



1ER CONGRESO NACIONAL DE AYURVEDA

LACTANCIA MATERNA. INTEGRACIÓN A LA LUZ DEL AYURVEDA.

AUTORA: DRA. ALEJANDRA RODRÍGUEZ*

El Ayurveda propone a la leche materna como un tejido secundario (Upadhatu) de rasa, primer tejido que se forma a partir del alimento que ingerimos tanto material como sutil. La Medicina occidental está arribando al concepto de leche humana como tejido vivo con células inmunológicamente activas (macrófagos, leucocitos) y células madre pluripotenciales con capacidad de diferenciarse en variedad de linajes. Kapha está presente en este preciado alimento con su esencia nutritiva y generadora de ojas.

Esta esencia vital que nos permite desarrollar un estado inmunitario pleno se integra al concepto de leche materna y disminución del riesgo de morbimortalidad del lactante. Componentes celulares y humorales como las inmunoglobulinas y moléculas bioactivas como la lactoferrina, citoquinas que no solo protegen a nivel intestinal sino sistémico son un verdadero nexo entre el concepto de ojas e inmunología.

A la luz de los conocimientos actuales de microbioma y microbiota, la importancia del circuito entero mamario y el aporte de la lactancia en la prevención de enfermedades durante la misma y a futuro mediato, podemos inferir que la sabiduría ancestral del Ayurveda vuelve a resonarnos en el concepto de agni, koshha y samprapti (etapas de la enfermedad). La importancia de cuidar del alimento y nuestro fuego digestivo como iniciadores de equilibrio en armonía o generadores de enfermedad si se desbalancean.

Lo trascendental del vínculo, de la diada madre-hijo, el amor expresado en la lactancia como sostén de nuestro cuerpo material y sutil, como semilla de salud física, psíquica y vincular, corona este alimento sublime que no puede ser equivalente a ninguno generado de forma artificial. Es el espíritu de esta ponencia profundizar e integrar los conocimientos actuales a la luz del Ayurveda ancestral.

Palabras clave: lactancia- ojas- microbiota- agni.

* Médica UBA. Especialista en Toco ginecología. Formación Ayurveda Docente titular de Posgrado Clínicas de Salud (Medicina Ayurveda y Educación Postural Activa) Universidad Nacional de Mar del Plata. Docente de la Escuela Superior de Medicina de la Universidad de Mar del Plata. Directora del Centro Ayurveda Mar del Plata