



*Mitos y verdades de la lactancia materna. Un estudio de actualización*

*Myths and truths about breastfeeding. An update study*

*Mitos e verdades sobre amamentação. Um estudo de atualização*

Wendy Jamilet Meneses-Ruiz <sup>I</sup>

[wmeneses4218@uta.edu.ec](mailto:wmeneses4218@uta.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0002-3941-2614>

Cristina Alexandra Arteaga-Almeida <sup>II</sup>

[ca.artega@uta.edu.ec](mailto:ca.artega@uta.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0002-9914-7648>

**Correspondencia:** [wmeneses4218@uta.edu.ec](mailto:wmeneses4218@uta.edu.ec)

Ciencias de la Salud

Artículo de Investigación

\* **Recibido:** 14 de febrero de 2024 \* **Aceptado:** 09 de marzo de 2024 \* **Publicado:** 23 de abril de 2024

I. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.

II. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.

## Resumen

Este estudio se propuso investigar los mitos y realidades relacionados con la lactancia materna (LM) que podrían influir en su interrupción prematura. Para ello, se llevó a cabo una revisión sistemática de la literatura científica relevante, abarcando el período de 2018 a 2024. La metodología empleada incluyó la aplicación de técnicas bibliográficas avanzadas para la extracción de datos de una variedad de fuentes, incluyendo libros, revistas especializadas, y estudios empíricos tanto cualitativos como cuantitativos, además del análisis de casos concretos. El objetivo principal fue identificar, clasificar y diferenciar entre mitos, creencias y percepciones incorrectas sobre la lactancia materna, evaluando su impacto en la decisión de las madres de iniciar o continuar con esta práctica. Se exploraron diversos aspectos, como las preocupaciones de las madres que podrían obstruir el inicio o la continuidad de la lactancia, las causas del abandono de esta práctica, y temas relacionados con la salud del lactante y otros factores nutricionales críticos durante el periodo de lactancia. Los resultados enfatizan la importancia vital de desmentir los mitos sobre la lactancia materna, a través de la educación fundamentada en evidencia científica, tanto en etapas prenatales como postnatales, promoviendo activamente la lactancia materna en las comunidades, implementando políticas que apoyen su práctica y asegurando la creación de entornos propicios que fomenten esta práctica esencial.

**Palabras clave:** Mitos y verdades sobre lactancia materna; Creencias sobre lactancia; Prácticas sobre lactancia materna.

## Abstract

This study aimed to investigate the myths and realities related to breastfeeding (BF) that could influence its premature interruption. To this end, a systematic review of the relevant scientific literature was carried out, covering the period from 2018 to 2024. The methodology used included the application of advanced bibliographic techniques to extract data from a variety of sources, including books, specialized journals, and both qualitative and quantitative empirical studies, as well as analysis of specific cases. The main objective was to identify, classify and differentiate between myths, beliefs and incorrect perceptions about breastfeeding, evaluating their impact on mothers' decision to start or continue with this practice. Various aspects were explored, such as mothers' concerns that could obstruct the initiation or continuation of breastfeeding, the causes of

abandonment of this practice, and issues related to the infant's health and other critical nutritional factors during the breastfeeding period. The results emphasize the vital importance of debunking myths about breastfeeding, through education based on scientific evidence, both in prenatal and postnatal stages, actively promoting breastfeeding in communities, implementing policies that support its practice and ensuring the creating enabling environments that encourage this essential practice.

**Keywords:** Myths and truths about breastfeeding; Beliefs about breastfeeding; Breastfeeding practices.

### **Resumo**

Este estudo teve como objetivo investigar os mitos e realidades relacionados ao aleitamento materno (AM) que poderiam influenciar na sua interrupção prematura. Para tanto, foi realizada uma revisão sistemática da literatura científica relevante, abrangendo o período de 2018 a 2024. A metodologia utilizada incluiu a aplicação de técnicas bibliográficas avançadas para extrair dados de diversas fontes, incluindo livros, revistas especializadas, e estudos empíricos qualitativos e quantitativos, bem como análises de casos específicos. O objetivo principal foi identificar, classificar e diferenciar mitos, crenças e percepções incorretas sobre a amamentação, avaliando o seu impacto na decisão das mães de iniciar ou continuar com esta prática. Foram explorados vários aspectos, como as preocupações das mães que poderiam obstruir o início ou a continuação da amamentação, as causas do abandono desta prática e questões relacionadas à saúde do bebê e outros fatores nutricionais críticos durante o período de amamentação. Os resultados sublinham a importância vital de desmascarar mitos sobre a amamentação, através da educação baseada em evidências científicas, tanto na fase pré-natal como pós-natal, promovendo ativamente a amamentação nas comunidades, implementando políticas que apoiem a sua prática e garantindo a criação de ambientes propícios que incentivem esta prática essencial.

Palavras-chave: Mitos e verdades sobre amamentação; Crenças sobre amamentação; Práticas de amamentação.

### **Introducción**

Los mitos representan la repetición de una narrativa particular, sobre un tema específico y son un punto de referencia cultural para la transmisión de percepciones o prácticas justificadas. Para el

caso, la lactancia materna puede ejercer un sistema de prácticas no siempre adecuadas al desarrollo de un neonato y en muchas ocasiones no representan verdades probadas científicamente y éstas influyen en los patrones de alimentación de un bebe, con lo cual se puede perjudicar su crecimiento y salud. La presente investigación tiene como objetivo realizar un análisis sobre los mitos y verdades de la lactancia materna en diferentes fuentes bibliográficas.

La lactancia materna representa un acto fundamental para el ser humano, ya que representa y establece el primer contacto emocional, social y biológico; establece además, uno de los vínculos más importantes en el desarrollo cognitivo, físico y psicológico. La leche materna es el alimento más completo para el recién nacido, al contener todas las vitaminas, nutrientes, minerales, anticuerpos para el bebé, es de fácil digestión y fortalecen el sistema inmunológico.

La leche materna además de ser uno de los alimentos de mayor beneficio para un recién nacido es una fuente de nutrición saludable, económica, gratuita y accesible a la madre y al niño; ésta representa una condición de salud para la madre al proporcionarle descargas de oxitocina que contribuyen en su bienestar y que le permiten hacer frente a las demandas de estrés que debe afrontar en su papel como cuidadora, pero a la vez, ayuda a prevenir los riesgos de enfermedades infantiles que a largo plazo no contribuyen al bienestar de este grupo poblacional.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) promueve la práctica de la lactancia materna y reconoce los múltiples beneficios que brinda a los niños y sus madres; en virtud de esto, cada año promueve campañas a nivel mundial las cuales destacan la importancia nutricional de la leche materna, los beneficios inmunológicos, los vínculos afectivos para del bebe, la confianza básica que se desarrolla con la cuidadora y los beneficios en los costos para la salud pública, siendo un beneficio, tanto para madres como para los niños.

Destaca, además, que la lactancia materna, permite la reducción de la pobreza al mejorar las condiciones alimentarias de la población, mejora los sistemas de alimentación y contribuye al desarrollo sostenible de las naciones (Panimbosa & Romo, 2022).

El estudio realizado por López (2022), analizó los mitos y verdades en relación a la lactancia materna, revisó 194 artículos entre el 2011 y el 2021; y destacó como mitos representativos los referentes a la alimentación durante el embarazo, los cambios sobre la estructura anatómica de la madre a causa de la lactancia; además concluyó que este tipo de creencias perjudicó a los niños en su alimentación ya que en la mayoría de los casos, los niños no recibieron este alimento de forma exclusiva y la lactancia no se extendió más allá de los seis meses; finalmente otro dato importante

es que los profesionales de salud que atendieron a estas madres en su mayoría desconocían el contexto sociocultural de las progenitoras.

Un estudio similar, realizado por Velasco et al., (2021) destaca como mitos: la percepción de las madres sobre la carencia de nutrientes suficientes para su bebe, las inadecuadas recomendaciones de los proveedores de salud, la estigmatización social respecto a la práctica de lactancia, el estigma de amamantar en público, la producción de leche en suficientes cantidades o que la calidad después de los seis meses de ésta decrece. El estudio destaca los beneficios de lactancia materna tanto para niños como para las madres.

Por otra parte, Vargas et al., (2020) en la investigación bibliográfica sobre lactancia materna mitos y vedades; indica que solo 50 artículos se refieren a las creencias sobre la madre respecto al cuerpo y la estética, sobre las limitaciones de la lactancia materna, las percepciones o creencias de la madre al momento de amamantar y la alimentación durante la lactancia materna. El estudio incluye las concepciones sobre la leche materna respecto al: color y su textura, la composición o los comportamientos de la madre en el amamantamiento que modifican la leche materna. Creencias sobre la alimentación del bebe, otras situaciones que pueden suspender el amamantamiento. Otras creencias involucran al tipo de parto, baños con agua fría o problemas congénitos sobre la producción de leche, entre otras.

El estudio sobre los factores que influyen en el cese de la lactancia materna exclusiva menciona que la LM se suspende entre los 3 y 4 meses, debido al poco conocimiento de la madre sobre LM; respecto a los factores asociados al niño, se determinó que la mayoría nacieron a término, su alimentación fue exclusiva con LM y se registran pocos casos de niños con malformaciones orofaríngeas (Correa Gómez, 2022).

El estudio sobre Lactancia Materna hasta los dos años de vida ¿mito o realidad?, enfatiza los resultados favorables que se obtuvieron en la investigación, al destacar la educación a las madres sobre los beneficios de LM tanto para ellas como para los niños, la valoración positiva de esta práctica, los aportes al crecimiento, la contribución emocional y cognitivo al desarrollo, especialmente para quienes extendieron su amamantamiento hasta los dos años del niño (Casa Peñaloza & Fiallos Mayorga, 2022).

La investigación sobre la intervención explicativa a las madres embarazadas acerca de los mitos y realidades de la LM, destaca que la información a la madre gestante mejora considerable la percepción sobre la importancia de la LM; estos conocimientos tienen relación con el grado de

escolaridad y la duración de LM, con los hijos previos; sin embargo, el estudio demuestra que no hay relación con la edad ni con la paridad de (Lamelas-González et al., 2021).

La guía ¡Hola, bebé! desde el embarazo hasta el primer año de vida, obra del Fondo de las Naciones Unidas para infancia (UNICEF), que le gobierno del Uruguay entrega a las familias a través del Ministerio de Salud, mediante los servicios de salud pública y privados, indica las falsas creencias sobre el amamantamiento, así por ejemplo se menciona que: no todas las mujeres pueden amamantar, que la producción del calostro en los primeros días no siempre se ajusta a los requerimientos del niño, que el tiempo respecto a la frecuencia y duración de la práctica no es pertinente, la calidad de la leche, la cantidad de leche respecto al crecimiento del bebé, al tamaño de pechos u cambios posteriores, la ingesta mayor de líquidos o la condición de salud de la madre (limitada solo en pocas enfermedades) se exponen como formas educativas sobre LM (Hernández Álvarez Editor & Hernández Álvarez, n.d.).

La Organización Mundial para la Salud (OMS) y UNICEF establecieron como parte de las campañas de promoción sobre lactancia materna, la primera semana de agosto, y la denominaron como la semana mundial de la LM, la cual tiene como objetivo educar a la población con la finalidad de promover su práctica destacando la relevancia de la LM durante los primeros años de vida, los beneficios tanto para la madre como para el bebe, el garantizar el ejercicio de este derecho a través de leyes o reglamentos que permitan su práctica tanto en el entorno privado como en la condición laboral en todos los países miembros (OMS, 2023).

## Metodología

Estudio descriptivo de revisión bibliográfica, se basa en revisión sistemática de las bases de datos científicas a través de operadores booleanos and o not; publicados en el período 2019 y 2024. Las bases científicas consultadas fueron Elsevier, Scielo, Google Scholar, se revisaron trabajos en inglés, español y portugués. Criterios de inclusión para este estudio fue la revisión de libros, tesis de posgrado, revistas médicas, guías clínicas, revisiones bibliográficas, estudios de caso, cualitativos o cuantitativos, revisiones sistemáticas y documentos de la OMS, UNICEF, en el período de tiempo señalado y como criterio de exclusión se consideró: artículos no específicos o monografías y tesis que no hayan pasado por una revisión por pares.

El objetivo de la presente revisión es realizar un análisis sobre los mitos y verdades de la LM, que influyen en su abandono. Se ha empleado las palabras mitos, creencias, percepciones sobre

lactancia materna, la condición nutricional o los mitos relacionados a la práctica de LM; escritos en inglés, portugués y español

### **Criterios de inclusión**

El contexto, la temporalidad, la información relevante sobre los mitos, creencias o percepciones y verdades sobre la LM en estudios de caso, cualitativos o cuantitativos, revisiones bibliográficas, aspectos nutricionales, prácticas de LM, publicados entre el 2019 y 2024.

### **Criterios de exclusión**

Estudios no revisados por pares, fuera de la temporalidad establecida, estudios con relación farmacológica.

La revisión preliminar del tema inicialmente en Google académico y otras bases de datos reportó un total de 5,340 artículos con relación directa e indirecta al tema, al aplicar los criterios de inclusión, el uso de los operadores booleanos not y and, junto con las palabras clave del estudio, esta información se redujo a 320 artículos; luego se realizó una lectura más detallada y rigurosa del tema y se utilizaron 37 artículos en Science =1, Elsevier =1, Scielo =4, Google Scholar =31.

### **Resultados y discusión**

La práctica de la lactancia materna (LM), a lo largo de las generaciones, ha estado rodeada de múltiples mitos y realidades que, progresivamente se han desmentido tanto por la ciencia como por la comunidad científica. Las madres se ven influenciadas por una amplia gama de figuras que inciden en sus estilos de crianza así: familiares como madres y abuelas hasta cuidadores y profesionales de la salud, incluyendo médicos y pediatras. La incidencia de estas dinámicas es clave para invalidar las creencias, con información fiable y fundamentada en evidencias científicas, resaltando la importancia de preservar y fomentar la práctica de la LM, así como sus beneficios no solo para la madre y el bebé, sino también para el entorno social en general. Es primordial reconocer que la LM constituye el mejor alimento natural y nutritivo para el recién nacido, el cual proporciona todos los nutrientes esenciales que requiere un neonato para un óptimo crecimiento y desarrollo durante sus primeros meses de vida, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023).

A continuación la tabla 1 recoge la información de varios autores que exponen sus puntos de vista sobre el tema.

Tabla 1.

Artículos de revisión sistemática relacionados con mitos y creencias de la madre respecto a la lactancia

Base de datos	Propósito /tema	Autor y año	Muestra	Metodología	Objetivos de la investigación	Resultados
Google Scholar	Factores que influyen en el abandono de la lactancia materna en menores de 1 año	Tigasi, P Arráiz de Fernández, C 2023	Muestra censal de 111 madres período septiembre-enero 2023	Enfoque cualitativo de tipo descriptivo y de diseño transversal	Determinar los factores que influyen en el abandono de la lactancia materna en menores de 1 año.  (Tigasi & Arráiz de Fernández, 2023)	Los resultados para los factores biológicos respecto a la producción de leche mujeres que producen cantidad adecuada 59,9%, no produce leche el 4,5%, poca cantidad leche 36%; problemas con los senos dolor 40,5%, grietas 9%, inflamación 9,9% no tiene problemas 40,5%. En los factores psicológicos perder la figura por amamantar 3,6%, no 88,3%; temor por producción insuficiente de leche si 84,7%, no 15,3%
Google Scholar	Creencias, tabúes y mitos en relación con la lactancia materna	López, Y y Iza, E 2022	Madres del cantón Tisaleo, provincia de Tungurahua	Enfoque cualitativo, con alcance descriptivo y transversal	Realizar un análisis comparativo entre las percepciones y lo que indica la comunidad científica respecto a las creencias, tabúes y mitos en relación con la LM. (Panimbosa & Romo, 2022)	Como resultados se demuestra que las madres conservan creencias, tabúes y mitos sobre la LM, debido a la desinformación
Google Scholar	Estudio bibliométrico sobre mitos y verdades de la lactancia materna	López García, E 2022	Son 194 artículos publicados de las bases Cuiden, Scielo, Pubmed, Cochrane, Library, Liliacs y Documed	Se realizó un estudio bibliométrico en las siguientes bases de datos: Cuiden, Scielo, Pubmed, Cochrane Library, Liliacs y Documed	Estudio bibliométrico en bases de datos indexadas durante el período 2011-2021  (López García, 2022)	La evidencia científica indica que la alimentación durante el embarazo y la estructura anatómica de la mama, son mitos más representativos en LM.
Google Scholar	Creencias y prácticas culturales de madres adolescentes en el cuidado de sus hijos menores de 5 años	Toro-Rubio, M Barrios-Puerta, Z Borré-Ortiz, Y 2022	Fueron 16 madres adolescentes menores de 5 años	Estudio cualitativo, fenomenológico y hermenéutico	Conocer las creencias y las prácticas culturales de las madres adolescentes en menores de 5 años.  (Toro-Rubio et al., 2022)	Los resultados indican creencias sobre el cuidado de los hijos que implica mucha atención, expresiones de sentimientos como el amor, enseñanzas y valoración de la familia, practicas sobre le cuidado de los niños (LM, alimentación complementaria, influencia de la familia en la alimentación, estimulación temprana y vacunación,
Google Scholar	Creencias alimentarias en mujeres adolescentes de 15 a 19 años en período de lactancia en la Parroquia de Ricaurte. Febrero 2022	Caldas, T Yamunaqué, J 2022	Adolescentes de 15 a 19 años en periodo de LM que residen en la parroquia Ricaurte	Estudio cualitativo descriptivo	Describir las creencias alimentarias en mujeres adolescentes en período de lactancia en la parroquia de Ricaurte.  (Caldas & Yamunaqué, 2023)	Las creencias más frecuentes son: nutricionales (madre debe tomar mucha leche para producir leche, el consumo de cerveza incrementa la producción de leche y su calidad, aumentar la ingesta de comida para una mayor producción de leche, los cítricos ocasionan diarrea a los lactantes, consumir te o mate aumenta la producción de leche, reducir el consumo de ají, coliflor, frejol por provocar cólicos al bebe,



						el consumo de grasas disminuye la cantidad de leche).
Google Scholar	Lactancia materna: rompiendo las barreras	Velasco, P Caicedo, A Navarro, J Tejada, M Armas, M 2021		Ensayo argumentativo	Describir los beneficios de la LM, sus mitos y realidades provenientes de creencias sociales, con el fin de disminuir las barreras que limitan y mejorar la salud de madres e hijos. (Velasco Riestra et al., 2021)	En los mitos se describe: la estigmatización del acto público a amamantar, no tener suficiente leche, dar de beber te para aliviar los cólicos al bebe, después de los 6 meses la leche materna no sirve.
Scielo	Lactancia materna: mitos y verdades. Artículo de revisión	Vargas-Zarate, M Becerra-Bulla, F Balsero-Oyuela, S Meneses-Burbano, Y 2022	Bases de datos deRevisión científica bibliográfica	Revisión bibliográfica	Identificar las creencias respecto a la LM y confirmar si hay o no evidencia científica que las soporte.  Documentos publicados entre el 2007 al 2017. (Vargas-Zarate et al., 2020)	Son 50 documentos que cumplen criterios de inclusión, que establecen tres categorías de creencias referidas desde Unicef (respecto a la madre, la calidad de la leche, a los requerimientos del bebé y otro tipo de creencias.
Google Scholar	Mitos y creencias de madres primerizas que limitan la adherencia a La	Galán, M Vásquez, Y Mogollón, F 2018	Fueron 20 madres primerizas seleccionadas con la técnica de saturación y redundancia	Estudio de caso, de tipo cualitativa	Describir, analizar y comprender los mitos y creencias de las madres primerizas sobre la práctica de LM distrito San José-2016.  (Galan et al., 2018)	Como resultados las creencias y mitos se relacionan con la madre: pechos pequeños producen poca leche, la cantidad no es suficiente para bastecer al niño, si se ingiere alimentos no se puede amamantar, lavar ropa trasfiere el frío por la leche al bebe; los mitos relacionados son: limpiar el estómago del bebe con aguítas o te, él bebe no se llena solo con leche materna.

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2.

*Artículos de revisión sistemática relacionados con mitos sobre Lactancia Materna, deserción y salud del bebe*

Base de datos	Propósito /tema	Autor y año	Muestra	Metodología	Objetivos de la investigación	Resultados
Google Scholar	Factores psicosociales, mitos y creencias asociados al abandono precoz de la lactancia materna. Percepción de los profesionales de enfermería.	Gonzáles, A Landa, L 2023	Son 13 personas (enfermeras, matrones, técnicas de enfermería) que laboran en obstetricia y neonatología	Revisión bibliográfica y cualitativo fenomenológico, con análisis de contenido	Describir si los mitos y las falsas creencias respecto a la LM de las madres se relacionan con su abandono desde su perspectiva del personal del equipo multidisciplinario de enfermería.LM (González García et al., n.d.)	Se indican como mitos: la ausencia de leche, la influencia de experiencias personales o familiares en el abandono, desconocimiento sobre el momento de renunciar a la LM
Google Scholar	Análisis de los factores que influyen en el cese de la lactancia materna exclusiva	Gómez, M 2022	Fueron 141 lactantes a quienes se les preguntó por tiempo de LM exclusiva, factores asociados con la madre para el abandono de la LM y con el niño para su abandono	Estudio descriptivo	Identificar factores asociados con el abandono de la LM en niños menores de 6 meses.  (Correa Gómez, 2022)	Los niños reciben LM hasta los 3 y 4 meses. Los factores asociados con el abandono de la LM están: nivel de conocimiento de las madres sobre el tema es inadecuado, escolaridad adecuada, no hay incidencia de enfermedades maternas graves. Factores asociados con el niño: nacimiento a término, egresaron con LM exclusiva y no existe número significativo para malformaciones bucofaríngeas

Google Scholar	Lactancia materna hasta los dos años de vida: ¿mito o realidad?	Casa, D Peñaloza Fiallos, T 2022	Son 15 madres de la comunidad Guápulo del cantón Pujilí, el 35% son universitarias y el 65% de nivel medio o primario	Descriptivo, transversal con enfoque cualitativo	Conocer sobre la viabilidad o no de extender la lactancia durante período extensos y los retos que esto supone.  (Casa Peñaloza & Fiallos Mayorga, 2022)	Se obtiene valoraciones favorables sobre LM, hacia las madres y se indica que su práctica fortalece el crecimiento y el desarrollo emocional-cognitivo del niño hasta los dos años.
Google Scholar	Factores que influyen en el destete precoz de lactantes pertenecientes al Centro de Salud Augusto	Castelo Rivas, W Pincay- Intriago, J Porras - Castellano, J Vera – Rodríguez, M 2021	Fueron 252 madres que asistieron a la unidad de salud Augusto Egas.	Estudio correlacional, descriptivo con enfoque cuantitativo	Determinar qué factores influyen en el destete precoz en madres con lactantes de 0 a 11 meses en el Centro de Salud Augusto Egas.  (Castelo-Rivas et al., 2021)	Se identifica que el 85 % presenta dificultades en la cantidad de leche. El 64,7 % menciona no creer en los mitos. El 64,7% estuvo de acuerdo en haber recibido una correcta información después del parto.
Google Scholar	Limitaciones para la implementación de la lactancia materna exclusiva y su efecto en el estado nutricional de los niños menores de 1 año.	Pineda, F Vilar, G Cerda, E 2021	Se trabajo sobre 120 madres y sus niños menores de un año	Descriptivo transversal	Determinar las limitaciones para la implementación de la LM exclusiva y su efecto en el estado nutricional de los niños en consulta externa de pediatría del Hospital Alemán Nicaragüense -mayo de 2019.  (Pineda Gea et al., 2021)	Las madres de 16 a 20 años el 18.3% brindó LM. El 4.2% considera que la práctica LM es indecente El 59.25% indica falta de apoyo familiar y el 40.8% conocimiento sobre LM El 66.7% recibió consejería en LM y no reportaron enfermedades de la mama, el 45.8 % no reportó factores del niño que impedirían la lactancia, el 35.8% de los niños tenía subnutrición grave y el 36.7% tenían entre 1 a 3 meses de edad
Google Scholar	Factores asociados al abandono de la lactancia materna exclusiva en una ciudad de Perú	Ortega M, Castillo S, Reyes, A 2020	Muestra son 77 mujeres atendidas en Hospital Víctor Ramos Guardia y Es Salud II de la ciudad de Huaraz.	Descriptivo transversal	Identificar los factores asociados al abandono de la LM exclusiva en una ciudad de Perú. (Ortega et al., 2020)	El factor biológico es significativo en el abandono de la LM exclusiva. El 55,45 % recibieron LM en la primera hora de vida; el 84,09 % de menos de seis meses recibieron solo LM y 97,73% tomaron formula láctea; y 52,27 % abandonó LM.
Google Scholar	Problemas en la lactancia Materna	Tomico del Río, M 2020	No hay muestra	Ensayo	Proporcionar a los profesionales sanitarios responsables de la salud materno-infantil los conocimientos y herramientas necesarias, que les permitan desarrollar habilidades para conseguir prácticas óptimas de LM y para ayudar a las madres en el amamantamiento. (Tomico del Río, 2020)	Se informa sobre la aplicación de la ficha de observación de la toma de leche dirigida a la madre con la finalidad observar signo de una adecuada lactancia, la escala de evaluación de la lactancia materna LATCH, la valoración de ganancia ponderal del recién nacido, la valoración a la madre y sus pechos y la ficha de la historia clínica de lactancia.
Google Scholar	La influencia del entorno social en la lactancia materna.	Díaz Jimenes, D Nogales Lora, F Riena Caro, A 2020	Caso clínico	Estudio de caso	Planificar los cuidados y el seguimiento o e valuación tras su ejecución (taxonomía estandarizada de enfermera). (Díaz Jiménez et al., 2021)	Los mitos encontrados en el caso de estudio son: los pechos pequeños no producen la leche suficiente para amamantar, no satisfacer el hambre del niño por el desconocimiento de la capacidad gástrica, la falta de individualizar el peso del niño y solo realizar una comparación con tablas incorrectas.

Google Scholar	La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática	Minchala, R Ramírez-Coronel, A Caizaguano-Dutan, M, et al 2020	Bases científicas: LILACS, Pubmed, UNAM, Dialnet, Progress in Health Sciences, Revista Enfermería Global, MedlinePlus, Revista Enfermería CyL, Redalyc, durante el periodo 2015-2020	Revisión sistemática 31 artículos que cumplen con los criterios de pertinencia	Analizar mediante revisión bibliográfica, la lactancia materna como una alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles.  (Minchala-Urgiles et al., 2020)	Los principales beneficios de la LM son: prevenir enfermedades infecciosas del tracto digestivo y respiratorio, el sobrepeso y la hipertensión para el caso de los bebés. En el caso de las madres prevención de hemorragias, anemias, cáncer de mama o de ovarios, diabetes tipo II, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.
Science	Factores de riesgo que influyen en el abandono de la Lactancia Materna. 2017-2018	Rosado, Y Delgado, W Meireles, M Figueredo, L Barrios, A 2019	Fueron 147 pacientes con niños entre 6 y 12 meses	Estudio descriptivo retrospectivo de caso y control	Identificar los factores de riesgo bio-sociales que influyen en el abandono de la LM exclusiva antes del sexto mes de vida en el Policlínico 13 de marzo enero - diciembre – 2018. (Rosado-Navarro et al., 2019)	Las madres que más abandonan la LM pertenecen a nivel secundario o preuniversitario, 73,5% son disfuncionales  Las causas del abandono son: poca leche, el niño no llena y queda con hambre, llora mucho, no aumenta peso o no quiere el pecho.
Google Scholar	Conocimientos y barreras sobre lactancia materna en el personal de salud del hospital gineco-obstétrico Isidro Ayora	Amores, A Punguil, D 2019	Profesionales del área de salud (médicos, pediatras-neonatólogos, gineco-obstetras y enfermeras) que laboran en HGOIA	Estudio transversal, cualitativo	Describir el conocimiento e identificar las barreras sobre LM en profesionales médicos pediatras- neonatólogos, gineco-obstetras y profesionales en enfermería que se encuentran en los servicios de consulta externa y hospitalización del HGOI. (Amores & Punguil; D, 2019)	Solo el 11,7% posee conocimientos adecuados, el 88,3% presenta diferencias significativas sobre LM, el 23,9% indica en la categoría barreras culturales que no brinda lactancia materna por dolor en los senos, el 22% menciona tener poca leche, 21% indica que se caen los senos por la lactancia, 17% no tiene tiempo, 16% le gusta que le vean.
Google Scholar	Tipos de lactancia materna y factores que influyen en su abandono hasta los 6 meses	Cabedo, R Manresa, J Cambredo, M Montero, L Reyes, A Gól, R Falguera, G 2019	Fueron 541 sujetos compuestos por madres y sus hijos	Estudio observacional, longitudinal para madres de 35 semanas de embarazo hasta los 6 meses de vida	Conocer la evolución de la LM y la LM exclusiva (LME) desde el nacimiento hasta los 6 meses de edad.  (Cabedo et al., 2019)	El estudio revela como principales causas de abandono de la LM exclusiva: sensación subjetiva de hambre del niño, 35%; hipogalactia 22,8% y 95% expresan su voluntad de mantener la lactancia hasta el año de vida. Además de indica que accesorios como chupetes, tetinas, pezoneras con un 20,2% dificultan la lactancia.
SciElo	Comportamiento de la lactancia materna exclusiva en madres indígenas	Cevallos, A Castillo, L Santillan, E 2019	El estudio incluyo a 171 madres	Investigación descriptiva	Determinar las fortalezas y debilidades que inciden en la implementación de la lactancia materna exclusiva en madres indígenas.  (Cevallos Paredes et al., 2019)	La práctica de LM presenta fortalezas como: la leche como el mejor alimento 74,2%, relaciona afectiva con el hijo 70, 9%, mejore crecimiento del niño 88,2%, prevención de enfermedades 86%. Las debilidades identificadas están: trabajo de la madre 12,82%, falta de tiempo 12,8%, poca leche 20,5%, falta de descanso de la madre 24, 4%, dolor de pezones 23,1%, falta de información sobre LM exclusiva 23,1%
Google Scholar	Factores culturales y sociales asociados a la lactancia materna exclusiva en San Basilio de Palenque	López Salame, R Covilla-Pedrozo, M Morelo-Castro, N Morelos-Gaviria, L Son 195 madres menores de 2 años en San Basilio de Palenque - Bolívar		Estudio analítico transversal	Identificar los factores culturales y sociales asociados a la lactancia materna exclusiva en San Basilio de Palenque.	Los factores culturales que se asocian a las creencias LM están: pasar algún mal momento OR=4,34; generar dependencia con el niño OR= 2,98; actitud positiva frente a la LM OR= 3,068. El estudio no

		2019		(López-Sáleme et al., 2019)	encuentra asocian entre las variables culturales, sociales respecto a la LM
Google Scholar	Influencia de la percepción de producción insuficiente de leche en el inicio y duración de la lactancia materna exclusiva en las púérperas y lactantes hospital Verdi Cevallos	Ayala, J Loor, V 2019	Estudio realizado durante junio del 2018 a febrero del 2019	De cohorte prospectivo (Ayala et al., 2019)	El mito sobre la percepción en la producción de leche materna influye negativamente en el mantenimiento de la práctica futura de lactancia, las creencias sobre la producción inapropiada de leche se asocian con una interrupción temprana de LM exclusiva, la media de LM exclusiva fue de 4,2 meses; del 41,7% que mencionó tener poca leche luego abandona la lactancia.
Google Scholar	Lactancia materna: factores que propician su abandono	Campiño-Valderrama, S Duque, P 2019	La muestra son 100 madres escogidas al azar que acuden al control de crecimiento y desarrollo en el Hospital del municipio.	Investigación cualitativa de tipo descriptivo y de corte transversal (Campiño Valderrama & Duque, 2019)	Describir las características de la lactancia materna y los factores que propician su abandono en un municipio del departamento de Caldas-Colombia. Dentro de las motivaciones para dejar la LM se encuentran: no salía suficiente leche el 30%, rechazo del aseno el 13%, trabajo de la madre 9%, la madre considera que el niño no está satisfecho 4%. Se destaca que existe asociaciones significativas para el abandono de la LM la no salida de leche, bebe rechaza el seno, el uso de biberones, reingreso laboral de la madre
Google Scholar	¿Qué dicen las madres gitanas de la lactancia materna?	Herrero, C Grau, A Colomer, J Donat, F 2022	Fueron 6 madres gitanas que acuden al centro San Luis de la cuida de Valencia.	Estudio cualitativo, fenomenológico interpretativo (Borja et al., 2022)	Conocer y profundizar en la valoración, la experiencia y la vivencia de las mujeres de etnia gitana con la lactancia materna. Como barreras en la práctica de LM se describe a: falta de apoyo familiar, se asocia el amamantamiento a un sacrificio y la dependencia del niño, desinterés en LM, falta de confianza en su biología, poca educación maternal

Fuente: Elaboración propia

Tabla 3.

Artículos de revisión sistemática relacionados con mitos sobre la nutrición durante LM

Base de datos	Propósito /tema	Autor y año	Muestra	Metodología	Objetivos de la investigación	Resultados
Google Scholar	Patrones alimentarios, composición corporal y contenido calórico de la leche materna en madres lactantes.	Yaguachi, R Poveda, C Marengo, H González, W Estrada, D Velásquez, K 2022	Grupo de madres compuesto por 377 que acuden al Centro Gineco-Obstétrico (CEDIAGO) en 2018 a 2019	Investigación descriptiva, transversal	Determinar los patrones alimentarios, composición corporal y contenido calórico de la leche materna en madres lactantes. (Yaguachi et al., n.d.)	Se destaca patrones alimentarios con lácteos, frutas, cereales, carnes, verduras y hortalizas; el consumo de comidas rápidas y alimentos procesados fue en exceso, respecto al IMC se encuentra sobrepeso y obesidad, el contenido calórico de la leche materna fue de 918, 8 a 221,4 No hay asocian entre el contenido calórico de la leche materna y el consumo de alimentos o datos antropométricos.
Google Scholar	Conocimiento sobre lactancia materna en personal de salud en la Unidad de Medicina Familiar No. 1, Aguascalientes	Quezada, I 2022	60 trabajadores de salud (médicos familiares, enfermeros,	Estudio transversal, descriptivo, observacional	Determinar el nivel de conocimiento sobre lactancia materna en personal de salud en la Unidad de Medicina Familiar No. 1 en Aguascalientes. (Quezada & Vega, 2022)	Los resultados indican que el personal de salud tiene conocimientos insuficientes sobre LM, el personal más joven esta más capacitado e instruido sobre el tema, el personal médico esta mejor capacitado al respecto.

Google Scholar	Intolerancia a la lactosa: mitos y verdades. Actualización	Toca, M Fernández, A Orsi, M Tabacco, O Vinderola, G 2022	Sin muestra	Ensayo	El manejo nutricional de la intolerancia deberá hacerse siempre preservando la lactancia materna.  (Toca et al., 2022)	Se destaca que en el manejo nutricional en el lactante con déficit de lactosa se suspenda de forma total o permanente solo en caso de déficit congénito, en casos de galactosemia. Se debe continuar el amamantamiento en niños con diarrea aguda o prolongada. Se debe considerar el valor de LM sobre los efectos transitorios de intolerancia a la lactosa, el 80% de los niños con desnutrición leve o moderada toleran una lactosa normal. (Toca et al., 2022)
SciELO	Lactancia materna exclusiva en Latinoamérica: una revisión sistemática	Oblitas, A Herrera, J Flores, Y  2022	18 artículos cumplen con los criterios de inclusión	Revisión científica en PubMed, Scielo y Lilacs	Determinar el inicio, duración, prevalencia y factores de riesgo asociados al abandono de la lactancia materna exclusiva; además, de los conocimientos, experiencias y fortalezas que tienen las madres para llevar a cabo la lactancia  (Oblitas Gonzales et al., 2022)	La media de prevalencia de LM se encuentra en 5,75 meses, las motivaciones más frecuentes para abandonar la LM se encuentran: bajo nivel educativo de la madre, desconocimiento, problemas en el estado nutricional, complicaciones en el amamantamiento, el uso de fórmulas, inadecuado descanso de la madre, limitada orientación sobre el tema y LATAM desconocimiento y escaso nivel educativo de la madre. Como fortalezas se tiene: apoyo familiar, desarrollo adecuado del niño.
Google Scholar	Intervención informativa a las Embarazadas acerca de los mitos y realidades de la lactancia materna.	Lamelas-González, M Granado Soto, M Cáceres Mejuto, M Crespo Álvarez, G González Palancaal S Palmeiro Fernández, G 2021	Se obtiene información de 189 embarazadas quienes informaron sobre los mitos y realidades de la LM que asisten al servicio de Obstetricia y de matrona en el Hospital Público Valdeorras, Ourense.	Estudio experimental, longitudinal prospectivo, analítico.	Describir y analizar el nivel de conocimientos e información de calidad de las embarazadas acerca de la LM, antes y después de una intervención informativa de sus mitos.  (Lamelas-González et al., 2021)	Se informa que el 88.1% (n = 156) menciona recibir información directamente de la matrona y 58.1% (n = 100) asiste a clases de educación maternal. El 57.4% (n = 93) indica que su fuente de información eson libros sobre el tema, el 55.8% (n = 87) internet, 67.7% (n = 105) amigos o familiares y 46.7% (n = 86) la propia pareja. Solo 10.2% (n = 19) reconoció déficit informativo de la lactancia.
Google Scholar	Entre la leche materna y las leches artificiales. Discursos sobre alimentación infantil en la Ciudad de México, 1890-1959	Alanís, C  2021	Revisión de artículos, libros, manuales, y publicidad última década de XIX y la primera mitad de XX	Revisión sistemática	La alimentación infantil y el consumo de leche  (Mercedes & Rufino, n.d.)	El resultado de los textos consultados indica que la LM es lo mejor para el recién nacido. En el siglo XX se generalizó la idea de que las leches industrializadas son buenas por ser esterilizadas versus la leche de vaca o de nodrizas. Se difundió la idea a nivel de la clase media y alta, que las leches y harinas industrializadas permiten que los niños este sanos y robustos.
Google Scholar	¿Mito o verdad? Educación para la salud con mujeres embarazadas sobre lactancia materna exclusiva	Silva da Costa, E Sousa, E Lorrainy de Carvalho, S Paiva, A  2020	Madres que pertenecen al proyecto Sonho de Mae septiembre del 2019	Ensayo	Relatar la experiencia de estudiantes de enfermería en la realización de actividades de educación en salud con mujeres embarazadas en un	Uno de los mitos identificados es que la leche de vaca es buena para el bebé. Otro mito es la poca producción de leche de parte de las madres La leche débil que según la creencia no satisface al niño y por ese esta

					proyecto social sobre lactancia materna exclusiva (LME) (Da Costa et al., 2020)	llora, esta creencia es reforzada por los miembros de la familia. La LM provoca la caída de pechos y mientras más tiempo se mantenga esta se cambia la fisonomía de la mujer. El agarre inadecuado produce agrietamiento en los pechos La creencia de las madres es considerar que el bebé necesita del consumo de agua, té para aliviar los cólicos. El uso de biberones y tetinas interfiere en la LM exclusiva.
Google Scholar	Mitos y realidades de la lactancia materna Díaz Montes, C 2020	Sin muestra	Ensayo	Importancia de LM para el desarrollo del niño. (Hernández Álvarez Editor & Hernández Álvarez, n.d.)		Se destaca la influencia negativa de los mitos que afecta LM exclusiva, mina la confianza de la madre, la responsabilidad de los operadores de salud como promotores de los beneficios y ventajas de LM en la salud de los niños a nivel físico, emocional, económico y social.
Elsevier	Experiencias y creencias de madres sobre la lactancia materna exclusiva en una región de México Mota Castillo, P Hernández Ibarra, L Pelcastre Villafuerte, B Rangel Flores, Y 2019	Participaron 31 madres que reciben atención nutricional como apoyo a la LM	Estudio cualitativo con enfoque fenomenológico.	Explorar las experiencias y creencias de LM exclusiva de madres en consulta nutricional. (Mota-Castillo et al., 2019)		Las madres reconocen la importancia LM en la alimentación ideal para sus hijos, además mencionan que poseen poca información sobre el tema. Expresan que el amamantamiento es poco placentero (sensación física). Y resaltan que su principal fuente de apoyo e información es la madre o abuela.
SciElo	Evaluación en el nivel de conocimiento de las madres después de aplicada una estrategia educativa. Venezuela 2015 Rojas, J Contreras, I Chaparro, C Quintero, A Gonzales, R 2019	Se vinculo a 1132 madres embarazadas y con niños menores de dos años.	Evaluativa de corte transversal	Evaluar el nivel de conocimiento de las madres y embarazadas después de aplicada una estrategia educativa. Venezuela, 2015 (Rojas et al., 2019)		Los talleres educativos mejoraron el nivel de conocimientos en un 28,8% como deficiente a 60,8% como bueno. Los temas de impacto fueron: prácticas de amamantamiento, conservación de la leche, medidas para el incremento de leche, la educación produce cambios sustantivos en la práctica de LM
Google Scholar	Nivel de conocimiento y su relación con la práctica de lactancia materna exclusiva en madres primíparas, Hospital regional del Cusco-2018 Vizcarra, I Rojas, R 2018	La muestra fueron 74 madres primíparas	Investigación descriptiva, trasversal y correlacional	Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la práctica de LME en madres primíparas, Hospital Regional de Cusco, 2018. (Vizcarra Villafuerte, 2019)		El nivel de conocimiento sobre LM es regular para el 53%, malo el 29% y 18% como bueno. La práctica sobre LM es inadecuada para el 57% Y 43% como adecuada, la comprobación de hipótesis sostiene que el conocimiento se relaciona con la práctica de LM.

Fuente: Elaboración propia

## Discusión

A pesar de los beneficios demostrados por la ciencia sobre la lactancia materna, persisten mitos, creencias o percepciones de carácter subjetivo que pueden obstaculizar su práctica o mantenimiento en las madres lactantes, la Tabla 1 recoge los artículos de revisión sistemática relacionados con mitos y creencias de la madre respecto a la lactancia que indican que las progenitoras tienen:

- Percepciones inadecuadas sobre la producción o la cantidad de leche por el tamaño o la forma de sus pechos, lo que produce desaliento o frustración a la madre.
- Sensaciones de dolores, grietas o inflamación en los senos por la LM.
- La creencia que la LM produce cambios en la fisonomía en el cuerpo de la madre.
- Generalmente los transmisores de estas creencias es la familia, luego esta práctica se replica de forma intergeneracional y además se promueve el consumo de productos que incentivan la producción de leche.
- La madre decide dejar la práctica de LM por motivos de trabajo.
- Se difunde criterios estigmatizados o negativos sobre los beneficios de la LM versus los métodos lácteos comerciales.
- Las investigaciones recomiendan que los servicios de salud robustezcan los programas sobre LM con la finalidad de desmitificar los mitos y promover su práctica y beneficios.

Los investigadores que abordan los mitos o creencias sobre la práctica de LM, las motivaciones para la deserción de esta práctica y/o aspectos sobre la salud del bebe se recogen en la Tabla 2 que al respecto mencionan:

- El abandono de la práctica de LM se motiva por circunstancias familiares, por los consejos del entorno, por experiencias pasadas, por desinformación sobre sus beneficios, por desinterés que afectan principalmente al desarrollo del niño.
- El tiempo de la práctica de LM es aproximadamente hasta los tres meses de vida, lo que perjudican las condiciones de salud y progreso del bebé.
- La mayoría de las madres desconocen los beneficios de la LM para la salud de sus hijos y de ellas mismas y la abandonan, por las comodidades que ofrecen las leches comerciales.
- Se difunde poca información, de parte del personal de salud sobre la promoción, la educación o el apoyo a las madres lactantes. Los programas educativos sobre LM mencionan como fortalezas el apoyo que esta significa al crecimiento del niño, la

prevención de enfermedades, la convicción científica de que LM es el mejor alimento para un bebé, la relación afectiva de la madre y el niño; e indica como debilidades: la falta de descanso de la madre, dolor en los pezones, información inadecuada sobre LM exclusiva.

- Las familias disfuncionales tienen mayores probabilidades de abandonar las prácticas de LM.
- Otra de las principales creencias de las madres se relaciona con pensar que a más de la LM los niños necesitan beber agua en tiempo de calor, que solo dar el seno al bebe genera dependencia, que la práctica de LM es un sacrificio, que si han pasado algún mal momento o frustración esa leche le cae mal al bebe y hay que desecharla.

Los autores que hablan de mitos o creencias sobre la nutrición durante LM se describen en la Tabla 3 quienes menciona que:

- Históricamente a finales del siglo XX se instala la propaganda y se generaliza la idea de que las leches y harinas industrializadas preservan la salud de los niños. Los argumentos destacan las ventajas de las leches comerciales como esterilizadas, lo que de a poco suscita el abandono de esta práctica.
- El contenido calórico de la leche materna no está asociado con la ingesta de alimentos o con los datos antropométricos.
- Se reconoce los beneficios de la LM en los casos de niños enfermos, de desnutrición leve o moderada, o con diarrea aguda. Solo se sugiere la suspensión total LM en casos de déficit congénito o galactosemia.
- El bajo nivel educativo de la madre con poca información provoca complicaciones en la práctica de LM, el cuidado nutricional, un inadecuado descanso y el uso de leche artificial, especialmente en Latinoamérica.
- La información proporcionada a la madre en el período de gestación permite mejorar el conocimiento y la práctica sobre LM, los estudios demuestran que existe una relación entre los conocimientos y la práctica de LM
- Las investigaciones mencionan que se concibe a la leche de vaca como buena, creer que el té o el agua alivia los cólicos del niño, el uso de biberones también permite el abandono de la LM.



- El rol de los profesionales de salud es desmitificar los mitos sobre LM, su presencia afecta a la salud física, emocional y social de los niños. Se destaca que una información adecuada del personal de salud hacia las madres permite mejores prácticas en LM y su uso exclusivo.

La revisión bibliográfica realizada, destaca la importancia de la lactancia materna (LM) y cómo, a pesar de sus demostrados beneficios para la salud tanto del bebé como de la madre, existen numerosos mitos y creencias arraigadas que pueden influir negativamente en su práctica. Se observa que las percepciones erróneas sobre la producción de leche, los dolores asociados a la lactancia, los cambios en la fisonomía de la madre, y los criterios estigmatizados sobre los beneficios de la LM frente a las fórmulas comerciales, son transmitidos principalmente por el entorno familiar y se perpetúan intergeneracionalmente. Estos mitos no solo desalientan la práctica de la LM, sino que también pueden conducir a su abandono prematuro, afectando así el desarrollo y la salud del bebé.

Además, se señala la falta de información y apoyo por parte de los profesionales de la salud como un factor crítico que limita la efectividad de los programas educativos sobre LM. Las investigaciones citadas enfatizan la necesidad de robustecer estos programas para desmitificar las creencias erróneas y promover la práctica de la LM, subrayando su rol insustituible en el crecimiento, prevención de enfermedades, y en el vínculo afectivo madre-hijo. En consecuencia, es crucial una intervención multidisciplinaria que incluya la educación y el apoyo a las madres lactantes, tanto desde el entorno familiar como por parte de los profesionales de la salud, para combatir los mitos y promover la lactancia materna como la mejor opción nutricional para el bebé. Esta estrategia no solo debe enfocarse en desmitificar las creencias erróneas sino también en resaltar los múltiples beneficios de la LM, asegurando así un inicio saludable en la vida de los recién nacidos.

## **Conclusiones**

Todos los profesionales de la salud deben abordar estos mitos con información clara y educación pertinente para motivar la LM como el mejor alimento infantil. Los estudios científicos han demostrado los beneficios a corto como y largo plazo de la LM tanto para la salud del bebé y la madre. Está demostrado que el uso exclusivo de LM a durante los primeros seis meses de vida se

asocia con una reducción significativa en la incidencia de enfermedades como la diarrea, las infecciones respiratorias y las alergias alimentarias en los bebés (Minchala-Urgiles et al., 2020).

Entre los beneficios de la LM para la madre están una recuperación rápida después del parto, reducción en el riesgo de desarrollar cáncer (mama y ovario) y una mayor conexión emocional (apego con el bebé) (Casa Peñaloza & Fiallos Mayorga, 2022).

Resguardar la práctica de la LM involucra aplicar un enfoque multidisciplinario que involucre a profesionales de la salud, políticas públicas que la favorezcan y un cambio cultural que incite y apoye a las madres. Su promoción debe iniciar en el embarazo, con educación, apoyo prenatal, controles mensuales y continuar en la etapa postnatal, ser gratuita en todos centros hospitalarios y comunitarios de salud públicos y privados garantizando así, el comienzo saludable para las futuras generaciones.

## Referencias

1. Amores, A., & Punguil; D. (2019). Conocimientos y barreras sobre lactancia materna en el personal de Salud del Hospital Gineco-Obstétrico Isidro Ayora. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/6f52each-d58f-4c36-83da-3604898dbe25/content>
2. Ayala, J., Loor, V., & Dueñas, E. (2019). Influencia de la percepción de producción insuficiente de leche en el inicio y duración de la Lactancia Materna exclusiva en las púerperas y lactantes atendidos en los centros de Salud Andrés Vera, San Pablo, Portoviejo, Colón, La Piñonada, San Antonio, Jipijapa y Santa Rita y Hospital Verdo Cevallos período 2018-2029. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/82fcc50d-b095-4b1a-8a98-5e6427aa5391/content>
3. Borja, C., Grau, A., Colomer, J., & Donat, F. (2022). ¿Qué dicen las madres gitanas de la lactancia materna? Elsevier, 32(5), 316–325. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1130862122000912>
4. Cabedo, R., Manresa, J., Cambredó, M., Montero, L., Reyes, A., Gol, R., & Falguera, G. (2019). Tipos de lactancia materna y factores que influyen en su abandono hasta los 6 meses. Estudio. LACTEM. <https://s3-eu-south-2.ionoscloud.com/assetsedmayo/articles/kxqyBSkt1OWxMJIx9Ektobj0fPaeRxnXnF4TndNR.pdf>

5. Caldas, T., & Yamunaqué, J. (2023). Creencias alimentarias en mujeres adolescentes de 15 a 19 años en período de lactancia en la Parroquia de Ricaurte. Universidad de Cuenca.
6. Campiño Valderrama, S. M., & Duque, P. A. (2019). Lactancia materna: factores que propician su abandono. Archivos de Medicina (Manizales), 19(2). <https://doi.org/10.30554/archmed.19.2.3379.2019>
7. Casa Peñaloza, D. S., & Fiallos Mayorga, T. J. (2022). Breastfeeding up to two years of life: myth or reality? Salud, Ciencia y Tecnología, 2. <https://doi.org/10.56294/saludcyt202279>
8. Castelo-Rivas, W., Pincay-Intriago, J., Porras-Castellano, J., & Vera-Rodríguez, M. (2021). Factores que influyen en el destete precoz de lactantes pertenecientes al Centro de Salud Augusto Egas, Ecuador. Revista de Información Científica. [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Factores+que+influyen+en+el+destete+precoz+de+lactantes+pertenecientes+al+Centro+de+Salud+Augusto+Egas%2C+Ecuador&btnG=](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Factores+que+influyen+en+el+destete+precoz+de+lactantes+pertenecientes+al+Centro+de+Salud+Augusto+Egas%2C+Ecuador&btnG=)
9. Cevallos Paredes, K., Castillo Ruiz, L., & Santillan Mancero, E. (2019). Comportamiento de la lactancia materna exclusiva en madres indígenas. In Revista Cubana de Medicina General Integral (Vol. 35, Issue 3). <https://orcid.org/0000-0003-2808-8537>
10. Correa Gómez, M. M. (2022). Analysis of factors influencing the cessation of exclusive breastfeeding. Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias, 1. <https://doi.org/10.56294/sctconf202229>
11. Da Costa, E. C. S., Fontoura, E. de S., Souza, S. L. de C., & Saraiva, A. P. C. (2020). ¿Mito ou verdade? Educação em saúde com gestantes sobre aleitamento materno exclusivo. Revista Electrónica Acervo Enfermagem, 6, e5375. <https://doi.org/10.25248/reaenf.e5375.2020>
12. Díaz Jiménez, D., Nogales Lora, F., & Reina Caro, A.-J. (2021). La influencia del entorno social en la lactancia materna. A propósito de un caso. [https://revistacientificasanum.com/pdf/sanum\\_v5\\_n1\\_a1.pdf](https://revistacientificasanum.com/pdf/sanum_v5_n1_a1.pdf)
13. Galán, M., Vásquez, Y., & Torres, F. (2018). Mitos y creencias de madres primerizas que limitan la adherencia a la práctica de la lactancia materna. 144. <http://www.index-f.com/para/n28/e144.php>

14. González García, A., Llada Suárez, R., & del Fresno Marqués, L. (n.d.). Factores psicosociales, mitos y creencias asociados al abandono precoz de la lactancia materna. Percepción de los profesionales de enfermería. In *Commun Nurs Res, RqR* (Vol. 11). Retrieved March 6, 2024, from Mitos y creencias de madres primerizas que limitan la adherencia a la práctica de la lactancia materna
15. Hernández Álvarez Editor, G., & Hernández Álvarez, G. (n.d.). RED INTERNACIONAL DE INVESTIGADORES EN LACTANCIA.
16. Lamelas-González, M., Granado-Soto, M., Cáceres-Mejuto, M., Crespo-Álvarez, G., González-Palanca, S., & Palmeiro-Fernández, G. (2021). Intervención informativa a las embarazadas acerca de los mitos y realidades de la lactancia materna. *Ginecol Obstet Mex*, 5, 387–398.
17. López García, E. (2022). Estudio bibliométrico sobre mitos y verdades de la lactancia materna. *Revista Para Profesionales de La Salud*, 5(50).
18. López-Sáleme, R., Katherine Covilla-Pedrozo, M., Isabel Morelo-Castro, N., & Paola Morelos-Gaviria, L. (2019). Factores culturales y sociales asociados a la lactancia materna exclusiva en San Basilio de Palenque Cultural and social factors associated with exclusive breastfeeding in San Basilio de Palenque. 16(2), 293–306. <https://doi.org/10.21676/2389783X.2961>
19. Mercedes, C., & Rufino, A. (n.d.). Entre la leche materna y las leches artificiales. Discursos sobre alimentación infantil en la.
20. Minchala-Urgiles, R. E., Ramírez-Coronel, A. A., Caizaguano-Dutan, M. K., Estrella-González, M. de los Á., Altamirano-Cárdenas, L. F., Pogyo-Morocho, G. L., Andrade-Molina, M. C., Sarmiento-Pesantez, M. M., González-León, F. M., Abad-Martínez, N. I., Cordero-Zumba, N. B., & Romero-Galabay, I. M. (2020). Breastfeeding as an alternative for the prevention of maternal and infant diseases: Systematic review. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(8), 941–947. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4543500>
21. Mota-Castillo, P., Hernández-Ibarra, L., Pelcastre-Villafuerte, B., & Rangel-Flores, Y. (2019). Factores asociados al abandono de la lactancia materna exclusiva en una de México. *Nursing and Health*. [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Experiencias+y+creencias+d](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Experiencias+y+creencias+d)

- e+madres+sobre+la+lactancia+materna+exclusiva+en+una+regi%C3%B3n+de+M%C3%A9xico&btnG=
22. Oblitas Gonzales, A., Herrera Ortiz, J. U., & Flores Cruz, Y. L. (2022). Lactancia materna exclusiva en Latinoamérica: una revisión sistemática. *Revista Vive*, 5(15), 874–888. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i15.195>
  23. OMS. (2023, July 17). Crecimiento infantil. Organización Mundial de La Salud.
  24. Ortega, M., Castillo, E., & Reyes, C. (2020). Factores asociados al abandono de la lactancia materna exclusiva en una ciudad de Perú. *Revista Cubana de Enfermería*. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=97111>
  25. Panimbosa, M. E. I., & Romo, Y. E. L. (2022). Creencias, tabúes y mitos en relación con la lactancia materna. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(4). <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n4-264>
  26. Pineda Gea, F., Vilar Zaldívar, G., & Cerda Martínez, E. J. (2021). Limitaciones para la implementación de la lactancia materna exclusiva y su efecto en el estado nutricional de los niños menores de 1 año. *Revista Torreón Universitario*, 10(27), 59–65. <https://doi.org/10.5377/torreon.v10i27.10840>
  27. Quezada, I., & Vega, E. (2022). Conocimiento sobre Lactancia Materna en personal de salud Unidad Familiar Aguas Calientes. <http://bdigital.dgse.uaa.mx:8080/xmlui/handle/11317/2253>
  28. Rojas, J., Contreras, I., Chaparro, C., Quintero, Á., & González, R. (2019). Evaluation of level of knowledge among mothers after applying an educational strategy. *Venezuela 2015. Revista Chilena de Nutrición*, 46(2), 107–112. <https://doi.org/10.4067/s0717-751820190002000107>
  29. Rosado-Navarro, Y., Delgado, W., Meireles, M., Figueredo, L., & Barrios, A. (2019). Factores de riesgo que influyen en el abandono de la Lactancia Materna. *Revista Médica Granma*. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1028-48182019000601278&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1028-48182019000601278&script=sci_arttext&tlng=en)
  30. Tigasi, P., & Arráiz de Fernández, C. (2023). Factors influencing the cessation of breastfeeding in children under 1 year of age. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023395>

31. Toca, M., Fernández, A., Orsi, M., Tabacco, O., & Vinderola, G. (2022). Intolerancia a la lactosa: mitos y verdades. Actualización. Archivos Argentinos de Pediatría, 120(1), 54–57. <https://doi.org/10.5546/AAP.2022.59>
32. Tomico del Río, M. (2020). Problemas en la Lactancia Materna. [https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/congreso2020/451-462\\_problemas\\_en\\_la\\_lactancia.pdf](https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/congreso2020/451-462_problemas_en_la_lactancia.pdf)
33. Toro-Rubio, M., Barrios-Puerta, Z., & Borré-Ortiz, Y. (2022). Creencias y prácticas culturales de madres adolescentes en el cuidado de sus hijos menores de 5 años. Enfermería Global, 21(3), 236–249. <https://doi.org/10.6018/eglobal.507631>
34. Vargas-Zarate, M., Becerra-Bulla, F., Yineth Balsero-Oyuela, S., & Meneses-Burbano, Y. S. (2020). Breastfeeding: Myths and truths. Review article. Revista Facultad de Medicina, 68(4), 608–616. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v68n4.74647>
35. Velasco Riestra, P., Caicedo Fajardo, A., Navarro Rodríguez, J. A., Tejada Pineda, M. F., & Armas Neira, M. J. (2021). Lactancia materna: rompiendo las barreras. Revista Digital Universitaria, 22(4). <https://doi.org/10.22201/cuaieed.16076079e.2021.22.4.8>
36. Vizcarra Villafuerte, I. Y. (2019). Nivel de conocimiento y su relación con la práctica de lactancia materna exclusiva en madres primíparas, Hospital Regional del Cusco-2018. Universidad Andina Del Perú. [https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3314/Ingrid\\_Tesis\\_bachiller\\_2019\\_Part.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3314/Ingrid_Tesis_bachiller_2019_Part.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
37. Yaguachi, A., Poveda, C., Bulgarin, R., Marengo, H., González, W., Estrada, D., & Velásquez, K. (n.d.). Patrones alimentarios, composición corporal y contenido calórico de la leche materna en madres lactantes. <https://doi.org/10.12873/424yaguachi>