

LACTANCIA MATERNA Y SENTIDO DE COHERENCIA: REVISIÓN SISTEMÁTICA

BREASTFEEDING AND SENSE OF COHERENCE: A SYSTEMATIC REVIEW

Johana Estefania Orna Quintanilla¹, Adriana del Pilar Espín Arguello², Estalin José Romero Morales³

{jorna@pucesa.edu.ec¹, adespina@pucesa.edu.ec², estalinromero@uti.edu.ec³}

Fecha de recepción: 19/02/2026 / Fecha de aceptación: 30/07/2026 / Fecha de publicación: 05/08/2026

RESUMEN: La lactancia materna constituye un proceso que involucra dimensiones biológicas, psicológicas y sociales. Desde el enfoque salutogénico, el sentido de coherencia (SOC) puede influir en la forma en que las madres afrontan los desafíos asociados a esta práctica. El objetivo de esta revisión fue analizar la evidencia científica disponible sobre la relación entre lactancia materna y SOC. Se realizó una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA 2020. Se consultaron las bases de datos PubMed, Scopus, Web of Science y SciELO, considerando estudios publicados entre 2018 y 2025. Tras el proceso de selección, se incluyeron 11 estudios primarios con diseños cuantitativos y cualitativos. La evidencia indica que la ansiedad, la depresión y el estrés materno se asocian con menor autoeficacia y mayor probabilidad de abandono temprano de la lactancia. En contraste, niveles más altos de SOC y la presencia de apoyo social se relacionan con mayor duración de la lactancia exclusiva. Asimismo, factores estructurales, como las condiciones laborales, influyen en su continuidad. En conjunto, los hallazgos sugieren que fortalecer los recursos psicológicos y sociales maternos puede favorecer la experiencia de la lactancia y el bienestar materno- infantil.

Palabras clave: Salud materna, promoción de la salud, lactancia materna, apoyo social

ABSTRACT: Breastfeeding is a multidimensional process shaped by biological, psychological, and social factors. Beyond its nutritional value, it involves emotional regulation, maternal adaptation, and contextual influences. From a salutogenic perspective, the sense of coherence (SOC) may influence how mothers perceive and manage breastfeeding-related challenges. To examine the available scientific evidence on the relationship between breastfeeding and sense of coherence within a salutogenic framework. A systematic review was conducted in accordance with PRISMA 2020 guidelines. PubMed, Scopus, Web of Science, and SciELO were searched for studies published between 2018 and 2025. Primary quantitative and qualitative

¹Pontificia Universidad Católica del Ecuador-Sede Ambato, Ecuador, <https://orcid.org/0000-0003-1910-8049>

²Pontificia Universidad Católica del Ecuador-Sede Ambato, Ecuador, <https://orcid.org/0000-0003-0062-8802>

³Universidad Tecnológica Indoamérica, Ambato, Tungurahua, Ecuador, <https://orcid.org/0009-0000-0334-9863>

studies addressing breastfeeding and SOC were considered. After screening and eligibility assessment, eleven studies were included. The findings indicate that maternal anxiety, depression, and perceived stress are associated with lower breastfeeding self-efficacy and increased likelihood of early discontinuation. In contrast, higher SOC levels and consistent social support are related to longer exclusive breastfeeding duration. Structural factors, including workplace conditions, also appear to influence breastfeeding continuity. The evidence suggests that strengthening maternal psychological resources, particularly SOC, together with supportive social and institutional environments, may contribute to improved breastfeeding sustainability and maternal- infant wellbeing.

Keywords: *Maternal health, health promotion, breastfeeding, social support*

INTRODUCCIÓN

La lactancia materna aporta beneficios a la salud de las madres y los lactantes. Además de sus ventajas nutricionales, favorece el desarrollo emocional y la estabilidad psicológica tanto de la madre como del recién nacido (1,2,9,10). Durante los primeros meses, la leche materna proporciona una nutrición completa que fortalece el sistema inmunológico y refuerza las defensas del lactante (1,4,9,10). Según la OMS, solo el 48% de los lactantes menores de seis meses reciben lactancia exclusiva, lejos de lo que se espera del 70% para 2030 (3). Esta situación se relaciona con diversas barreras sociales, culturales y laborales, incluyendo falta de licencias de maternidad adecuadas, escaso apoyo en el trabajo y normas sociales que favorecen el uso de fórmula infantil (6,17,5).

Más allá de la nutrición, la lactancia materna impacta la salud física, emocional y psicológica (8,10). El contacto piel a piel favorece la regulación emocional y promueve la seguridad del infante (2,11,30,32), en consecuencia, el estrés materno puede afectar la liberación de oxitocina y, por tanto, disminuir la producción de leche materna, debido a que no solo está alimentando al recién nacido, si no que está en un vínculo de un proceso físico y emocional, haciendo crucial la intervención profesional y social, obteniendo información que aclare sus dudas, permitiendo tener más confianza para continuar en el proceso (28,34,35).

Para la madre, amamantar facilita la recuperación postparto, reduce el riesgo de hemorragias, cáncer de mama y ovario, y contribuye a la salud cardiovascular y ósea (12,13). La ausencia de lactancia incrementa la probabilidad de infecciones y complicaciones metabólicas tanto en el lactante como en la madre (14). Además, desde una perspectiva económica y epidemiológica, la lactancia materna es la opción más eficiente y que no tiene costo (15).

Relacionado con el enfoque salutogénico, propuesto por Antonovsky, se centra en fortalecer los recursos que promueven la salud y el bienestar en lugar de enfocarse únicamente en riesgos o enfermedades (6,19). El sentido de coherencia (SOC), describe la manera en que los individuos

dotan de sentido y control a las experiencias vitales, interpretándolas como coherentes y afrontables (20,21), lo que permite a las madres afrontar desafíos, mantener la lactancia exclusiva y aumentar su motivación y resiliencia (7) puede fortalecerse mediante apoyo social, emocional y profesional, así como políticas públicas que faciliten la lactancia, como licencias de maternidad extendidas y entornos laborales amigables para amamantar (19,26,29,33). Las madres con un SOC alto presentan mayor duración de lactancia, mejor autoeficacia y mayor disfrute del proceso de amamantar (7).

La lactancia materna fortalece el vínculo afectivo entre madre e hijo. El contacto piel a piel y la comunicación no verbal promueven apegos seguros, fundamentales para el desarrollo emocional del niño y el bienestar materno (2,30,31,32). La oxitocina, liberada durante la lactancia, reduce ansiedad y depresión posparto y potencia el apego seguro, estableciendo una relación enriquecedora y duradera entre madre e hijo (14, 32).

Desde una perspectiva salutogénica, se recomienda un enfoque integral que combine apoyo social, profesional e institucional. Esto incluye grupos de apoyo entre pares, asesoría personalizada y políticas públicas que faciliten la lactancia. Estas estrategias no solo prolongan la duración de la lactancia, sino que también fortalecen la resiliencia materna frente a los desafíos sociales y laborales (6,19,26,29,36).

El presente estudio tuvo como objetivo analizar de forma sistemática la evidencia científica disponible sobre la lactancia materna desde un enfoque salutogénico, identificando los recursos psicológicos y sociales maternos incluido el sentido de coherencia asociados a su práctica y al bienestar materno infantil.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó una revisión sistemática siguiendo a las directrices PRISMA 2020. La búsqueda bibliográfica se efectuó en las bases de datos PubMed, Scopus, Web of Science y SciELO, incluyendo estudios publicados en español e inglés entre enero de 2018 y enero de 2025. Se utilizaron los términos (“breastfeeding” OR “lactancia materna”) AND (“sense of coherence” OR “SOC”) AND (“salutogenesis” OR “salutogenic approach”), adaptados a cada base de datos y aplicados a título, resumen y palabras clave; la última búsqueda se realizó en enero de 2025.

Los registros identificados fueron organizados a un gestor bibliográfico de Mendeley, para la eliminación de duplicados y, posteriormente, para el proceso del cribado.

Se incluyeron estudios primarios con diseño cuantitativo o cualitativo que abordaran la relación entre lactancia materna y sentido de coherencia desde un enfoque salutogénico.

RESULTADOS

La búsqueda bibliográfica identificó 256 registros en las bases de datos, tras la eliminación de 41 duplicados, se analizaron los títulos y resúmenes, excluyendo 167, se evaluaron 48 artículos completos, de los cuales 33 fueron excluidos por no tener relación con la salutogénesis y el sentido de coherencia. De los 15 restantes, 4 fueron excluidos por no reportar resultados específicos sobre SOC o por información insuficiente para el análisis, quedando 11 estudios incluidos.

El proceso detallado de identificación se detalla en la Figura 1, correspondiente al diagrama de flujo PRISMA 2020.

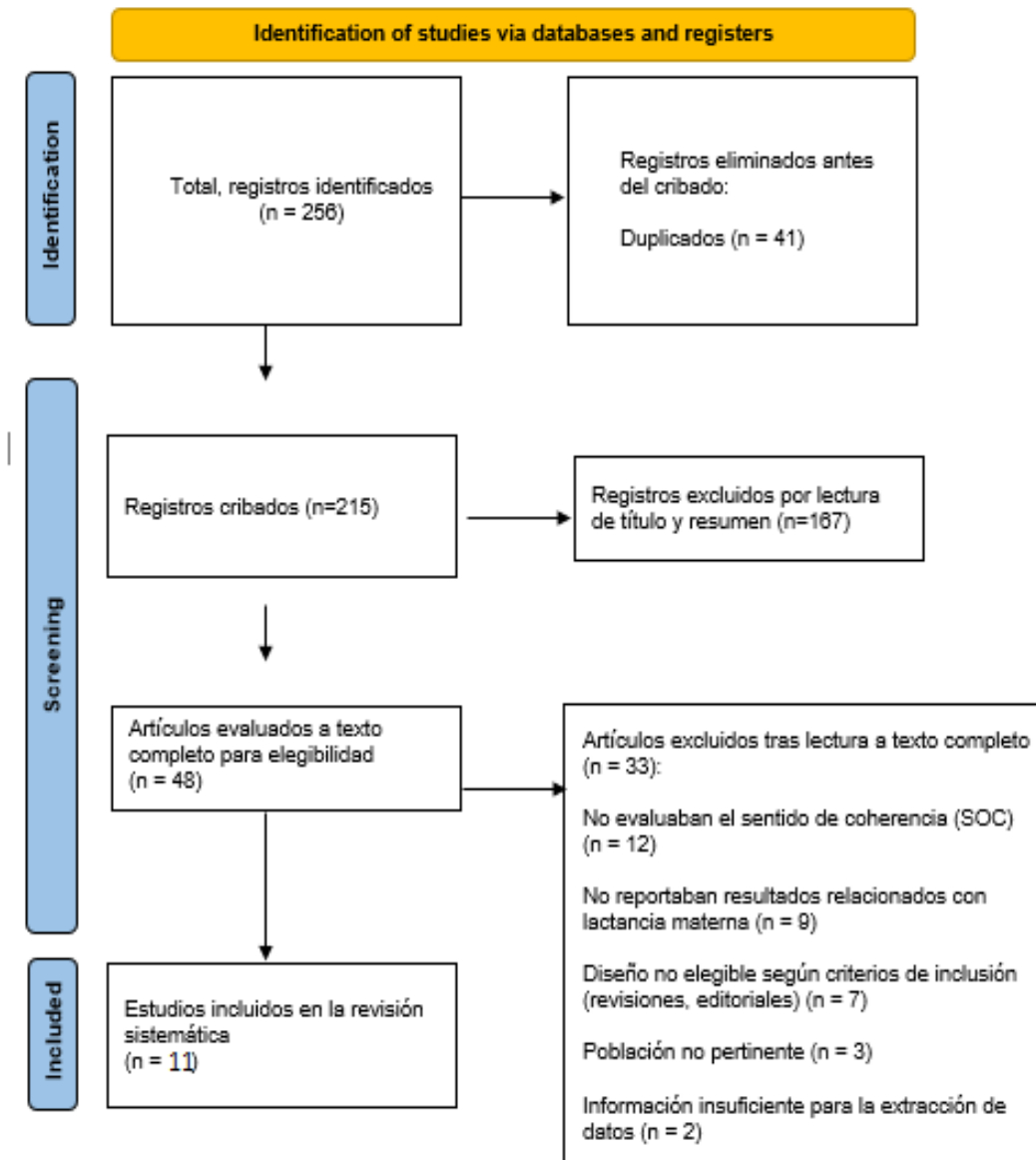


Figura 1. Diagrama de flujo según el modelo PRISMA 2020.

Fuente: Elaboración propia

Los estudios seleccionados fueron publicados entre 2018 y 2025 y presentaron diseños metodológicos diversos. Se identificaron estudios observacionales transversales, cohortes prospectivas, investigaciones longitudinales, estudios comparativos y diseños cualitativos descriptivos. El tamaño de muestra osciló entre 28 y 959 participantes, lo que evidencia heterogeneidad en la población estudiada.

En relación con los principales hallazgos, varios estudios señalaron que la ansiedad y la depresión posparto se asocian con menor autoeficacia para la lactancia y mayor riesgo de interrupción temprana. Se reportaron prevalencias de ansiedad entre 30% y 44% y de depresión entre 13% y 48%, con impacto directo en la confianza materna para amamantar.

Asimismo, el estrés percibido mostró una relación inversa con la duración de la lactancia materna exclusiva. En contraste, el apoyo social tanto familiar como profesional se identificó como un factor protector que favorece la continuidad de la lactancia hasta los seis meses.

Respecto a las intervenciones, el contacto piel a piel temprano y la asesoría especializada en lactancia se asociaron con mayores tasas de lactancia exclusiva y mejor interacción madre-hijo. En algunos estudios, la consultoría en lactancia mostró efectos positivos en la autoeficacia materna y en la salud mental posparto.

Finalmente, factores sociodemográficos y obstétricos como el tipo de parto, la edad materna, el tabaquismo y las condiciones laborales también influyeron en la duración de la lactancia. Las características específicas de cada estudio se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1. Características de los estudios primarios incluidos en la revisión sistemática.

Autores	Objetivo	Diseño / Muestra	Resultados	Conclusión
Torales et al., 2025	Evaluar efecto de ansiedad y depresión materna en la autoeficacia para lactancia	Observacional transversal; 108 mujeres	30,6% ansiedad; 48,1% depresión; menor autoeficacia	Ansiedad y depresión reducen la confianza en la lactancia
Paula Gutiérrez et al., 2024	Identificar causas de abandono de lactancia en primigestantes	Cualitativo fenomenológico; entrevistas	5 categorías: conocimiento, beneficios, motivos de abandono, duración, opinión familiar	Hambre del bebé, baja producción de leche, dolor y adaptación dificultan la lactancia
Isiguzo et al., 2023	Examinar estrés percibido y apoyo social en lactancia	Cuantitativo longitudinal; 251 gestantes	Mayor estrés → menor LM exclusiva; apoyo modera efecto	Apoyo social aumenta probabilidad de LM exclusiva hasta 6 meses

Chrzan-Dętkoś et al., 2021	Evaluar impacto de salud mental en autoeficacia	Comparativo; 160 mujeres	Salud mental afecta lactancia; autoeficacia inicial correlaciona negativamente	Consultas de lactancia fortalecen confianza y salud mental
Moraes et al., 2021	Identificar patrones y factores de interrupción de lactancia	Cohorte prospectiva; 231 madres	LM exclusiva 12,7% a 180 días; factores: tabaquismo, edad ≥ 35 , dificultad post alta, uso de chupete	Consultoría en lactancia mejora tasas de LM exclusiva
Peres et al., 2021	Analizar percepciones de profesionales sobre factores biopsicosocioculturales	Cualitativo descriptivo; 28 profesionales	LM mixta más común; trabajo materno principal barrera	Capacitación profesional aumenta LM exclusiva
Mercan & Selcuk, 2021	Asociar autoeficacia en LM con depresión, apoyo y actitudes	Transversal; 398 mujeres	Mayor depresión $\rightarrow$ menor autoeficacia; apoyo y actitud positiva $\rightarrow$ mayor autoeficacia	Apoyo social y actitudes positivas incrementan autoeficacia y continuidad
Calcagni et al., 2021	Evaluar ansiedad y depresión perinatal	158 mujeres	Ansiedad 41-44%, depresión 13-21%	Identificación temprana y factores protectores aumentan bienestar materno
Bigelow & Power, 2020	Impacto contacto piel a piel (SSC)	Longitudinal	SSC mejora interacción y LM exclusiva 3 meses	SSC favorece apego y bienestar materno-infantil
Carneiro Saco et al., 2019	Efecto contacto piel a piel temprano en LM	Transversal retrospectivo; 959 historias clínicas	Primer contacto piel $\uparrow$ LM exclusiva;	Buenas condiciones de parto y

			cesárea y menor edad → riesgo	contacto piel favorecen LM
Alus Tokat et al., 2018	Comparar LM y autoeficacia según tipo de parto	Comparativo; 334 madres	Cesárea con anestesia general → más problemas; autoeficacia similar	Apoyo diferenciado según tipo de parto mejora LM

Fuente: Elaboración propia

DISCUSIÓN

La evidencia recopilada permite interpretar la lactancia materna como una práctica que favorecen el bienestar, recursos psicológicos y sociales maternos incluido el sentido de coherencia (SOC) desempeñan un papel relevante en la práctica y experiencia de la lactancia. Estudios recientes muestran que un SOC elevado se asocia con mayor duración de lactancia, mayor satisfacción materna y una vivencia más positiva del proceso.

Los factores psicológicos influyen de manera significativa en la práctica de la lactancia materna. Torales et al. (23) reportaron prevalencia de ansiedad del 30,6% y depresión posparto del 48,1%, lo que disminuye significativamente la confianza de las madres en su capacidad de amamantar. De manera similar, Mercan y Selcuk (25), indican que la depresión disminuye la autoeficacia, mientras que el apoyo social y las actitudes positivas maternas incrementan la probabilidad de mantener la lactancia exclusiva por más tiempo. Además, Isiguzo et al. (28) mostraron que el estrés materno reduce la duración de la lactancia, pero el apoyo social contribuye a prolongarla. Estos resultados respaldan la utilidad del marco salutogénico para comprender la salud materna desde la interacción de factores personales y contextuales.

El entorno social y estructural también desempeña un papel importante. Barrera-Rojas (26) subraya que las redes de apoyo, tanto formales como informales, son esenciales para aumentar la autoeficacia materna y prolongar la lactancia. La ausencia de políticas laborales que faciliten licencias de maternidad y espacios adecuados para amamantar, tal como señalan Souza et al. (13), contribuye al abandono precoz de la lactancia. Estos hallazgos refuerzan el enfoque salutogénico, que enfatiza la importancia de los recursos externos para mantener la salud y el bienestar (6,18,19).

Los beneficios fisiológicos y emocionales de la lactancia están ampliamente documentados. Bigelow y Power (11), señalaron que el contacto piel a piel mejora la interacción madre hijo y mantiene la lactancia exclusiva. Salvador (2), y Modak et al. (32), destacan que la liberación de

oxitocina durante la lactancia reduce ansiedad y depresión posparto, fortaleciendo el vínculo afectivo. Además, la leche materna protege frente a infecciones y favorece el desarrollo cognitivo y neurológico del infante (9,12,24).

A pesar de estos beneficios, las tasas de lactancia exclusiva permanecen bajas. Shorey et al. (20), reportan que solo el 10% de los lactantes menores de seis meses recibe lactancia materna exclusiva, muy por debajo del objetivo global del 70% para 2030. Esto evidencia la necesidad de estrategias que combinen intervenciones individuales, sociales y estructurales, incluyendo asesoría profesional, apoyo emocional y políticas públicas inclusivas (26,27,28).

En conjunto, los hallazgos sugieren que la lactancia materna constituye un proceso biopsicosocial en el que la combinación de un SOC elevado, apoyo social y políticas inclusivas potencia la autoeficacia materna, la continuidad de la lactancia y el bienestar materno-infantil (1,6,7,32). Promover la lactancia desde un enfoque salutogénico no solo favorece la salud materna e infantil, sino que también contribuye a la reducción de barreras emocionales, sociales y estructurales, creando un entorno integralmente saludable para la madre y el recién nacido.

CONCLUSIONES

El presente estudio sugiere que la lactancia materna puede entenderse como un proceso con potencial salutogénico, en el que los recursos psicológicos y sociales de la madre influyen de manera significativa en su continuidad y en el bienestar materno-infantil. El sentido de coherencia, junto con el apoyo social y las condiciones estructurales favorables, se asocia con una experiencia de lactancia más estable y satisfactoria.

Fortalecer estos recursos mediante acompañamiento profesional, redes de apoyo y políticas públicas que protejan la maternidad constituye una estrategia relevante para mejorar las tasas de lactancia exclusiva y favorecer un entorno saludable tanto para la madre como para el lactante.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gutiérrez Cuervo PE, Florez-Escobar IC, Quemba-Mesa MP, Bautista-Saavedra CE, Vargas-Rodríguez LY. Abandono de la lactancia materna en mujeres primigestantes: estudio fenomenológico. Salud UIS [Internet]. 2024;56(1). Disponible en: <https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/14712>
2. Salvador Ingrid. Vista de Neurociencia y lactancia materna [Internet]. 2021 [citado 2025 Ene 27]. Disponible en: <https://revistacunzac.com/index.php/revista/article/view/32/92>
3. OMS. En la Semana Mundial de la Lactancia Materna, UNICEF y la OMS piden igualdad de acceso al apoyo a la lactancia materna [Internet]. 2024 [citado 2025 Ene 28]. Disponible en:

- <https://www.who.int/news/item/31-07-2024-on-world-breastfeeding-week--unicef-and-who-call-for-equal-access-to-breastfeeding-support>
4. Moraes BA, Strada JKR, Gasparin VA, Espirito-Santo LC do, Gouveia HG, Gonçalves A de C. Amamentação nos seis primeiros meses de vida de bebês atendidos por consultoria em lactação. Rev Lat Am Enfermagem [Internet]. 2021 [citado 2025 Mar 9];29. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/5CS4DJJb7J8j3mPSQHMMFWR/?lang=pt&format=pdf>
 5. OPS/OMS. Lactancia materna y alimentación complementaria - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. [citado 2025 Ene 29]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/lactancia-materna-alimentacion-complementaria>
 6. Mittelmark MB, Bauer GF. Salutogenesis as a Theory, as an Orientation and as the Sense of Coherence. The Handbook of Salutogenesis: Second Edition [Internet]. 2022 Ene 1 [citado 2025 Ene 27];11–7. Disponible en: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-79515-3_3
 7. Sierra-García E, Saus-Ortega C. Sense of coherence in breastfeeding women: A scoping review. An Sist Sanit Navar [Internet]. 2024 [citado 2025 Mar 9];47(1). Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/ASSN/article/view/102419/75960>
 8. Peres JF, Rodrigues A, Carvalho S, Silveira Viera C, Moreira Christoffel M, Gonçalves De Oliveira Toso BR. Percepções dos profissionais de saúde acerca dos fatores biopsicossocioculturais relacionados com o aleitamento materno. Saúde em Debate [Internet]. 2021 May 24 [citado 2025 Ene 27];45(128):141–51. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/vBfBHM4sP9F6q4sYysRCnLg/?lang=pt>
 9. Orna J, Fiallos E, Romero E. Impacto de la Composición Química de la Leche Materna en el Desarrollo Cognitivo durante la Infancia. Medicinencias UTA. 2024 Jul 1;8(3):76–81. Disponible en: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/medi/article/view/2515>
 10. Hechavarria Garcés C, Ayovi Olmedo M, Ángel Jara Gallegos D. Impacto de la lactancia materna en la salud infantil. Revista Científica Multidisciplinaria InvestiGo [Internet]. 2024 Aug 26 [citado 2025 Ene 28];5(11):67–77. Disponible en: <https://www.revistainvestigo.com/EditorInvestigo/index.php/hm/article/view/114>
 11. Bigelow AE, Power M. Mother–Infant Skin-to-Skin Contact: Short- and Long-Term Effects for Mothers and Their Children Born Full-Term. Front Psychol [Internet]. 2020 Aug 28 [citado 2025 Mar 9];11. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32982827/>
 12. Cortez-Flores C del R, Ortiz-Suarez HS, Jiménez-Ayala VG. Beneficios de la lactancia materna en niños. MQRInvestigar [Internet]. 2023 Sep 17 [citado 2025 Mar 9];7(4):3–16. Disponible en: <https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/674>
 13. Souza CB de, Melo DS, Relvas GRB, Venancio SI, Silva RPGVC da. Promotion, protection, and support of breastfeeding at work, and achieving sustainable development: a scoping review. Cien Saude Colet [Internet]. 2023 Apr 7 [citado 2025 Ene 27];28(4):1059–72. Disponible en: <https://www.scielo.org/article/csc/2023.v28n4/1059-1072/en/>
 14. Hernández Aguilar MT, Aguayo Maldonado J. La lactancia materna. Cómo promover y apoyar la lactancia materna en la práctica pediátrica. Recomendaciones del Comité de Lactancia de la AEP. An Pediatr (Engl Ed) [Internet]. 2005 Oct 1 [citado 2025 Ene

- 29];63(4):340–56. Disponible en: <https://www.analesdepediatría.org/es-la-lactancia-materna-como-promover-articulo-13079817>
15. Pilatasig Tandalla DS, Llangari Zurita MI. El Abandono de la Lactancia Materna Exclusiva y el Uso de Fórmulas Lácteas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 2024 Feb 27;8(1):4859–83.
 16. Lima SP, Santos EK, Erdmann AL, Farias PH, Aires J, Nascimento VF. Perception of women regarding the practice of breastfeeding: an integrative review / Percepção de mulheres quanto à prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online* [Internet]. 2019 Ene 1 [citado 2025 Mar 9];11(1):248–54. Disponible en: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/6853/pdf>
 17. Minchala-Urgiles RE, Ramírez-Coronel AA, Caizaguano-Dutan MK, Estrella-González M de los Á, Altamirano-Cárdenas LF, Pogyo-Morocho GL, et al. La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica* [Internet]. 2020 [citado 2025 Ene 28];39(8):941–7. Disponible en: <https://zenodo.org/records/4543500>
 18. Krol KM, Grossmann T. Psychological effects of breastfeeding on children and mothers. *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz* [Internet]. 2018 Aug 1 [citado 2025 Ene 28];61(8):977–85. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00103-018-2769-0>
 19. Bhattacharya S, Pradhan KB, Bashar MA, Tripathi S, Thiyagarajan A, Srivastava A, et al. Salutogenesis: A bona fide guide towards health preservation. *J Family Med Prim Care* [Internet]. 2020 [citado 2025 Ene 27];9(1):16. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7014834/>
 20. Shorey S, Ang E, Baridwan NS, Bonito SR, Dones LBP, Flores JLA, et al. Salutogenesis and COVID-19 pandemic impacting nursing education across SEANERN affiliated universities: A multi-national study. *Nurse Educ Today* [Internet]. 2022 Mar 1 [citado 2025 Ene 27];110:105277. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0260691722000132>
 21. Moksnes UK. Sense of Coherence. *Health Promotion in Health Care - Vital Theories and Research* [Internet]. 2021 Mar 12 [citado 2025 Ene 28];35–46. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK585678/>
 22. Acosta DV, Lugo Rodríguez G, Domenech MG, Vera de Molinas Z, Maidana de Larrosa G, Samaniego Silva L, et al. Interrupción de la lactancia materna relacionada con el consumo de medicamentos. *Ars Pharmaceutica* (Internet) [Internet]. 2020 [citado 2025 Ene 27];61(2):97–103. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2340-98942020000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 23. Torales J, González-Ríos A, O'Higgins M, Caycho-Rodríguez T, Ventriglio A, Castaldelli-Maia JM, et al. Ansiedad y depresión maternas y su impacto en la autoeficacia de la lactancia: un estudio de asociación. *Revista del Nacional (Itauguá)* [Internet]. 2025 Ene 2 [citado 2025 Ene 28]; 17:101-107. Disponible en:

- http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2072-81742025000100101&lng=en&nrm=iso&tlng=es
24. Alus Tokat M, Serçekuş P, Yenil K, Okumuş H. Early postpartum breast-feeding outcomes and breast-feeding self-efficacy in Turkish mothers undergoing vaginal birth or cesarean birth with different types of Anesthesia. *Int J Nurs Knowl* [Internet]. 2018 Apr 1 [citado 2025 Ene 29];26(2):73–9. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24897921/>
 25. Mercan Y, Selcuk KT. Association between postpartum depression level, social support level and breastfeeding attitude and breastfeeding self-efficacy in early postpartum women. *PLoS One* [Internet]. 2021 Apr 1 [citado 2025 Ene 29];16(4). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33798229/>
 26. Barrera-Rojas MA. Redes de Apoyo a la Lactancia Materna Exclusiva (RALME). Una aproximación conceptual y caracterización en México. *Bol Med Hosp Infant Mex* [Internet]. 2024 Mar 1 [citado 2025 Ene 27];81(2):106–13. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462024000200106&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 27. Carneiro Saco M, Pereira Coca K, Oliveira Marcacine K, De Sá Vieira Abuchaim É, De Vilhena Abrão ACF. Skin-to-skin contact followed by breastfeeding in the first hour of life: associated factors and influences on exclusive breastfeeding. *Texto & Contexto - Enfermagem* [Internet]. 2019 Dec 2 [citado 2025 Ene 27];28:e20180260. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/tce/a/9YvtXfgqwt8thbrwKGzjSzS/?lang=en>
 28. Chinwoke Isiguzo DDM, JRDYGMEMDPD. Estrés, apoyo social y diferencias raciales: factores determinantes de la lactancia materna exclusiva [Internet]. 2023 [citado 2025 Ene 29]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36411512/>
 29. Novillo Luzuriaga N, Robles Amaya J, Calderón Cisneros J. Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica. 2019;4:2019. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.29033/enfi.v4i5.729.g664>
 30. American Academy of Pediatrics. Buenas razones para amamantar: beneficios para usted y su bebé - HealthyChildren.org [Internet]. 2022 [citado 2025 Ene 29]. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/baby/breastfeeding/Paginas/why-breastfeed.aspx>
 31. Injante Manuel. Lactancia materna un alimento inimitable. 2019 [citado 2025 Ene 30]; Disponible en: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/panacea/article/view/49>
 32. Modak A, Ronghe V, Gomase KP. The Psychological Benefits of Breastfeeding: Fostering Maternal Well-Being and Child Development. *Cureus* [Internet]. 2023 Oct 9 [citado 2025 Ene 30];15(10):e46730. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10631302/>
 33. Sosa Páez V, Kamenetzky G, Rovella A. Efectos del apoyo social percibido sobre el estrés materno y lactancia materna: Una revisión narrativa. *Interacciones* [Internet]. 2023 [citado 2025 Ene 29];9:e334-. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2413-44652023000100017&lng=es&nrm=iso&tlng=es

34. Chrzan-Dętkoś M, Walczak-Kozłowska T, Pietkiewicz A, Żołnowska J. Improvement of the breastfeeding self-efficacy and postpartum mental health after lactation consultations – Observational study. Midwifery [Internet]. 2021 Mar 1 [citado 2025 Ene 27]; 94:102905. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0266613820302771>
35. Calcagni SC, Olivos AM, Valdés MIG, Berrocal PZ. Perinatal mental health in chilean mothers. Andes Pediatric. [Internet]. 2021 Sep 1 [citado 2025 Mar 9];92(5):724–32. Disponible en: https://www.scielo.cl/pdf/andesped/v92n5/en_2452-6053-andesped-andespediatr-v92i5-3519.pdf
36. Pochet Mónica. Lactancia Materna: Iniciación, beneficios, problemas y apoyo [Internet]. 2020 [citado 2025 Ene 28]. Disponible en: <https://revistacienciaysalud.ac.cr/ojs/index.php/cienciaysalud/article/view/189/284>