una piedra de río.***

En un primer momento, se plantea que las corporaciones de leche de fórmula son el zorro que quieren devorar a las mujeres (pollos) con sus consejos de consumo, al menos alterno, de su producto. Ahora, se presenta la leche materna como un diamante respecto a la piedra que constituye la fórmula. El desprecio por las alternativas o sucedáneos de leche materna en las narrativas de estos colectivos es explícito.

Otro aspecto negativo de la leche de fórmula señalado en los relatos es que requiere establecer horarios para su consumo, ya que se dosifica en cantidad y frecuencia, considerando las características físicas de cada bebé; lo que deja en manos de la persona adulta la administración de la alimentación de la persona infante. Esta característica es proyectada como un obstáculo para el amamantamiento fisiológico, que es regulado por el bebé.

En esa línea, resulta oportuno subrayar que gran parte del ejercicio de la parentalidad, entendida en su multidimensionalidad y complejidad, tiene que ver con la responsabilidad de velar por la buena alimentación de los hijos y las hijas, lo que exige la definición de horarios y de cantidades apropiadas de alimento, así como una constante evaluación de la incidencia de estos factores en el crecimiento de las personas infantes, entre otros. Por otro lado, no parece acertado o razonable pretender que estos procesos sean definidos y regulados -en sentido estricto- por las personas infantes, en tanto no poseen información contextual para valorar las implicaciones de sus decisiones, ni siquiera están conscientes de la toma de decisiones implícita en el acto de amamantar. Lo anterior, en términos de valorar las consecuencias reales de los procesos de alimentación no solo en la persona infante sino en la madre que alimenta.

Además, el establecimiento de horarios puede leerse desde la perspectiva de las mujeres madres como una condición que permite no solo organizar y distribuir mejor su tiempo y sus agendas, sino también garantizar la cantidad de alimento y la frecuencia necesaria (como sucede con los medicamentos), es decir, requerida por cada niño o niña. Sin embargo, en las narrativas este aspecto no se presenta como una solución a las vidas ocupadas de las mujeres trabajadoras, de clases populares o aquellas que simplemente no desean amamantar.

*[P] Menos cultura, más instinto <3 "En mi experiencia, uno de los motivos por los que fracasa la lactancia es porque se la concibe como si fuera fórmula. La fórmula láctea es una sustancia que hay que dosificar en cantidad y frecuencia teniendo en cuenta edad el bebé, peso, y todas las variables, tal y cual un medicamento que hay que administrar. Es el adulto el que administra y dosifica. En cambio, el amamantamiento fisiológico es regulado por el bebé. Es el bebé, teniendo total disponibilidad de su madre, **el que decide cuánto, cuando, de cuál, etc.** Por este motivo, **las madres recientes que permanecen con sus pechos descubiertos cerca de sus bebés suelen satisfacer sus necesidades por completo.** En cambio, aquéllas que tienen un comportamiento "de fórmula" con la lactancia (cubriéndoselos, impidiendo que el bebé tenga acceso directo, o vigilando horarios entre tomas o duración de las mismas), se suelen encontrar con bebés que lloran más, a los que les cuesta más mamar y a los que a ellas les cuesta más satisfacer." Melina Bronfman*

Es útil subrayar la premisa expresada en los relatos sobre la necesidad de una total disponibilidad de la madre para que el acto de amamantar ocurra cuando la persona infante lo determine. Esto, en honor al universo de beneficios y la satisfacción de las necesidades del lactante, constituye un llamado explícito y obligatorio a las mujeres, a estar a completa

disposición de sus hijos, con los pechos descubiertos e incluso a merced de sus decisiones de cuándo y cuánto tiempo amamantar. Lo anterior es incompatible con una idea de autonomía y libertad de las mujeres, derivada de su condición de madres, es decir, no permite a las mujeres decidir sobre sus propias vidas con lo que se reproduce -tal vez de manera sutil- un ciclo de violencia, dependencia y definición del ser, a través de la medición de los otros (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 16), ya que mi identidad como mujer es construida a partir del ofrecimiento de alguna parte -o totalidad- de mi subjetividad para que otro se construya en una sociedad caracterizada por la desigualdad y el sometimiento de las mujeres.

### **Contradicción 2. El negocio**

La lactancia y la leche materna se presentan en la mamasfera como práctica y producto, como una práctica anti-consumista y promotora del bienestar colectivo; y un producto gratis, ecológico, sostenible, que no requiere envases y no paga impuestos. La forma declarativa respecto a las prácticas de consumo son críticas y enfocadas en culpabilizar, no todas las prácticas de consumo generadoras de contaminación, sino a la industria de leche de fórmula y sus compradoras no solo de la crisis climática sino también de la incertidumbre de la supervivencia de las próximas generaciones.

Estas narrativas no permiten visibilizar los costos de la lactancia, pero, sobre todo, ocultan la existencia de un negocio, articulado sobre la representación simbólica construida sobre esta, que gira en torno a los cuerpos que amamantan. La contradicción reside en la representación discursiva de una práctica y un producto libres de los vicios del sistema económico capitalista, fundamentalmente del afán de lucro; pero se genera y alienta, de manera simultánea, el cuerpo lactante como objeto de consumo (Gimeno, 2018). Sumado a lo anterior, se despliega una enorme oferta de artefactos que incitan el consumismo, por otra parte, la definición de calidad o estilo de vida se establece en relación con el nivel de gasto y *gadgets*<sup>11</sup> vinculados a la lactancia y a la maternidad.

La lactancia materna puede presentar en el discurso como una cuestión gratuita, simplemente porque el costo de su producción y práctica lo asumen las mujeres. En

---

<sup>11</sup> Se refiere a dispositivos o nuevas tecnologías, electrónicos o portátiles.

concordancia, las mujeres madres, según estas narrativas, deben, por un lado, responsabilizarse de la "lucha por la lactancia", la cual deriva en sacrificios y sus respectivas etapas de 'superación del dolor' y el agotamiento, entre otros; por otro lado, asumir esa batalla con felicidad, orgullo y valor. Este escenario es violento en varias líneas.

En primera instancia, porque deriva en la formación de un ser humano acostumbrado no solo a la completa disponibilidad de su madre (una mujer, que ya de por sí a nivel societal se encuentra inmersa en un conjunto de relaciones desiguales de poder basadas en su sometimiento) sino también al servicio y cuidado ejercido exclusivamente por las mujeres, los cuales están dirigidos a garantizar su adecuado crecimiento y desarrollo. En otras palabras, se naturaliza la sujeción de las madres a sus hijos (entendidos como otredad) mediante la satanización del uso de alternativas de alimentación y la comercialización, tanto de su cuerpo (cuando produce leche) como de su supuesta incapacidad para producir y/o la decisión de no amamantar. Todo lo anterior, es un reflejo del sistema socioeconómico predominante, en tanto conjuga las principales características del capitalismo consumista que despoja a ciertas otredades de su propia existencia como de modalidades de interacción humana basadas en la categorización de las personas por su sexo, es decir, el establecimiento de jerarquías, lo que deriva en un ejercicio sistemático de la violencia contra las mujeres, basado en las significaciones dadas a la lactancia, en particular, y a la maternidad, en general. Lo descrito constituye un ejemplo de ejercicio del poder simbólico en una sociedad mediatizada.

En esa línea, asumiendo la casa/hogar como un cautiverio, la felicidad de las mujeres "se construye sobre la base de la realización personal del cautiverio que, como expresión de la feminidad, se asigna a cada mujer" (Lagarde y de los Ríos, 2011, p. 36). Esta expresión de feminidad, Gimeno la expone como un tipo de resignación al cautiverio y energías por manejar lo que le queda de vida, ya que el cuerpo es una arena de lucha y la mujer "ha perdido las riendas de su destino y siente que su cuerpo es lo único que puede manipular. La crianza de los niños puede manipularse poniendo el cuerpo en juego" (Gimeno, 2018).

En ese contexto, la cuestión axiológica resulta central, ya que el marco de valores asociados con la lactancia que se vinculan discursivamente con la noción de empoderamiento, independencia y libertad aceptados por las mujeres en la mamasfera únicamente respecto a

su decisión de amamantar, desde los aportes teóricos feministas están vinculados con la aceptación del hogar como su cautiverio y de la idea de que su realización personal se lleva a cabo dentro de este escenario. Además, la lucha política y mediática emprendida por los colectivos prolactancia es coherente con lo expuesto por las autoras, en el tanto son necesarias para la restauración y el reconocimiento de su identidad como mujeres a partir de la maternidad. Una acotación relevante es que, como consecuencia, la maternidad se define o configura desde la capacidad de darse, de *ser* para otros y no admite identidades diversas, alternas o disidentes.

En ese marco, conscientes o no, las mujeres que forman parte de las organizaciones prolactancia y aquellas que no pertenecen a estos colectivos, pero toman la decisión de amamantar -sobre todo LME y LMP- están cargando el costo de la lactancia sobre sus pechos, sus cuerpos y sus vidas. El no reconocimiento de este estado de cosas, desde la perspectiva de género, constituye un aspecto que podría considerar incluso más nocivo que los envases o los impuestos a cualquier producto legalmente comercializado en el contexto de economías capitalistas. En otras palabras, no se puede omitir que la producción, distribución y comercialización de leches maternizadas son un negocio, y como tal, se disputan la conquista del mercado que representan las mujeres embarazadas y en lactancia. Sin embargo, lo contradictorio deviene cuando la lactancia materna, práctica difundida como una gran panacea, también resulta un negocio para los gobiernos en tanto no deben asumir los costos necesarios en el área de la salud pública y otros.

El carácter político de la lactancia no es solo simbólico, tiene un gran peso material el hecho de que se base en el mandato de que la "salud de la nación es responsabilidad de las madres y desentenderse así del gasto público en maternidad e infancia" (Gimeno, 2018, p. 134). De esta forma, Gimeno (2018) critica que el inmenso mercado generado alrededor de la lactancia materna, y, sobre todo, de la lucha anti-biberón, es igual que la comercialización de productos como la leche de fórmula. Este mercado es amplio y diverso, se compone desde artefactos vinculados a la leche materna como los sacaleches...

*[P] 6. Indispensable un buen extractor eléctrico. No deben costarle un ojo de la cara. Yo tuve uno barato Evenflo sencillo y lo amé.*

Kit recolector de leche materna...

*[P] Nenebu será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque metropolitano la Sabana. Acércate a su stand y **adquiere el kit recolector de leche Materna**. Visita su página web: <https://www.facebook.com/evobbm/>*

#### Donas para lactancia...

*[P] Confecciones Creativas será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque Metropolitano la Sabana. Acércate a su stand y adquiere las bellezas de donas para la lactancia y variantes. Visita su página de Facebook: <https://www.facebook.com/raqvarfon>*

#### Y artefactos asociados a la maternidad, como los portabebés...

*[P] Lluvia **Portabebés Ergonómicos** será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque metropolitano la Sabana. Acércate a su stand y descubre el mágico mundo del porteo ergonómico.*

#### Collares de lactancia...

*[P] **Collares de Lactancia Anto** y Emi CR será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque metropolitano la Sabana.*

*[P] PATROCINADOR EXPO TETARTE COSTA RICA 2019 Adquiera sus productos con precios de pre venta, coordinando directamente con el patrocinador. El día de la feria no se podrá adquirir productos o servicios cancelando en efectivo o por medio de datafono, solamente por medio de transferencia bancaria. **Perla de Leche Joyería** Emprendedora: Dayanna Elizondo Chacón*

#### Trajes de baño para madres...

*[P] Laroci Lencería y Trajes de Baño será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque metropolitano la Sabana. Acércate a su stand y descubre las bellezas de trajes de baño para mamá y bebé para disfrutar del verano.*

#### Estimulación temprana y masajes infantiles...

*[P] Shiny Little Star Estimulación Temprana, Masaje Infantil y Daycare será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque Metropolitano la Sabana. Acércate a su stand y pregunta por todos los servicios que tienen de estimulación temprana para tu bebé, masaje Infantil, estimulación prenatal acústica y muchos más.*

#### Fisioterapia para madres...

*[P] Fisio Mom será una de las expositoras que nos estará acompañando el domingo 15 de marzo en Masivas Tetarte Costa Rica 2020, en el parque Metropolitano la Sabana. Acércate*

a su stand y pregunta por todos los servicios que tienen en fisioterapia para mamá □ Visita su página de Facebook: <https://www.facebook.com/fisio.momcr/>

### Sesiones fotográficas...

[P] Ella es la ganadora de la mini sesión de lactancia del concurso de los 5000 likes. Rosa es una mamá que interactúa bastante en la página, ya sea reaccionando, comentando o compartiendo contenidos, de ésta manera nos ayuda a informar y normalizar la lactancia materna. Estén pendientes, sigan interactuando con nosotras, se vienen más sorpresas. Rosa, esperamos que hayas disfrutado la sesión y gracias por apoyarnos. Gracias a Martha Guzmán Fotografa por el patrocinio.

También se comercializan los conocimientos sobre lactancia por medio de la venta de cursos, talleres, consejerías y asesorías...

[P] **ATENCIÓN** □□Cupo limitado. Curso práctico de manejo de lactancia materna: Dirigido a profesionales de la salud,afines y estudiantes. No incluye alimentación. Acceso a soda. Se brindan detalles del curso

[P]□□SORTEO□□Entre quienes participen estaremos **rifando una asesoría de lactancia y un collar de lactancia.**

[P]Las mamás reciben muchas recomendaciones mientras estan embarazadas, cuando nacen los bebés y a lo largo de la crianza. Pero muchas de las recomendaciones no son constructivas. ¿Que te hubiera gustado saber antes de que naciera tu bebé? ¿Si pudiera decirle algo para apoyar a una mamá embarazada o con bebé recién nacido, que le dirías? □Ofrecemos certificados de regalo a nuestro encuentro con Carlos Gonzalez este 25 de noviembre si gustan comprarle la entrada a una amiga o familiar □

— [M] Que dar leche materna si es posible, es cuestión de confiar en tu cuerpo! Eso si, hay que llenarse de paciencia a la mil! Es duro y brutal pero hermoso!

○ [O] gracias por compartir!!! Es muy importante escuchar estás experiencias de otras mamás que han logrado una lactancia exitosa para que otras madres puedan confiar en que si es posible.

— [M]1- no hay nada igual a la leche materna (**la fórmula la ofrecen como lo mejor porque detrás de eso hay negocio**) 2- lo mejor es realizar rutina de sueño desde el nacimiento.

— [M] Le diría a una mamá primeriza que confíe en sus instinto. Y que sea una mamá informada, que lea bastante pero de fuentes confiables y que no necesariamente lo que le dice su mamá, abuela o vecina o amiga tiene que ser la verdad. Bebé a quien necesita es a su mamá y nada más.

[P] Nos quedan 4 cupos para éste taller, entre quienes asistan se estará rifando un cupo para el taller de cremas de Perla de Leche y una microsesión de lactancia de Martha Guzmán FotografaNos quedan 4 cupos para éste taller, entre quienes asistan se estará rifando un cupo para el taller de cremas de Perla de Leche y una microsesión de lactancia

de Martha Guzmán Fotógrafa. **Aprende a hacer éste fabuloso jabón para la piel de tu bebé con el mejor ingrediente... La leche materna.**

[P] *En el taller de elaboración de jabón con leche materna, gracias a las mamás que nos acompañaron.*

[P] *Las bondades de la leche materna son infinitas, entre ellas tenemos la hidratación y cuidado de la delicada piel de tu bebé, en especial cuando padecen de dermatitis y claro, tu misma puedes hacerle con tu propia leche un producto libre de químicos con la mejor materia prima, por eso abrimos nuestros talleres en Cartago (a petición del público) y nos quedan pocos espacios, si estás interesada nos puedes contactar al inbox.*

[P] *Entre quienes asistan a la charla de Cuidados dentales en niños de 0 a 3 años, estaremos **rifando 2 certificados de consulta**, cortesía de OrtoCartago Dra Beatriz Brenes Obando. La higiene bucal de los bebés durante el periodo de lactancia es vital, por eso te invitamos a la charla sobre Cuidados dentales en bebés de 0 a 3 años impartida por OrtoCartago Dra Beatriz Brenes Obando, este domingo 03 de marzo, a las 10:15 am.*

Otra área importante que pone a circular recursos en el sentido descrito es la inversión en la investigación científica y médica respecto a la lactancia. En los relatos de la mamasfera se identifican vinculaciones con la validación científica y reconocimiento de las becas otorgadas para estudiar los beneficios de esta. Las grandes sumas invertidas en el ámbito de la ciencia médica para la lactancia tienen que ver con "el énfasis en la función de reproducción social asignada a las mujeres y otorgándole una justificación científica de aparente carácter irrefutable" (Castilla, 2005, p. 190). La estratagema utilizada en estas comunicaciones se enfoca en el uso de argumentos científicos y de autoridades médicas nacionales e internacionales.

[P] *Investigaciones Científicas demuestran que #Amamantar por #todo el tiempo que el menor lo necesita, promueve un mejor desarrollo psicosocial, laboral, emocional.\*El la imagen encontrarás el link de la investigación. Liga de la Leche El Salvador*

[P] *La evidencia científica es muy clara: amamantar durante un embarazo de bajo riesgo es seguro para la madre, para el feto y para el hijo mayor. ¿Has amamantado estando embarazada o en tandém?*

[P] *Un estudio publicado en la International Breastfeeding Journal y realizado en España ha concluido que la lactancia materna protege a los niños frente a la Covid-19 a largo plazo. Es decir, que los niños criados con leche materna muestran mayor nivel de protección frente al coronavirus que los que se alimentaron con lactancia artificial.*

[P] *Los investigadores concluyeron: "Este estudio apoya la posición de que la lactancia materna durante el embarazo normal no está asociada con un mayor riesgo de resultados adversos maternos y neonatales. La combinación de la lactancia materna con el embarazo es una decisión personal de las madres".*

□□□ *Lactancia materna, fuente de salud presente y futura.*

- *La leche materna no pierde sus propiedades con el paso del tiempo. (Boediman D, Ismail D, Iman S, Ismadi SD, others. Composition of breast milk beyond one year. J Trop Pediatr Environ Child Health. 1979;25(4):107–10.)*

- *A partir del primer año de lactancia, la cantidad de grasa en la leche aumenta con respecto a los primeros meses, resultando un alimento completo y nutritivo para un lactante mayor y de mayor calidad que la leche de fórmula o de vaca. (Mandel D. Fat and Energy Contents of Expressed Human Breast Milk in Prolonged Lactation. PEDIATRICS. 2005 Sep 1;116(3):e432–5)*

- *Se ha visto que un bebé mayor de un año que toma pecho obtiene aproximadamente 1/3 de sus necesidades calóricas y proteicas diarias a través de la leche materna (a veces más, sobre todo durante períodos de enfermedad), además de una cantidad muy importante de vitaminas y minerales. (Gulick EE. The effects of breast-feeding on toddler health. Pediatr Nurs. 1985;12(1):51–4.)*

Otra manifestación del negocio desplegado a partir de la lactancia y expuesto por Gimeno (2018) es la certificación o titulación de "asesora de lactancia" que comenzó a desarrollarse desde 1982 cuando La Liga de la Leche creó esta figura. Al respecto, se debe enfatizar que genera una exclusión clasista importante y, a su vez, un negocio. La condición de mujer que amamanta o que amamantó, ya no es una posición legítima para aconsejar o asesorar a alguien cercano sobre esto. La construcción del oficio de "asesora de lactancia" hace que las mujeres -asociadas a la buena maternidad- deban invertir recursos en estas especialistas certificadas para obtener un consejo válido, legítimo y, probablemente, que consideran verdaderamente útil. De esta manera, se rechazan los saberes populares y la consejería que se podría generar de forma íntima entre personas familiares o cercanas, a su vez, el acceso a información y asesorías se restringe solo para quienes tienen los recursos económicos para comprar estos consejos. Este aspecto permite ilustrar el carácter interseccional del fenómeno de la lactancia, expresado en las narrativas estudiadas.

*[P] En los últimos días han salido una serie de cursos para formar, de manera irresponsable, asesoras de lactancia poniendo en riesgo la salud integral de bebés y madres, formaciones en línea y presenciales de dos horas y nos la venden desde el enfoque de acompañar y ayudar pero **prevaleciendo el interés económico** e incumpliendo el código internacional de comercialización de sucedáneos de la leche materna. Hay que tener algo en claro, las formaciones para ser consultora, asesora, **IBCLC son largas y costosas**, van dirigidas a profesionales de salud en diferentes ramas, no es cualquier persona que las puede llevar. Hemos quienes por decisión propia apoyamos, promovemos y defendemos la lactancia materna desde la trinchera del lactivismo (eso no nos convierte en asesoras) y estamos en toda la obligación de alertar a las madres y a la sociedad en general que con el tema de la lactancia materna **NO se debe mediar con conflictos de interés y trabajar de la***

*mano con el personal capacitado por el bien común. Tengamos cuidado con la publicidad engañosa. Tetarte Costa Rica #ElArteDeAmamantar.*

*[P]La época de lactancia me enseñó que no era un cuento de hadas, que requería de amor, paciencia y entrega, que la lactancia a demanda fue la mejor inversión de tiempo y sacrificio hacia mi enano, me enseñó que es disciplina, ahorro y salud, **me enseñó a hacer oídos sordos a comentarios necios y proteger mi postura...** Porque lo hice durante 3 años y 6 meses y estoy orgullosa de eso, no me arrepiento de los sacrificios... Pude crear el más sincero y amoroso vínculo... Lactancia es amor...*

Resulta pertinente aclarar que las reuniones de LLL no tienen ningún costo económico y pueden, en un primer momento, considerarse gratuitas o accesibles para cualquier mujer, independientemente de su clase socioeconómica. En un segundo momento, analizando las invitaciones a estos espacios de diálogo, apoyo y acompañamiento a la lactancia, se identifica un eventual componente clasista de estas, ya que el hecho de trasladarse y destinar una tarde de un día laboral para conversar sobre la lactancia materna esconde un sesgo de clase importante respecto a cuáles mujeres tienen esa posibilidad realmente. Gimeno (2018) explicando el trabajo de investigación realizado por Blum con madres negras y blancas, retoma que "a las madres negras les preocupan mucho más otras cuestiones relacionadas con la maternidad, como poder hacerla compatible con el trabajo, cuestiones económicas, los colegios, la violencia (...) que la lactancia"(Gimeno, 2018, p. 127).

[P] Reunión presencial. Apoyo a mujeres embarazadas y familias lactantes. Acompáñanos este **miércoles en Romosher a las 10 am.**

*[P] En la Semana Mundial de Lactancia Materna haremos una reunión presencial el próximo **martes 6 de Junio a la 1:30pm** en Mi Tribu en San Francisco de Heredia. Formulario de Inscripción.*

*[P] Comparte si conoces mamás embarazadas o dando lactancia en la zona de Heredia. **Reunión Gratuita.** Llenar el formulario de Inscripción.*

*[P] Tienes consultas sobre la lactancia o necesitas mas apoyo para seguir con su lactancia? Estas embarazada y quieres aprender mas sobre como alimentar a su bebé con leche materna? Has amamantado y quieres compartir con otras mamás? Asista a una de nuestras reuniones para mas apoyo! Los grupos de apoyo son gratuitos y no hay necesidad de inscribirse. Heredia: **martes 7 de mayo de 1 a 3 pm** en Mi Tribu Mi Tribu se encuentra en Plaza San Francisco Heredia local#12 (de Walmart de San Francisco 400m oeste, contiguo al Mall Oxígeno).*

Los horarios establecidos para atender las cuestiones de lactancia desde LLL parecen ser coherentes -en tiempo y forma- con la representación social de la buena maternidad. Las

buenas madres son aquellas que realizan una entrega total (en tiempo, dinero y esfuerzos) hacia sus hijos (Blum, 1993; Castilla, 2005; Gimeno, 2018), por lo que todo el tiempo, dinero y esfuerzos que conlleva el traslado y asistencia a reuniones de asesoría de lactancia son posibles y representan buenas inversiones para la construcción de la buena maternidad individual, aunque esta entrega total implique la postergación de sus propias necesidades y la agencia de su tiempo. Se entiende, entonces, que estas reuniones no son gratuitas. Sin embargo, las mujeres no viven igual su maternidad ni todas tienen las mismas posibilidades de elegir, Lagarde (2011), explica que todas las mujeres comparten la misma condición de opresión, "pero difieren en cuanto a sus situaciones de vida y en los grados o niveles de la opresión" (p. 79). Por lo anterior, se plantea que una lectura con perspectiva de género y que tome en cuenta la interseccionalidad de estos fenómenos es imperativa para comprender el carácter político de la lactancia y de sus narrativas.

Todo lo expuesto, sumado a los mecanismos de culpa implementados para aquellas mujeres que no cumplen con el discurso normalizador de *la buena maternidad*, es un negocio, no solo para las finanzas de los sistemas de salud de las naciones, sino también para la individualidad de los hombres. Negocio entendido en su concepción más básica como "aquello que es objeto o materia de una ocupación lucrativa o de interés" (DRAE, 2024). La incorporación desde la infancia temprana y por medio del aparato estatal de salud del mandato biológico a maternar y amamantar, no es una coincidencia, resulta una dinámica rentable que genera ganancias lucrativas para determinados actores políticos (individuales y colectivos). De esta manera, los cuerpos y las personas se convierten en capital, según las argumentaciones de Marx expuestas por Rubin (1986).

### **Contradicción 3. ¿Lactivismo?**

El planteamiento narrativo de las organizaciones prolactancia en la mamasfera sostiene que este colectivo está dando una lucha por la normalización de la lactancia, pero desde una práctica de resistencia política.

En ese sentido, conciben su colectivo como un poderoso espacio, no solo para proteger el deseo de las madres a nutrir y proteger a sus hijas e hijos, sino para fortalecer las redes construidas por familias, comunidades y profesionales de salud. El objetivo central del lactivismo es establecer la importancia de la lactancia como derecho inalienable y como

una práctica que debe ser defendida sin cuestionamientos. Sin embargo, las primeras preguntas que surgen respecto a su planteamiento son ¿contra quién están luchando los movimientos lactivistas? ¿Qué le otorga el carácter político al acto amamantar? ¿Quiénes son los actores sociales que están en contra de la lactancia materna, es decir, ante quién resisten las madres lactantes? ¿cómo amamantar puede promover una sociedad más justa y humana?

*[P]“Lactancia materna como resistencia” Como integrantes de la sociedad, tenemos la responsabilidad de contribuir a la correcta práctica y promoción de la lactancia materna. Desde este proyecto, nuestro objetivo es sensibilizar a través de la fotografía, utilizando este medio para transmitir la información necesaria que permita a mujeres y madres desarrollar todo su potencial.*

*[P]El activismo, o lactivismo, es una manifestación que surge de una necesidad profundamente maternal, pero que trasciende lo individual para convertirse en un movimiento colectivo y poderoso. Aunque nace del deseo de las madres de nutrir y proteger a sus hijos e hijas, su verdadera fuerza radica en el apoyo de redes interconectadas que incluyen a profesionales de la salud, familias y comunidades. Estas redes no solo sostienen, sino que también amplifican la importancia de la lactancia materna como un derecho inalienable y una práctica que debe ser defendida sin cuestionamientos. En este contexto, el acto de nutrir va más allá de la leche; **implica también una alimentación intelectual y emocional que construye los pilares de un futuro más saludable y equitativo.** Nosotras, como mujeres y madres, asumimos el desafío de informar, educar y abogar por nuestros hijos e hijas, con la firme convicción de que estamos contribuyendo a una sociedad donde la salud, el amor y el respeto por el cuerpo femenino se convierten en las bases sobre las cuales se edifica un mañana más justo y humano.*

En los relatos de la mamasfera, se identifican algunos actores cuyo posicionamiento se describe como en contra de la lactancia, por lo que son asumidos abiertamente como enemigos, por ejemplo, Nestlé y las diferentes corporaciones que producen leche de fórmula. Así, se denuncia que estas corporaciones solo ven en la maternidad un gran negocio con el que pueden lucrar sin que importe la pérdida de beneficios que tiene el amamantamiento en contextos o situaciones particulares. Las abuelas, madres, tías, vecinas y médicos que promueven el destete, el uso de sucedáneos de leche o la lactancia mixta, son catalogados automáticamente como enemigos de la lactancia y etiquetadas como personas a las que no se les debe escuchar.

*[P]Si el pediatra te dice que ya no tienes leche, saca la teta y tírale un chorro, así no lo dudará nunca más...Síguenos para más consejos de lactancia.*

Otro enemigo abstracto de la lactancia que se encuentra en la mamasfera son los mitos. Mitos que son reproducidos y materializados por medio de los actores individuales antes mencionados, las tías, las abuelas, las vecinas y hasta el personal de salud. En la siguiente publicación se resumen los mitos que se plantean recurrentemente por los colectivos prolactancia, los cuales se asumen como barreras por derribar en la sociedad.

*[P]Nuestra sociedad esta más acostumbrada a ver niños tomando biberón  que tomando el pecho de la madre  y, por esta razón, es que existen muchos mitos que se han creado a lo largo del tiempo.*

*La lactancia materna en niños mayores es duramente criticada por médicos y/o nuestro entorno y puede que hayas escuchado una o más de las siguientes frases:*

**A MI ME DIERON BIBERÓN Y NO ME PASÓ NADA.**

*Cada madre toma la decisión de cómo alimentar a sus bebés, así como las madres lactantes también pueden decidir dar pecho a su bebé.*

*Las abuelas criaron a sus hijos de una manera, ahora es nuestro turno de criar a nuestra manera según información y a base de nuestro instinto materno.*

**¿AÚN TIENES LECHE?**

*¡Si! Porque mientras exista la succión en el pecho, habrá la cantidad necesaria para el niño.*

**¿SIGUE TOMANDO PECHO? PERO YA ESTÁ GRANDE**

*La lactancia pertenece únicamente a dos personas, madre e hijo son los únicos que pueden decidir sobre la lactancia materna, el resto no tiene porqué opinar, decidir ni hacer sentir mal a la madre o al niño.*

**PERO YA NO PRODUCES LECHE, SÓLO ES SANGRE/AGUA**

*¡Falso! La leche materna sigue teniendo beneficios y se acomoda a las necesidades del niño, asimismo, tiene nutrientes y grasas que lo alimenta, no se convierte en agua ni sangre.*

**TU LECHE YA NO SIRVE** ¡Totalmente falso! Como anteriormente se mencionó, la leche materna contiene nutrientes que aún alimenta al niño como proteína, grasas, vitaminas, calcio, etc.

**¿HASTA CUÁNDO LE DARÁS? ¿HASTA LA UNIVERSIDAD?**

*Siiii, si se puede, lo festejamos en la graduación.*

**YA LE TIENES QUE IR QUITANDO, PONTE X COSA EN EL PECHO O DÉJALO CON LA ABUELA POR X DÍAS, LLORARÁ PERO SE LE PASARÁ.**

*Noooooo, es triste poniéndonos en los zapatos del niño.*

*Quitar de golpe algo que les gusta, que les da consuelo sin dar explicación del porqué.*

□ *TE ESTA USANDO DE CHUPÓN*

*No se dan cuenta que el chupón es una imitación de la teta pero, hasta el día de hoy, nada se le iguala.*

A pesar de los limitados hallazgos respecto a los enemigos de la lactancia materna, es importante señalar que la narrativa planteada si constituye un acto de resistencia en tanto visibiliza o alude a las estructuras que históricamente han limitado el poder de las mujeres sobre su propio cuerpo, por lo que, en algún sentido se manifiesta una comprensión de la necesaria lucha y transformación estructural respecto al sistema sexo-género que ha consolidado relaciones desiguales de poder entre hombres, mujeres y personas no binarias.

*[P]La lactancia materna no es solo un acto biológico; es también un acto de **resistencia contra las estructuras que históricamente han limitado el poder de las mujeres sobre sus propios cuerpos**. Generar redes, construir tribus y transformar nuestro entorno en un espacio más amigable y solidario son pasos cruciales para que las futuras generaciones de mujeres puedan avanzar y abrirse camino en nuevas temáticas, reclamando así su lugar en la sociedad.*

Sin embargo, cabe el cuestionamiento sobre ¿cuáles son las acciones políticas derivadas de este activismo para luchar contra las estructuras que históricamente han limitado el poder de las mujeres sobre sus propios cuerpos? Más allá de la construcción de la mamasfera como un espacio virtual y digital en el que se permite la defensa discursiva de la lactancia materna, a través de la socialización de sus beneficios, promoción de charlas y talleres y compartir información de otros colectivos (OMS, OIT, Bancos de Leche, LLL de otros países, noticias internacionales relacionadas). En ese sentido, únicamente se identifican dos acciones concretas: las reuniones -presenciales o virtuales- de asesoría de la LLL y las "tetadas masivas" de Tetarte, las cuales son relevantes porque implican una reapropiación del espacio público.

*[P]Hoy comienza la semana por la cuál estamos aquí, trabajando y uniendo esfuerzos para promover la lactancia materna. Recuerda que el próximo domingo festejaremos esta fecha tan importante con una Tetada Masiva.*

*[P]Esto es parte de lo que se vivió en la Tetada Masiva que se realizó el pasado domingo 04 de agosto en la Sabana, en celebración por la Semana Mundial de la Lactancia Materna. Gracias a todas las madres y padres que llegaron y compartieron con nosotros de ese día, gracias también por dejarnos fotografiar ese momento tan especial como lo es la lactancia.*

*Tenemos una galería completa donde podrán descargar las fotos en alta calidad, pueden ingresar por medio del siguiente Link ...*

*[P]Ya saben, Tetada Masiva. Domingo 04 de agosto. Parque Metropolitano La Sabana, costado norte, diagonal al ICE. 9:00 am.*

*[P]Otra de las actividades que tendremos el domingo 04 de agosto en la #TetadaMasiva es la presencia de MommyFitCR No hay excusas para ejercitarte, Mommy Fit CR te enseñará como de una manera segura puedes volver a cuidarte aún con tu bebé, los papás también pueden participar. Trae ropa cómoda, botellita de agua, entusiasmo, ganas y acompañanos a empoderar la lactancia.*

*[P]Recuerden la primera Tetada Masiva en conmemoración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2019 " Empoderémonos, hagamos posible la lactancia " Puede participar toda la familia, ven con tu red de apoyo y ayúdanos a promover, visibilizar y empoderar la lactancia materna. No hay código de vestimenta, pero puedes venir en jeans y camiseta blanca o con ropa cómoda*

En esa línea, un hallazgo relevante es que en estos espacios se discute la defensa política del derecho a amamantar, pero se omite completamente la defensa del derecho de cada una de las mujeres madres a elegir, no solamente el tipo de alimentación que prefiera, si no sobre la maternidad que desea construir y el tipo de relación que pretende entablar con sus hijas e hijos. En otras palabras, se admiten relaciones y decisiones maternas homogéneas para todas las mujeres porque lo incuestionable parece no ser el derecho a amamantar sino el anhelo de las mujeres a hacerlo. Lo anterior constituye una paradoja en tanto esboza una lucha política que objetiviza a las mujeres en defensa del acto de amamantar.

La homogenización planteada, desde el análisis interseccional, deja ver que se desarrolla en un contexto racial blanco y se ignora a las mujeres de color, mujeres fuera del esquema heteronormativo y de clases populares. Según Crenshaw, esta exclusión "se duplica por el hecho de que las mujeres blancas hablan en nombre de todas las mujeres" (1989, p. 39). Se utiliza la autoridad de una voz universal que se presenta como no racial y objetiva pero solo se articula con aquellos que comparten las mismas características culturales, económicas y sociales.

Esta contradicción se vuelve explícita cuando el lactivismo emplea un discurso narrativo vinculado al movimiento feminista, basado en la noción de empoderamiento de las mujeres sobre su propio cuerpo, pero, a su vez, instala el mandato moral indiscutible para las mujeres de servir como medio para el crecimiento y desarrollo de un otro -opresión violenta

recurrente que viven las mujeres con distintos "otros"- (Lagarde y de los Ríos, 2011) por medio de la lactancia intensiva, lo que también las despoja de sus propios cuerpos, de su territorio y de sus vidas.

La promoción de la lactancia materna y todas sus acciones -agrupadas con la etiqueta de resistencia, lucha política y empoderamiento femenino- no plantean alteraciones a la estructura social y las desiguales relaciones de poder entre hombres y mujeres, de hecho promueven un retorno de las mujeres al espacio privado, con la narrativa de "volver a conquistarlo", en un contexto en el que, la lactancia, la maternidad y el cuidado nunca han dejado de ser consideradas cuestiones u obligaciones asociadas a los cuerpos femeninos. Estas narrativas manifiestan entonces una censura al hecho de ocupar espacios públicos, ya que consideran que esto limita el tiempo de las mujeres para el cumplimiento de las labores naturalistas y biológicamente justificadas como femeninas.

Las grandes ausencias del lactivismo ejercido en la mamasfera son, por un lado, la intervención política para la mejora de las condiciones laborales de las mujeres trabajadoras, que incluya el derecho a elegir, a través del respeto a la pluralidad y diversidad, es decir a la existencia de diferentes maternidades posibles; así como la ponderación de los derechos y necesidades de las mujeres como prioridad, por encima del bienestar general de la colectividad, los intereses del gobierno, la salud del lactante, los negocios o la contaminación ambiental. A su vez, está ausente la ruptura de la desigual distribución de trabajo de cuidado respecto a las infancias, ya que es necesario un empoderamiento femenino para encontrar formas alternativas de vivir la maternidad con cargas distribuidas equitativamente con los hombres-padres.

## CAPÍTULO IX. CONCLUSIONES

La macro narrativa de las organizaciones pro lactancia, construida desde los relatos sobre lactancia materna presentes en la *mamasfera*, los cuales se basan, principalmente, en referencias a autoridades científicas, como instituciones de salud nacionales e internacionales, y alusiones al instinto maternal, derivado de la condición animalista y mamífera de las mujeres, se centra en los incontables beneficios de la leche materna para la salud del lactante y, por ende, para la salud pública; así como en los niveles de inteligencia y sociabilidad que alcanzan las personas infantiles que han sido amamantados por su madre. Todo lo anterior, construye un imaginario colectivo de la lactancia como un imperativo moral y/o deber ético que recae sobre las madres, quienes no deben exponer a sus hijos e hijas a la potencial renuncia o pérdida de los beneficios que la lactancia conlleva. Esta obligación socialmente asignada condujo a que la lucha por el derecho a amamantar prescindiera del derecho que tienen las mujeres madres a no hacerlo. En otras palabras, la disputa de fondo respecto al derecho de elegir que tienen todas las mujeres, vigente y en tensión; está contenida en la macro narrativa de estas organizaciones pro lactancia, durante el periodo de estudio.

Otro aspecto importante derivado del análisis interseccional del fenómeno constitutivo de estos relatos es que, a partir del discurso narrativo de aportar a la sociedad mayor justicia social y salubridad pública, las organizaciones pro lactancia posicionan en el imaginario colectivo un distintivo de clase social y blanquitud asociado con la lactancia materna que tiene implicaciones profundas para todas las mujeres. En esa línea, la lactancia se convierte en una presión más que las mujeres deben gestionar dentro del denominado cautiverio de la maternidad, ya que, indistintamente de si la lucha es por la lactancia materna intensiva/exclusiva o no, predominan los sentimientos de culpabilidad respecto a no poder cumplir alguna dimensión del estándar moral vigente.

En general, esta macro narrativa sobre la lactancia no considera las condiciones de clase social, etnia, identidad sexual, orientación sexual, para el posicionamiento de la lactancia como la mejor opción para el lactante. Las mujeres y sus condiciones y/o necesidades particulares siempre están ocultas o son ignoradas respecto a otros múltiples intereses que, en términos generales, responden a una noción y lógica masculina de la interacción social,

los procesos productivos, culturales, etcétera; de esta forma se resguarda a las personas lactantes, a los gobiernos, al ambiente o, en un sentido más difuso, el bienestar colectivo. En congruencia, se plantea como una premisa incuestionable que las mujeres desean y anhelan amamantar, de la misma manera en que se asume que, por instinto, toda mujer desea ser madre. Ambas condiciones son críticas en términos de asignarle a las mujeres un lugar específico en la estructura sociopolítica vigente. Lo anterior se deriva, principalmente, de la socialización del supuesto universo de beneficios que tiene la lactancia materna, ya que se posiciona a la lactancia en un espacio de privilegio tan elevado que resulta un sinsentido renunciar a esta. Con estos resultados se visibiliza una tensión clave entre el derecho colectivo de los lactantes y el derecho individual de la madre, el aporte de este estudio es posicionar esta tensión, porque no se pretende ofrecer una respuesta a una pregunta dicotómica de quién es más relevante o cuáles derechos se deben atender con prioridad, sino que al posicionar que existe otro cuerpo con derechos cuando se habla de lactancia materna, y que estos cuerpos entran en tensión con otros, resulta un aporte académico para continuar reflexionando sobre la maternidad como ejercicio feminista desde el cual se puede continuar o no las relaciones desiguales de poder del sistema social.

A pesar de que cada organización prolactancia tiene planteamientos parcialmente diferenciados, sobre todo en lo que respecta a las estrategias o acciones para la normalización de la lactancia materna, las nociones teóricas de la buena maternidad son reproducidas por las tres. La Mamatón: la Teta se respeta, es el colectivo que reporta una mayor presencia de criticidad social en su narrativa, se trata de un grupo de presión que emerge producto de la discriminación a varias mujeres por el ejercicio de la lactancia en espacios públicos, como consecuencia, su objetivo primordial fue defender tanto el derecho de las mujeres a amamantar en público como los derechos laborales vinculados a la lactancia de las madres trabajadoras. El carácter activista de este colectivo se originó en el marco de la lucha pública por los derechos de las mujeres fuera de espacios privados, por eso su contenido en la *mamasfera* hace alusión al movimiento feminista con mayor frecuencia. Este colectivo fue convocado en el 2013 para organizar la primera Mamatón en un centro comercial, sin embargo, ante la ausencia de denuncias o acciones organizadas se encuentra inactivo. El porcentaje de publicaciones en la red sociodigital *Facebook* de La Mamatón se redujo de manera sistemática hasta casi desaparecer en el 2024.

Respecto a Tetarte, grupo surgido de una iniciativa chilena de fotografía para el empoderamiento de las mujeres a través de la lactancia, se debe subrayar que es un colectivo que ha perdido fuerza, sobre todo después de la pandemia por COVID-19, debido a que su principal objetivo es la organización de las llamadas "tetadas masivas" - exposiciones públicas de mujeres amamantando y su respectiva fotografía- y han dejado de hacerlas durante algunos años. Su función claramente no es de asesoría a mujeres, sino la normalización de la lactancia por medio de este tipo de talleres, actividades y exposiciones, que ordinariamente son realizadas en agosto, el mes internacional de la lactancia materna. Estas particularidades hacen que este colectivo tenga mayor contenido y reforzamiento en agosto de cada año. Mucho del contenido socializado por Tetarte propone un empoderamiento femenino a través de lactancia. Un aspecto relevante es que este colectivo se declara abiertamente apolítico, ya que no procura generar incidencia política ni procesos de transformación de las condiciones de vida de las mujeres, en ningún nivel o escenario, mucho menos en términos estructurales.

La Liga de la Leche es definitivamente la organización líder de la definición y la socialización del manual de la lactancia materna y, por ende, del establecimiento del distintivo de clase social de la lactancia. LLL es la sede de Costa Rica de una organización internacional de mayor longevidad y envergadura. Este colectivo se postula como la organización asesora y líder en la lactancia -de mujer a mujer – una instancia cuyas publicaciones se mantienen constantes dentro de la *mamasfera* y sus narrativas más desarrolladas son, por un lado, la del universo de beneficios y, por otro lado, el manual de lactancia materna. Respecto a lo anterior, se identifica un vacío importante vinculado con el trabajo de incidencia política con base en la defensa de la lactancia en espacios públicos, los derechos laborales y las políticas públicas en pro de los derechos de las mujeres.

En general, se concluye que las narrativas prolactancia identificadas en la *mamasfera* en el periodo de estudio establecen una lucha política a favor de la lactancia materna intensiva, exclusiva y prolongada, lo que resulta contradictorio con su propia naturaleza, ya que implica el fortalecimiento de normas sociales que despojan a las mujeres de sus derechos e impiden el logro de mayor autonomía, en un contexto social más amplio que las recluye constantemente. En ese sentido, se destaca el cuestionamiento del derecho de las mujeres a

elegir y la posibilidad de reconocer simbólicamente identidades femeninas y maternas alternativas a los esquemas tradicionales impuestos por el sistema sexo-género vigente, los cuales son sostenidos por las clases sociales dominantes, en favor de sus propios intereses económicos, sociales y políticos. En esa línea, la discusión de la dimensión económica en tanto productiva de la lactancia materna resulta central para comprender sus implicaciones políticas actuales.

Resulta oportuno recordar que las mujeres han sido históricamente ubicadas en el centro de la dinámica política, es decir, los cuerpos de las mujeres han devenido en espacios de disputa para diferentes actores políticos (individuales y colectivo). En la figura 10 se muestran los principales intereses, actores y narrativas retóricas sobre la lactancia materna presentes en la macro narrativa prolactancia identificada. Estos elementos -que circunscriben a las mujeres- constituyen un desafío cotidiano que debe ser enfrentado por ellas mediante constantes procesos de toma de decisiones llevados a cabo en desigualdad de condiciones y la invención de formas alternativas de sobrevivencia, ya que la configuración expuesta funciona en el contexto de sociedades patriarcales, basadas en una supuesta superioridad de los hombres sobre las mujeres y las personas no binarias y las dinámicas predominantes de instrumentalización y comercialización de todo aquello que haya sido considerado como femenino, principalmente los cuerpos.

En esa línea, cabe destacar que los intereses comerciales se concentran en capitalizar todo lo que sea posible relacionado con la lactancia y la maternidad. Estos son representados por organizaciones vinculadas con la leche de fórmula (Nestlé) o con la leche materna (Prolacta). Gimeno (2018) expone que los intereses económicos de las corporaciones han llegado a comercializar la leche materna como un producto más posicionado en el mercado y problematiza la idea de que esta dinámica provoque que las mujeres de clases populares incurran en la venta de su leche en el marco de un funcionamiento típico de oferta y demanda. Cabe destacar que los hallazgos de esta investigación no muestran indicios de que esto ocurra en Costa Rica, ya que la única referencia a la extracción de leche y su distribución es mediante la figura de la donación, la cual es canalizada por los bancos de leche, que la utilizan para atender personas recién nacidas en condiciones de salud particulares. Lo anterior no nos exime como colectivo de la posibilidad de que el escenario

planteado por Gimeno pueda suceder, dada la dinámica y el discurso predominante en la *mamasfera* y, principalmente, la agudización de la comercialización de las personas en el marco de un sistema capitalista neoliberal que resguarda una supuesta libre competencia y a ciertos mercados, en detrimento de ciertos grupos poblaciones, fundamentalmente las mujeres y las personas no binarias.

Por otro lado, existen intereses morales de las organizaciones pro lactancia que exigen la defensa extrema de la lactancia materna. Estos colectivos son los encargados de definir las formas correctas y las vías que las madres deben desarrollar o seguir, así como de ajustar moralmente a aquellas mujeres que no aceptan el acto de dar pecho como mandato ni el ordenamiento sexual que lo fundamenta, dado que los relatos de estos actores se concentran en los beneficios de la leche humana y en romantizar la diada madre-hijo, como justificación de los sacrificios (dolor, sufrimiento, etcétera) que implica el amamantar para las mujeres. En ese marco, los intereses de los hombres, específicamente de los hombres-padres, se posicionan mediante una narrativa retórica, basada en aspectos fisiológicos y biológicos, para sobrecargar a las mujeres en el ámbito del cuidado, la alimentación y la crianza de los hijos e hijas. Derivado de lo anterior, se posiciona el mensaje implícito de que son los hombres los autorizados para juzgar y cuestionar las decisiones tomadas por las mujeres en estos ámbitos, debido a que las mujeres no solo están recluidas en el espacio doméstico, sino que también están sometidas al mandato y a las decisiones masculinas dentro del hogar.

Figura 12. Intereses, actores y relatos alrededor de la diada madre-hijo



Fuente: elaboración propia.

Por su parte, los intereses familiares se refieren a los relatos de todos los actores individuales de la familia que rodean a la diada, en este caso, se incluye a la familia extendida<sup>12</sup>. Las presiones ejercidas por la familia son diversas, pero siempre están inmiscuidas en la autonomía de las mujeres, ya que el cuestionamiento de las decisiones femeninas respecto a su cuerpo está habilitado de manera permanente para los distintos actores. Sin embargo, vale aclarar que los cuestionamientos que hacen las familias, representados en la *mamasfera* como mitos, están siempre dirigidos a posicionar a las mujeres lactantes como incapaces, inútiles, insuficientes o innecesarias. No se cuestiona la lactancia por los derechos de las mujeres sino, desde su visión moral favorable para las infancias ("pero ya no produces leche, es solo agua"), para los hombres ("¿hasta cuándo le darás, hasta la universidad?") y para las corporaciones de leche de fórmula ("a mí me dieron biberón y no me pasó nada").

<sup>12</sup> Según Quintero (2007) la familia extendida o extensa "es aquella familia en la que conviven miembros de más de dos generaciones, es decir, tanto abuelos, tíos y otros parientes interactúan en un mismo espacio en el que participan y funcionan como una grupo" (En Pino Montoya, 2012).

Todas las narrativas de las organizaciones pro lactancia son favorables y compatibles con los intereses estatales del proyecto político del neoliberalismo. Asumiendo que la salud pública requiere de una inversión económica importante para los gobiernos y que el neoliberalismo tiene como premisa el recorte en gastos de salud y educación, la lactancia materna -representada como un ahorro significado a la inversión en alimentación de personas recién nacidas y en la primera infancia- es completamente compatible con los ideales y proyectos políticos del neoliberalismo. En ese contexto, el apoyo estatal a las organizaciones y a las campañas pro lactancia es recurrente, este omite, una vez más, ahondar en cuestiones vinculadas con la incidencia política por el derecho a elegir de las mujeres.

Ninguno de los actores e intereses identificados procura, promueve o visibiliza los derechos de las mujeres. En todos los casos, las mujeres son vistas como medios para alcanzar objetivos que, al parecer, son más relevantes que su propia identidad y autonomía. La postura leída de las mujeres, en comentarios de la *mamasfera*, refleja siempre alguno de los intereses antes planteados, en escasas ocasiones se menciona el amor propio y la posibilidad de elegir.<sup>13</sup>

A pesar de lo anterior, cabe el cuestionamiento de si consideran que lo verdaderamente relevante es replantearse alternativas para reconstruir las relaciones desiguales respecto a las parentalidades y el ejercicio del cuidado entre hombres y mujeres. Un reordenamiento simbólico de las representaciones de lo femenino y de lo masculino, para evitar el dominio exclusivo de la madre en el cuidado de las infancias y evitar el dominio exclusivo de los hombres sobre las decisiones políticas, sociales y económicas. Todo esto significa que no se profundiza la solución estructural de huida o salida de las mujeres del cautiverio de la maternidad, asumiendo la relevancia social y económica del trabajo de reproducción y cuidado para el sostenimiento de la vida, sino una urgente visibilización social y reivindicación política para la corresponsabilidad en los cuidados en todos los actores de la sociedad, hombres, mujeres, familias, estados, gobiernos, instituciones públicas y privadas.

---

<sup>13</sup> Específicamente en solo dos comentarios de la *mamasfera* estudiada, mujeres plantean un cuestionamiento a la lactancia como moral imperativo incuestionable y los derechos de las mujeres a elegir y descansar.

Lo que promueve, por un lado, una atención más eficiente a la labor de cuidado, debido a la rotación de cuidadores; garantía de salud física y mental de cada una de las personas cuidadoras a partir de la disminución de la sobrecarga de trabajo y aumento de los apoyos estatales. Por otro lado, aumento de la movilidad social de las mujeres, al alcanzar independencia que permita su plena autonomía y desarrollo de identidades plurales como mujeres y madres.

Es imperativo establecer, como conclusión, la relevancia de la dimensión pública y política de la maternidad y la lactancia materna, ya que estas no constituyen cuestiones privadas. Sus representaciones simbólicas no se construyen desde las individuales de cada mujer, sino desde los agentes sociales con recursos simbólicos, económicos, políticos y legitimidad suficiente para establecer los límites y alcances de estas en su dimensión social. Esta comprensión exige analizar las posturas feministas sobre la maternidad, ya que los feminismos han planteado una posibilidad de escapar de los cautiverios y trampas del sistema sexo-género abandonando la obligatoriedad de maternar.

Todo lo anterior constituye un proceso comunicativo gestado en la *mamasfera* por el movimiento activista costarricense, que evidencia, dado el uso situado del lenguaje, la construcción y consolidación de significados y sentidos mediante la circulación e intercambio de narrativas y discursos que por definición inciden en la acción política y las prácticas sociales.

### **Nuevas líneas de investigación**

- Representaciones mediáticas de la lactancia materna tanto en medios tradicionales como en las plataformas digitales y/o en línea como ejercicio del poder simbólico.
- Análisis crítico del de actores políticos gubernamentales y de la institucionalidad democrática: sistema de salud, educativo, entre otros; sobre la lactancia materna y sus implicaciones (tanto individuales como colectivas).
- Marcas de sexo-género y de clase en las políticas públicas sobre la salud física y mental de las mujeres, específicamente relacionadas con la lactancia materna exclusiva y el ejercicio de la maternidad intensiva.

- La tensión entre lactancia y autonomía con los estándares internacionales de derechos humanos que garantizan la libertad reproductiva y el derecho a decidir sobre el propio cuerpo.

Es indispensable el desarrollo de investigaciones transdisciplinarias que aporten desde las epistemologías feministas un conocimiento situado sobre las historias de vida de mujeres lactantes.

### **Recomendaciones para la academia**

- Que toda investigación realizada en las universidades públicas tenga, con carácter de urgencia y obligatoriedad, perspectiva de género, entendida como un elemento transversal del proceso investigativo. Es decir, que evidencien como premisa de trabajo -indistintamente del área del conocimiento del estudio- las distintas formas de violencia hacia las mujeres que actualmente son ejercidas dentro del sistema social y que condicionan el devenir de los fenómenos objeto de análisis.
- La academia debe considerar estudiar con perspectiva de género aquellas construcciones sociales de mayor arraigo social, y, sobre todo, aquellas que parecen incuestionables o inocentes desde disciplinas que permitan descubrir formas de violencia hacia las mujeres antes no develadas. Debido a que la lactancia materna ha sido ampliamente estudiada desde áreas de conocimiento de la salud, no se plantean conclusiones o hallazgos investigativos más allá de su alcance y que puedan considerar esta práctica como un mito cultural dentro de un sistema social conformado por actores diversos con relaciones y cuotas desiguales de poder.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abarca Rodríguez, A., Alpízar Rodríguez, F., Sibaja Quesada, G., & Rojas Benavides, C. (2012). *Técnicas cualitativas de investigación*. Editorial UCR.
- Acosta-Torres, N., Vázquez, V., Dávila-Torres, R. R., & Parrilla-Rodríguez, A. M. (2014). Creencias Hacia la Lactancia Materna y la Actitud Hacia Apoyar la Lactancia en Público en un Grupo de Estudiantes de Salud de una Escuela Superior de la Región Educativa de Caguas. *Puerto Rico Health Sciences Journal*, 18(3), Article 3. <https://prhsj.rcm.upr.edu/index.php/prhsj/article/view/1232>
- ADN Paraguayo. (2016, agosto 8). Decenas de madres se unieron al “Mamatón”. *ADN Digital*. <https://www.adndigital.com.py/decenas-de-madres-se-unieron-al-mamaton/>
- Alburo-Caeñte, K. Z. K. (2014). Breast is Best? A Feminist Re-Reading of Breastfeeding Policies and Practices in the Philippines. *Philippine Quarterly of Culture and Society*, 42(3/4), 115-137.
- Allen, A. (1999). *The power of feminist theory: Domination, resistance, solidarity*. Westview Press.
- Ángel Pérez, D. A. Á., & Herrera, J. D. (2011). La propuesta hermenéutica como crítica y como criterio del problema del método. *Estudios de Filosofía*, 43, 9-29.
- Arias Cardona, A. M., & Alvarado Salgado, S. V. (2015). Investigación narrativa: Apuesta metodológica para la construcción social de conocimientos científicos. *Revista CES Psicología*, 8(2), 171-181.
- Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. (1985, enero 11). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*.

- Balsamo, F., Mari, G. D., Maher, V., Serini, R., & Salvatorelli, M. (1992). Production and Pleasure: Research on Breast-Feeding in Turin. En *Anthropology of Breast-Feeding*. Routledge.
- Bazán, C. (2020, mayo 28). Silvia Federici: «El trabajo de los cuidados es el más esencial que hay». *EFEMINISTA*. <https://efeminista.com/silvia-federici-trabajo-cuidados/>
- Beauvoir, S. (1948). *El segundo sexo*. Clásicos de época.
- Bidegain, N., & Calderón Magaña, C. (Eds.). (2018). *Los cuidados en América Latina y el Caribe: Textos seleccionados 2007-2018*. Naciones Unidas, CEPAL.
- Biglia, B., & Bonet-Martí, J. (2009). La construcción de narrativas como método de investigación psico-social. Prácticas de escritura compartida. *FORUM: QUALITATIVE SOCIAL RESEARCH SOZIALFORSCHUNG*, 10(1). <https://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/download/1225/2665?inline=1>
- Blázquez García, M. J. (2006). Lenguaje sano para acompañar a las madres durante la lactancia. *Medicina Naturalista*, 10, 664-667.
- Blum, L. (1993). Mothers, Babies, and Breastfeeding in Late Capitalist America: The Shifting Contexts of Feminist Theory. *Feminist Studies*, 2(19), 290-311.
- Burin, M., & Meler, I. (2010). *Género y familia: Poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad* (Primera edición). PAIDÓS.
- Butler, J. (2020). *Mecanismos psíquicos del poder*. Ediciones Cátedra S.A.
- Calveiro, P. (2005). *Familia y poder*. Libros de la Araucaria.
- Carcedo, A., Groh, M. J. C., & Lexartza, L. (2011). *Cadenas globales de cuidados: El papel de los migrantes nicaraguense en la provisión e cuidados en Costa Rica*. ONU Mujeres.

- Carter, P. (1995). *Feminism, Breasts and Breast-Feeding* (1995th edition). Palgrave Macmillan.
- Castilla, M. V. (2005). La ausencia del amamantamiento en la construcción de la buena maternidad. *Revista de Estudios de Género, La Ventana E-ISSN: 2448-7724*, 3(22), Article 22. <https://doi.org/10.32870/lv.v3i22.787>
- Charlesworth, H. (2007). No flotando sino ahogándonos: La Transversalidad de género y los Derechos Humanos en las Naciones Unidas. *REVISTA CEJIL Debates sobre Derechos Humanos y el Sistema Interamericano*, 3.
- Chodorow, N. (2009). *El ejercicio de la maternidad: Psicoanálisis y sociología de la maternidad y paternidad en la crianza de los hijos*. Gedisa.
- Coffey, A., & Atkinson, P. (2003). *Encontrar el sentido a los datos cualitativos: Estrategias complementarias de investigación*. Editorial Universidad de Antioquia.
- Comisión Nacional de Lactancia Materna. (2009). *Política Pública de Lactancia Materna* [Política pública]. Ministerio de Salud.
- Corral Iglesias, C. (2023). *La tecnología de la información y la comunicación y su impacto en la lactancia materna exclusiva* [Tesis, Universidad Autónoma de Madrid]. <https://repositorio.uam.es/handle/10486/707970>
- Costa Rica impulsa la lactancia materna por medio de la «Mamatón»*. (2014, agosto 19). Última Hora. <https://www.ultimahora.com/costa-rica-impulsa-la-lactancia-materna-medio-la-mamaton-n822004>
- Crenshaw, K. W. (1989). *Desmarginalizar la intersección de la raza y el sexo: Una crítica feminista negra de la doctrina antidiscriminatoria, la teoría feminista y la política antirracista*.

- De Miguel Álvarez, A. (2014). La dialéctica de la Teoría Feminista: Lo que nos une, lo que nos separa, lo que nos hace avanzar. *Daimon. Revista Internacional de Filosofía*, 63, 191-204. <http://dx.doi.org/10.6018/daimon/199711>
- Díaz Jiménez, D., Nogales Lora, F., & Reina Caro, A. (2021). La influencia del entorno social en la lactancia materna. A propósito de un caso. *SANUM Revista Científica-Sanitaria*, 5(1).
- DRAE. (2024, enero 19). *Negocio* / *Diccionario de la lengua española (2001)*. «Diccionario de la lengua española (2001)». <https://www.rae.es/drae2001/negocio>
- Faircloth, C. (2013). *Militant Lactivism? Attachment Parenting and Intensive Motherhood in the UK and France*. Berghahn Books.
- Federici, S. (2013). *Revolución en punto cero. Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas* (Traficante de Sueños).
- Figueiredo Souza, A. L. de. (2020). Maternidad en las redes sociales de internet. Vivencias maternas brasileñas compartidas en red. *Comunicación y medios*, 29(41), 54-66. <https://doi.org/10.5354/0719-1529.2020.54499>
- Flórez-Estrada Pimentel, M. (2017). *La notable maternidad de Luis Gerardo Mairena: Crisis y transformación de los lazos sociales en Costa Rica*. Editorial UCR.
- Forero, Y., Rodríguez, S. M., Isaacs, M. A., & Hernández, J. A. (2013). Breastfeeding from the perspective of teenage mothers in Bogotá. *Biomédica*, 33(4), Article 4. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v33i4.1470>
- Fundación Catalina Vega. (2021, febrero 25). *Convertirme en Donadora*. Fundación Banco de Leche Humana. <https://donandoleche.org/como-ayudar/convertirme-en-donadora/>

- Gago, V. (2019). *La potencia feminista. O el deseo de cambiarlo todo*. Traficante de sueños.
- GIFA, G. I. F. A. (2021, noviembre 1). *Compañías de leche materna: ¿Qué hacen los gobiernos?* GIFA. <https://www.gifa.org/es/companias-de-leche-materna-que-hacen-los-gobiernos/>
- Gil Moreno, E. (2017). Nuevos activismos sociales en la era digital: De las masas al «crowd». *Política y Sociedad*, 54(1), 191-208. <https://doi.org/10.5209/POSO.48914>
- Gimeno, B. (2018). *La lactancia materna: Política e identidad*. Cátedra.
- González Viveros, M. C., Jaramillo-Sierra, A., & Vargas Trujillo, E. (2022). Procesos de reconfiguración identitaria en hombres que son los principales cuidadores de sus hijas e hijos. *Revista de Estudios Sociales*, 80(02), 37-55. <https://doi.org/10.7440/res80.2022.03>
- Gutiérrez Martínez, A. P. (2020). ¿Y tú, das pecho o biberón? Narrativas, identidad de género y lactancia materna. *Desacatos. Revista de Ciencias Sociales*, 63, Article 63. <https://doi.org/10.29340/63.2260>
- IBELCE. (2017, mayo 8). About IBLCE. *IBLCE*. <https://iblce.org/about-iblce/>
- Inesta, J. (2016, julio 23). *La tetada masiva en 360°: Para protestar, las mujeres amamantaron a sus bebés en todo el país*. Todo Noticias. [https://tn.com.ar/sociedad/la-tetada-masiva-en-360-para-protestar-las-mujeres-amamantaron-sus-bebes-en-todo-el-pais\\_692001/](https://tn.com.ar/sociedad/la-tetada-masiva-en-360-para-protestar-las-mujeres-amamantaron-sus-bebes-en-todo-el-pais_692001/)
- Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS) & Ministerio de Desarrollo Humano e Inclusión Social (MDHIS). (2021). *Política Nacional de Cuidados 2021-2031: Hacia la implementación progresiva de un Sistema de Apoyo a los Cuidados y Atención a la Dependencia*. IMAS, MDHIS.

[https://www.imas.go.cr/sites/default/files/custom/Politica%20Nacional%20de%20Cuidados%202021-2031\\_0.pdf](https://www.imas.go.cr/sites/default/files/custom/Politica%20Nacional%20de%20Cuidados%202021-2031_0.pdf)

- Jensen, K. B. (2014). Introducción: La convergencia de investigaciones sobre medios y comunicación. En *La comunicación y los medios: Metodologías de investigación cualitativa y cuantitativa* (pp. 13-40). Fondo de Cultura Económica.
- Juliano, D. (1996). Las que saben... Elaboraciones feministas y subcultura de las mujeres. *Política y Cultura*, 6, Article 6.
- Jung, C. (2015). *Lactivism: How Feminists and Fundamentalists, Hippies and Yuppies, and Physicians and Politicians Made Breastfeeding Big Business and Bad Policy* (1st edition). Basic Books.
- Kerrane, B., Kerrane, K., Bettany, S., & Rowe, D. (2021). (Invisible) Displays of Survivalist Intensive Motherhood among UK Brexit Preppers. *Sociology*, 55(6), 1151-1168. <https://doi.org/10.1177/0038038521997763>
- Kido López, L. (2009). The radical act of «mommy blogging»: Redefining motherhood through the blogosphere. *New Media & Society*, 11(5), 729-747. <https://doi.org/10.1177/1461444809105349>
- Koerber, A. (2013). *Breast or Bottle?: Contemporary Controversies in Infant-Feeding Policy and Practice* (T. W. Benson, Ed.). University of South Carolina Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctv6wgk8f>
- Kusow, A. M., & Eno, M. A. (2015). Formula Narratives and the Making of Social Stratification and Inequality. *Sociology of Race and Ethnicity*, 1(3), 409-423. <https://doi.org/10.1177/2332649215574362>
- Lagarde, M. (2004). La multidimensionalidad de la categoría género y del feminismo. En *Metodología de los estudios de género* (UNAM-IIES).

- Lagarde y de los Ríos, M. (2011). *Los cautiverios de las mujeres. Madresposas, monjas, putas, presas y locas* (Quinta edición). Siglo Veintiuno editores.
- Leite, A. M., Silva, I. A., & Scochi, C. G. S. (2004). Comunicación no verbal: Una contribución para la consejería en lactancia materna. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 12, 258-264. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692004000200016>
- León-Cava, N., Lutter, C., Ross, J., Martin, L., & Salud, O. P. de la. (2002). *Cuantificación de los Beneficios de la Lactancia Materna: Reseña de la Evidencia*. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/18539>
- Locatelli, E. (2017). Images of Breastfeeding on Instagram: Self-Representation, Publicness, and Privacy Management. *Social Media + Society*, 3(2), 2056305117707190. <https://doi.org/10.1177/2056305117707190>
- López Estrada, S. (2017). Políticas de cuidado infantil en América Latina: Análisis comparado de Chile, Costa Rica, Uruguay y México. *Frontera Norte*, 29(58), 25-46. <http://dx.doi.org/10.17428/rfn.v29i58.495>
- Martínez-Álvarez, E. (2022). *Mujeres lactantes: Entre discursos opresivos y prácticas de resistencia*. V Congreso Latinoamericano y Caribeño de Ciencias Sociales. “Democracia, justicia e igualdad”.
- Massó Guijarro, E. (2013a). Deseo lactante: Sexualidad y política en el lactivismo contemporáneo. *REVISTA DE ANTROPOLOGÍA EXPERIMENTAL*.
- Massó Guijarro, E. (2013b). Lactancia materna y revolución, o la teta como insumisión biocultural: Calostro, cuerpo y cuidado. *Dilemata*, 11, Article 11.
- May Grosser, S. (2024, agosto 7). Diputado del Frente Amplio propone proyecto para brindar seguridad jurídica al derecho a la lactancia. *Delfino*.

<https://delfino.cr/2024/08/diputado-del-frente-amplio-propone-proyecto-para-brindar-seguridad-juridica-al-derecho-a-la-lactancia>

Ministerio de Salud. (2022, febrero 18). *Aletar sanitaria: Detección de venta del producto Mother's Milk*. Ministerio de Salud Costa Rica. <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/prensa/52-noticias-2022/1230-alerta-sanitaria-deteccion-de-venta-del-producto-mother-s-milk>

Monet Álvarez, D. E., Álvarez Cortés, J. T., Gross Ochoa, V. Y., Monet Álvarez, D. E., Álvarez Cortés, J. T., & Gross Ochoa, V. Y. (2022). Beneficios inmunológicos de la lactancia materna. *Revista Cubana de Pediatría*, 94(3). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0034-75312022000300004&lng=es&nrm=iso&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0034-75312022000300004&lng=es&nrm=iso&tlng=pt)

Mulready-Ward, C., & Hackett, M. (2014). Perception and attitudes: Breastfeeding in public in New York City. *Journal of Human Lactation: Official Journal of International Lactation Consultant Association*, 30(2), 195-200. <https://doi.org/10.1177/0890334414524988>

Nardi, B. A., Schiano, D. J., Gumbrecht, M., & Swartz, L. (2004). Why we blog. *Commun. ACM*, 47(12), 41-46. <https://doi.org/10.1145/1035134.1035163>

Oakley, A. (1979). A Case of Maternity: Paradigms of Women as Maternity Cases. *Signs*, 4(4), 607-631.

OMS. (2024). *Lactancia materna: Sinopsis*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding>

Organización de los Estados Americanos. (2015). *Violencia contra Personas Lesbianas, Gay, Bisexuales, Trans e Intersex en América (COMISIÓN INTERAMERICANA DE DERECHOS HUMANOS)*.

- Orton-Johnson, K. (2017). Mummy Blogs and Representations of Motherhood: “Bad Mummies” and Their Readers. *Social Media + Society*, 3(2), 2056305117707186. <https://doi.org/10.1177/2056305117707186>
- Osborne, R., & Molina, C. (2008). Evolución del concepto de género1 (Selección de textos de Beauvoir, Millet, Rubin y Butler). *EMPIRIA. Revista de Metodología de las Ciencias Sociales*, 15, 147-182.
- Paricio Del Castillo, R., & Polo Usaola, C. (2020). Maternidad e identidad materna: Deconstrucción terapéutica de narrativas. 2020, 40(138), 33-54. <https://doi.org/10.4321/S0211-573520200020003>
- Parke, R. (1986). *El papel del padre*. Ediciones Morata, S.A.
- Penchansky, M. C. (2021). Reflexiones en torno a la propiedad del cuerpo en clave feminista. *La ventana. Revista de estudios de género*, 6(53), 111-146.
- Piedrahita Echandía, C., Díaz Gómez, Á., & Vommaro, P. (2014). *Acercamientos metodológicos a la subjetivación política: Debates latinoamericanos*. CLACSO.
- Pino Montoya, J. W. (2012). CARACTERÍSTICAS SOBRE LA TIPOLOGÍA Y LA CONFORMACIÓN DE LAS FAMILIAS DE LOS ESTRATOS CERO, UNO, DOS Y TRES DEL BARRIO BELÉN RINCÓN DE MEDELLIN. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4.
- Puentes, N., Howell, G., & Schmied, V. (2018). Exploring breastfeeding support on social media. *International Breastfeeding Journal*, 13(1), 22. <https://doi.org/10.1186/s13006-018-0166-9>
- Restrepo-Nieto, N., Herrera-Medina, R., Fuertes-Bucheli, J. F., Osorio-Murillo, O., Castro-Valencia, C., Restrepo-Nieto, N., Herrera-Medina, R., Fuertes-Bucheli, J. F., Osorio-Murillo, O., & Castro-Valencia, C. (2024). Mejoramiento de la lactancia

materna exclusiva a través de una estrategia de información y comunicación prenatal y posnatal, Cali (Colombia): 2014-2017. *Universidad y Salud*, 26(1), 1-8.  
<https://doi.org/10.22267/rus.242601.315>

Rincón, O. (2007). LA FÓRMULA DE LA COMUNICACIÓN CIUDADANA: + CIUDADANÍA + NARRACIÓN + ACTIVISMO. En *Ya no es posible el silencio: Textos, experiencias y procesos de comunicación ciudadana*. Centro de Competencia en Comunicación para América Latina, Friedrich Ebert Stiftung.

Rivas, M. (2019). *ESTRATEGIA DE COMUNICACIÓN SOBRE LACTANCIA MATERNA EN EL PERSONAL ASISTENCIAL DEL HOSPITAL INFANTIL DE SAN VICENTE FUNDACIÓN MEDELLÍN CON EL PROPÓSITO DE FOMENTAR LA ESTRATEGIA IAMI* [Posgrado Promoción y Comunicación en Salud, Universidad CES, Facultad de Medicina].  
<https://repository.ces.edu.co/server/api/core/bitstreams/11be8f75-f5f0-4b37-bc03-8fc36fd8c008/content>

Rubin, G. (1986). El tráfico de mujeres: Notas sobre la «economía política» del sexo. *Nueva Antropología*, VIII(30), 95-145.

Sack, R. (2015). Lactancia materna y trabajo: ¿Un derecho reconocido a la mujer? *La Aljaba. Segunda Época. Revista de Estudios de la Mujer*, 19.  
<https://cerac.unlpam.edu.ar/index.php/aljaba/article/view/1787>

Salas Calderón, S., & Piedra Rodríguez, E. (2024). *Cuarto Estado de los Derechos Humanos de las Mujeres en Costa Rica: El derecho de los cuidados: La injusta sobrecarga en las mujeres* (Cuarto; Colección Estado de los Derechos de las Mujeres en Costa Rica). Instituto Nacional de las Mujeres.

- Saletti Cuesta, L. (2008). Propuestas teóricas feministas en relación al concepto de maternidad. *Clepsydra. Revista de Estudios de Género y Teoría Feminista*, 7, 169-184.
- Sandoval, C. (2010). De los medios a los fines. La comunicación como bien público. *Revista Latinoamericana de Comunicación, ALAIC*, 13.
- Sanz Vidal, F. (2017). Lactivismo como movimiento de resistencia: (Re)acciones lactivistas en contextos urbanos mexicanos en Massó Guijarro, Ester: Mamar: Mythos y lógos sobre lactancia humana. *LEMATA. Revista Internacional de Éticas Aplicadas*, 25.
- Sierra Zúñiga, M. F., Holguín, C., Mamián, A. M., & Delgado-Noguera, M. (2017). Conocimientos maternos sobre alimentación complementaria en Latinoamérica: Revisión narrativa. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud Universidad del Cauca*, 19(2), Article 2.
- Smith, J. L., Hawkinson, K., & Paull, K. (2011). Spoiled milk: An experimental examination of bias against mothers who breastfeed. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 37(7), 867-878. <https://doi.org/10.1177/0146167211401629>
- Soledad Yañez, S. (2010). *El seno de la paradoja: Un recorrido por los inconstantes discursos de las políticas del amamantamiento*. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/159638>
- Sutton, B. (2007). Poner el Cuerpo: Women's Embodiment and Political Resistance in Argentina. *Latin American Politics and Society*, 49(3), 129-162.
- Tabares Lenis, L. M., Gallego Echeverry, S. M., & Peláez Manrique, N. (2014). *Representaciones sociales de adolescentes del municipio de Pereira frente a la práctica de lactancia materna*. <http://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/17521>

- Tăut, D. (2017). Breastfeeding (un)covered: Narratives of public breastfeeding on Romanian discussion forums. *International Journal of Behavioral Medicine*, 24(6), 815-826. <https://doi.org/10.1007/s12529-017-9687-7>
- Tavárez, Á. (2016, abril 12). *Manera de amar como mamá*. La Leche League International. <https://lilli.org/news/manera-de-amar-como-mama/>
- Tubert, S. (Ed.). (1996). *Figuras de la madre*. Ediciones Cátedra S.A.
- Turner, P. K., & Norwood, K. (2014). 'I had the luxury . . .': Organizational breastfeeding support as privatized privilege. *Human Relations*, 67(7), 849-874. <https://doi.org/10.1177/0018726713507730>
- UNICEF. (2013). *Lactancia Materna* [Manual].
- UNICEF. (2024). *Lactancia materna | UNICEF*. <https://www.unicef.org/mexico/lactancia-materna>
- Visa Barbosa, M. (2017). *La representación de la lactancia materna en el cine*.
- Wolf, J. H. (2006). What Feminists Can Do for Breastfeeding and What Breastfeeding Can Do for Feminists. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 31(2), 397-424. <https://doi.org/10.1086/497279>