



ARTÍCULO DE OPINIÓN

La lactancia materna exclusiva desde el accionar comunitario del proyecto "Luces y Sueños"

Exclusive breastfeeding through the community action of the "Luces y Sueños" project

Joel Lima Castro ¹, <https://orcid.org/0009-0009-8438-8420>

Lena Alonso Triana ^{1*}, <https://orcid.org/0000-0002-1567-8637>

David Ruiz Hernández ¹, <https://orcid.org/0009-0006-4569-7456>

Leanis Viltres Camoira ¹, <https://orcid.org/0009-0005-5384-5044>

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas. Matanzas, Cuba.

***Autor para correspondencia:** lenaalonsotriana@gmail.com

Recibido: 20/07/2025

Aceptado: 19/09/2025

Cómo citar este artículo: Lima-Castro J, Alonso-Triana L, Ruiz-Hernández D, Viltres-Camoira L. La lactancia materna exclusiva desde el accionar comunitario del proyecto "Luces y Sueños". MedEst. [Internet]. 2025 [citado acceso fecha]; 5:e408. Disponible en: <https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/408>

RESUMEN

La lactancia materna exclusiva (LME) hasta los seis meses es una de las intervenciones de salud pública más eficaces y costo-efectivas, con beneficios demostrados para la supervivencia infantil, la salud materna y el desarrollo cognitivo. No obstante, persiste una brecha significativa entre la evidencia

Los artículos de la Revista MedEst se comparten bajo los términos de la [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Email: revmedest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu



científica y las tasas de LME a nivel global. Esta disparidad no es un fracaso individual, sino el resultado de un enfoque excesivamente biomédico que ha ignorado determinantes sociales cruciales, como las presiones comerciales, legislaciones laborales insuficientes, mitos culturales y la falta de apoyo comunitario. Argumentar a favor de la integración sistemática y financiada de proyectos de extensión universitaria con enfoque comunitario como un pilar indispensable en las estrategias nacionales de promoción de la LME es el objetivo de la presente investigación. Proyectos como "Luces y Sueños" de la Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas representan un cambio de paradigma: pasar de informar a generar entornos facilitadores mediante un diálogo empático que construye confianza, desmonta mitos y empodera a las madres y sus familias. Estas intervenciones, donde los estudiantes actúan como agentes de cambio, abordan no solo barreras educativas, sino también la necesidad de apoyo práctico y emocional, e incluso pueden incidir en determinantes estructurales mediante la abogacía. Existe la necesidad de integrar sistemáticamente estos proyectos en el currículo académico y las estrategias nacionales de salud, superando su estacionalidad para lograr un impacto sostenible mediante seguimiento continuo y evaluación rigurosa, transformando así la promoción de la LME en una práctica profundamente social y comunitaria.

Palabras clave: Lactancia Materna Exclusiva; Extensión Universitaria; Determinantes Sociales

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding (EBF) until six months is one of the most effective and cost-effective public health interventions, with proven benefits for child survival, maternal health, and cognitive development. However, a significant gap persists between scientific evidence and EBF rates globally. This disparity is not an individual failure, but rather the result of an overly biomedical approach that has ignored crucial social determinants, such as commercial pressures, insufficient labor legislation, cultural myths, and a lack of community support. The objective of this research is to argue for the systematic and funded integration of community-based university outreach projects as an indispensable pillar of national EBF promotion strategies. Projects such as "Luces y Sueños" at the University of Medical Sciences of Matanzas represent a paradigm shift: moving from providing information to creating enabling environments through empathetic dialogue that builds trust, debunks myths, and empowers mothers and their families. These interventions, where students act as agents of change, address not only educational barriers but also the need for practical and emotional support, and



can even impact structural determinants through advocacy. There is a need to systematically integrate these projects into the academic curriculum and national health strategies, overcoming their seasonality to achieve sustainable impact through ongoing monitoring and rigorous evaluation, thus transforming EBF promotion into a deeply social and community-based practice.

Keywords: Exclusive Breastfeeding; University Extension; Social Determinants

La lactancia materna exclusiva (LME) hasta los seis meses de vida constituye, sin lugar a dudas, una de las intervenciones de salud pública más eficaces y costo-efectivas para asegurar la supervivencia, la salud y el desarrollo óptimo de los niños, así como para mejorar la salud materna. La evidencia científica es abrumadora y se renueva constantemente, destacando su papel en la reducción de la morbilidad por enfermedades infecciosas, la prevención de patologías crónicas no transmisibles en la vida adulta, el fortalecimiento del vínculo afectivo y sus beneficios cognitivos a largo plazo. ^(1,2) Sin embargo, existe una brecha abismal y persistente entre lo que sabemos que es ideal y lo que ocurre en la realidad de nuestras comunidades.

A pesar de las décadas de esfuerzos en promoción y las políticas públicas implementadas, las tasas de LME a nivel global distan mucho de alcanzar las metas propuestas por organismos internacionales. Esta disparidad no es un fracaso de la ciencia ni de las madres; es, a nuestro juicio, el reflejo de un enfoque que, en ocasiones, ha sido excesivamente biomédico, vertical y desconectado de los determinantes sociales y culturales que realmente influyen en la decisión y la experiencia de amamantar. ⁽³⁾ La lactancia no ocurre en un vacío; se desarrolla en un contexto de presiones comerciales agresivas de las fórmulas infantiles, de legislaciones laborales insuficientes que no protegen a la madre trabajadora, de mitos ancestrales transmitidos generacionalmente y de una falta de apoyo comunitario tangible y continuo. ⁽⁴⁾

Es en este escenario complejo donde la extensión universitaria, particularmente desde las ciencias médicas, emerge no solo como una actividad complementaria, sino como una estrategia fundamental y subutilizada. Proyectos como "Luces y Sueños" de la Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas, donde estudiantes de medicina, enfermería y bioanálisis clínico se integran a las comunidades durante el verano, representan un modelo potentísimo para cerrar esta brecha. Este artículo se justifica en la



necesidad de analizar y valorar críticamente este tipo de intervenciones, argumentando que su valor va más allá de la actividad puntual de promoción. Se trata de un laboratorio vivo de innovación en salud pública, donde el futuro profesional de la salud aprende, desde su formación, a practicar una medicina social, empática y comunitaria.

El objetivo de este trabajo es, por tanto, argumentar a favor de la integración sistemática y financiada de proyectos de extensión universitaria con enfoque comunitario como un pilar indispensable en las estrategias nacionales de promoción de la LME, analizando sus fundamentos, su impacto potencial y los desafíos que debe superar para maximizar su efectividad.

El proyecto "Luces y Sueños" ejemplifica un cambio de paradigma necesario: pasar de informar sobre lactancia a generar entornos facilitadores para la lactancia. Sus acciones, desarrolladas en vacunatorios, consultas especializadas y hogares maternos, no se limitan a la entrega de un folleto o a una charla unidireccional. La clave de su potencial éxito radica en su naturaleza dialógica. Los estudiantes, al ser agentes más cercanos en edad y often libre de la jerarquía tradicional del consultorio, pueden establecer relaciones de confianza con las madres jóvenes, escuchar sus dudas reales — muchas veces silenciadas por el miedo al juicio— y desmontar mitos desde la experiencia compartida y el conocimiento científico adaptado al lenguaje comunitario. (Figura 1)

Esta interacción no es educación sanitaria tradicional; es una co-construcción de conocimiento donde la mujer se siente protagonista de su proceso y no una mera receptora de órdenes. Estudios cualitativos recientes, como el de Acevedo Bedoya et al. ⁽²⁾, recalcan la importancia de entender la lactancia desde la vivencia individual de la mujer, ya que sus experiencias emocionales y sociales son determinantes críticos para el éxito y la duración de la misma. Un proyecto extensionista bien dirigido capta estas narrativas y las incorpora a su estrategia, haciendo la promoción no solo más efectiva, sino también más humana.

Este accionar comunitario aborda de lleno uno de los principales obstáculos para la LME: la falta de apoyo práctico y emocional inmediatamente después del parto y en las primeras semanas en casa. La evidencia demuestra que intervenciones como el contacto piel con piel inmediato y el apoyo en el manejo práctico del recién nacido son cruciales para un inicio exitoso.

Avalos González et al., ⁽⁵⁾ vinculan directamente esta práctica con el comienzo precoz de la lactancia. Los estudiantes, al capacitarse en estas técnicas,

pueden ser portavoces idóneos para fomentarlas en los centros de salud y, lo que es más importante, en el domicilio de las familias, reforzando el papel de la red de apoyo familiar. Pozo Hernández et al. ⁽⁴⁾ identifican el "manejo materno" como un elemento central que facilita una interacción afectiva y saludable. La labor del estudiante extensionista puede ir dirigida a empoderar no solo a la madre, sino también a su pareja y familiares, transformando el entorno inmediato en un espacio de contención y ayuda práctica, lo que mitiga la ansiedad y la sensación de incapacidad que muchas madres primerizas reportan.

Sin embargo, la verdadera fortaleza de un proyecto como "Luces y Sueños" y su mayor desafío a la vez, es su potencial para trascender lo asistencial puntual y incidir en los determinantes estructurales. La promoción de la LME debe ir indefectiblemente ligada a la abogacía por derechos laborales que la protejan. Sánchez Artigas et al., ⁽⁶⁾ y Sanmartín Guachizaca et al., ⁽⁷⁾ destacan la crucial importancia de la lactancia materna en la medicina del trabajo, subrayando cómo la falta de espacios dignos para la extracción y conservación de la leche, así como las licencias por maternidad insuficientes, son barreras casi infranqueables para muchas mujeres.

Aquí, el rol del futuro profesional de la salud formado en la comunidad es vital: puede convertirse en un agente de cambio que, desde su conocimiento de la realidad social, documente casos, genere data local y abogue por políticas institucionales y laborales más justas dentro de su ámbito de influencia. La labor de promoción en una empresa local, explicando los beneficios no solo para la salud del niño sino también para la productividad (menor ausentismo de la madre por enfermedades del bebé), puede ser tan o más importante que una charla en un consultorio.

A consideración de los autores, para que este potencial se realice plenamente, es imperativo superar la inherente estacionalidad de muchos proyectos de verano. La confianza y el cambio de comportamiento en salud se construyen con continuidad. Un impacto sostenible requiere de una estrategia que trascienda las semanas de la campaña y se integre de forma permanente en el currículo y en la vinculación con los policlínicos y consultorios médicos de la comunidad.

La formación de "brigadistas de lactancia" comunitarios, el seguimiento a madres gestantes hasta el puerperio, y la creación de grupos de apoyo *peer-to-peer* facilitados por estudiantes en rotación constante, podrían ser modelos a explorar para darle permanencia a la intervención. Además, es crucial que estas actividades no se queden en la anécdota sino que sean sistemáticamente

evaluadas con metodologías de investigación-acción participativa. ^(9,10) Medir no solo el incremento en el conocimiento —un indicador débil— sino cambios en las tasas de inicio temprano, de LME a los seis meses, y en la percepción de autoeficacia de las madres, como bien señala Sosa Páez et al. ⁽⁸⁾, permitiría refinar las estrategias y demostrar el valor tangible de la inversión en extensión universitaria.

En conclusión, la promoción de la lactancia materna exclusiva enfrenta en el siglo XXI una encrucijada: continuar con modelos tradicionales de disseminación de información que han mostrado un techo de efectividad, o embarcarse decididamente en estrategias innovadoras, comunitarias y profundamente sociales que aborden los determinantes reales de la práctica.

Proyectos de extensión universitaria como "Luces y Sueños" encarnan este segundo camino, posicionando al futuro profesional de la salud como un agente de cambio social, un facilitador y un puente entre el conocimiento científico y las necesidades sentidas de la población. Su valor yace en su capacidad para humanizar la promoción de la salud, generar confianza, empoderar a las mujeres y sus familias, y comenzar a incidir en las barreras estructurales.

El desafío para las instituciones académicas y de salud es claro: deben dejar de ver estas iniciativas como actividades extracurriculares estacionales y integrarlas como un componente central de la formación médica y de la estrategia de atención primaria de salud. Invertir en ello es invertir en la salud de las generaciones futuras, en la sostenibilidad de los sistemas de salud y en la construcción de comunidades más fuertes, informadas y saludables.

El debate debe centrarse ahora en cómo escalar y sostener estos modelos, garantizando los recursos y el marco institucional necesario para que su impacto, hoy demostrado en el microcosmos de una comunidad de verano, se convierta en una realidad a nivel nacional.



Figura 1. Estudiantes miembros del Proyecto "Luces y sueños".

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Squizzato L, Silva AD da, Martinelle E, Machineski GG, Toso BRG de O, Viera SC. Maternal self-efficacy for premature newborn care and breastfeeding maintenance. *Cogitare Enferm.* [Internet]. 2023 [citado 20/06/2025]; 28. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.1590/ce.v28i0.91122>
2. Acevedo-Bedoya SY, Londoño-Sierra DC., Sterling-Villada Mdl, Osorio-Posada A, Garnica-Cardona C, Restrepo-Mesa SL. Experiencias en lactancia materna, vivencia desde la mujer que amamanta: estudio cualitativo. *Rev. colomb. obstet. ginecol.* [Internet]. 2023 [citado 20/06/2025]; 74(4):287-296. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74342023000400287&lng=en
3. Guía Unicef de Lactancia Materna. *Unicef.org.co.* [Internet]. 2023 [citado 20/06/2025]. Disponible en: www.unicef.org/mexico/lactancia-materna.
4. Pozo Hernandez CE, Acan Cabrera ST, Alonzo Pico OM, Nazate Chuga ZR. Manejo materno de recién nacidos atendidos en el Centro de Salud Tulcán

- No. 1. Ecuador, 2021-2022. Medisur [Internet]. 2023 [citado 20/06/2025]; 21(6):1247-1255. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2023000601247&lng=es
5. Avalos González MM, Mariño Membribes ER, González Hidalgo JA. Factores asociados con la lactancia materna exclusiva. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2016 [citado 20/06/2025]; 32(2):170-177. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000200004&lng=es
6. Sánchez-Artigas R, Fiallos-Brito EJ, Peña-Laurencio AM, Villacrés-Gavilanes SC, Flores-Laguas EE. Factores maternos asociados con el comportamiento de la lactancia materna exclusiva. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2024 [citado 21/06/2025]; 28(2024):e6395. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/6395>
7. Sanmartín Guachizaca CG, Araujo López CV, Carrión Berrú CB, Calva Jiron KY, Ayora Apolo DC. Conocimientos y prácticas de lactancia materna en mujeres con hijos lactantes atendidas en el Centro de Salud Universitario de Motupe . LATAM [Internet]. 2023 [citado 21/06/2025]; 4(1):2225-38. Disponible en: <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/410>
8. Sosa Páez V, Kamenetzky G, Rovella A. Prevalencia, beneficios y principales causas de abandono de la lactancia materna. Psicología del desarrollo [Internet]. 2023 [citado 21/06/2025]; (4):15-32. Disponible en: <https://psicologia.revistasuai.ar/index.php/psicologia/article/view/66>
9. Muro-Valdez JC, Meza-Rios A, Aguilar-Uscanga BR, et al. Breastfeeding-Related Health Benefits in Children and Mothers: Vital Organs Perspective. Medicina (Kaunas). [Internet] 2023 [citado 21/06/2025]; 59(9):1535. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37763654/>
10. Arayici ME, Kose A, Simsek H. Prevalence of non-communicable diseases and duration of breastfeeding in children under 14 years of age: a nationwide community-based cross-sectional study. Eur J Pediatr. [Internet] 2025 [citado 21/06/2025]; 184(8):496. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40699346/>

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Los artículos de la Revista MedEst se comparten bajo los términos de la [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Email: revmdest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu



FUENTES DE FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo del presente artículo.

