

¿Está investigando la ciencia lo que realmente preocupa a las madres?

Un análisis de más de 8 millones de consultas reales y la investigación científica publicada sobre lactancia materna (2023–2026)

Resumen

Entre junio de 2023 y mayo de 2026, LactApp registró más de **8,3 millones de consultas**, una fotografía única de las preocupaciones reales que acompañan la lactancia. Paralelamente, durante ese mismo periodo, la comunidad científica publicó miles de nuevos estudios sobre lactancia materna.

Este informe compara, por primera vez, ambos universos.

El resultado revela una paradoja: **las preguntas que más hacen las madres no siempre son las que más investiga la ciencia.**

Esta diferencia pone diferentes cuestiones sobre la mesa: ¿por qué existe esta brecha entre las preocupaciones de las madres y las prioridades de investigación?, ¿se están dedicando suficientes esfuerzos científicos a resolver los problemas que más condicionan el éxito de la lactancia? Y, sobre todo, ¿cómo podemos favorecer que la investigación científica sea útil para las familias?

La brecha

Lo más consultado

Crisis de lactancia, técnica de lactancia, sueño, conservación de la leche, primeros días, alimentación del bebé, lactancia mixta...

Lo más estudiado

Leche materna, composición y calostro; experiencias, percepciones y autoeficacia; inicio, duración y exclusividad...

Las preguntas de las madres

Hay algo que sucede todos los días, en cualquier lugar del mundo. Una madre acaba de dar el pecho. El bebé vuelve a pedirlo veinte minutos después. Piensa que quizá no tiene suficiente leche. Otra siente un dolor intenso en cada toma y busca desesperadamente si aquello es normal. Otra intenta averiguar cuánto tiempo puede conservar la leche antes de volver al trabajo.

No son preguntas excepcionales.

Son preguntas cotidianas. Y precisamente por eso son tan valiosas.

Durante años, las consultas realizadas en LactApp han ido construyendo un inmenso **mapa de las dudas, inquietudes y dificultades que acompañan a la lactancia**. Esto lo convierte en un observatorio privilegiado para comprender cuáles son las necesidades reales de información durante la lactancia.

Pero este mapa plantea una cuestión aún más interesante:

¿los profesionales que responden a estas preguntas, lo hacen apoyados en la evidencia científica?, es más, ¿coinciden estas preocupaciones con aquello que está investigando la ciencia?

Lo que realmente preocupa a las madres

Entre junio de 2023 y mayo de 2026, LactApp registró **8.378.108 consultas** en su árbol de decisiones, de las cuales se analizaron **3.811.946**, agrupadas en categorías temáticas.

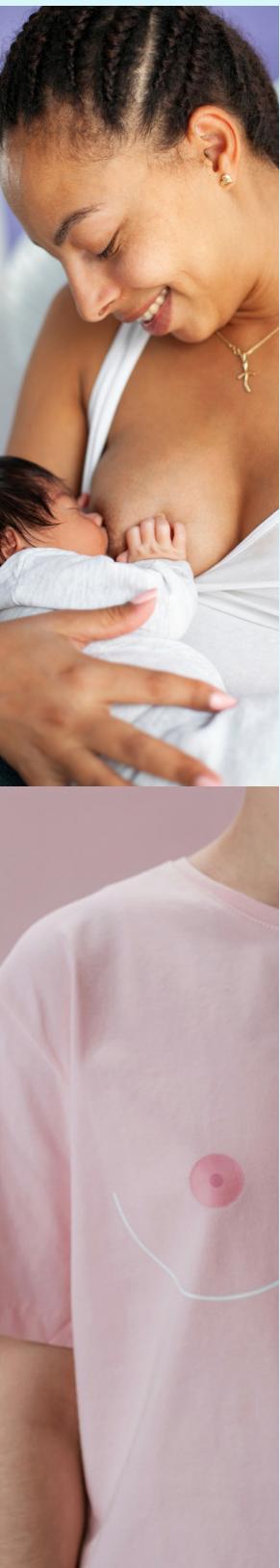
Las crisis de lactancia constituyen el principal motivo de consulta, con más de 650.000 visualizaciones. Le siguen la técnica de lactancia, especialmente las dudas relacionadas con el agarre y la postura, y el sueño del bebé, una preocupación constante durante los primeros meses de vida.

En las siguientes posiciones aparecen cuestiones eminentemente prácticas: la conservación de la leche, los primeros días tras el nacimiento, la alimentación del bebé, la lactancia mixta o la vuelta al trabajo.

Más abajo, aunque con decenas de miles de consultas, aparecen problemas clínicos como la mastitis, la extracción de leche o la percepción de baja producción.

Más que una lista de temas, este conjunto de consultas dibuja un retrato muy preciso de la experiencia cotidiana de la lactancia.

Las madres buscan comprender qué está ocurriendo y, sobre todo, necesitan poder diferenciar entre normalidad y patología.



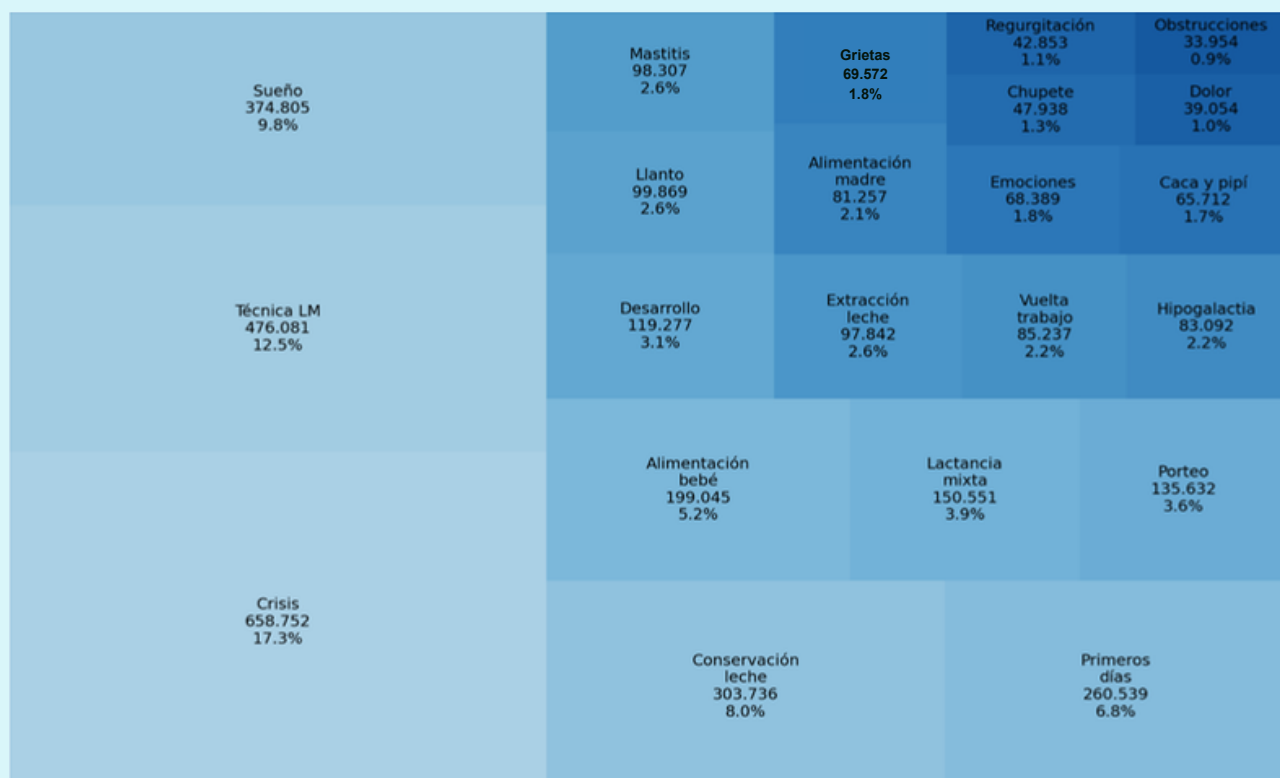
Temas de consulta

Consultas por temática



Mapa de consultas

Cada rectángulo representa el volumen de consultas por tema



¿Y qué está investigando la ciencia?



Mientras las madres buscan respuestas, miles de investigadores en todo el mundo publican nuevos estudios sobre lactancia materna.

Para conocer cuáles son las prioridades actuales de la investigación científica realizamos un análisis de los artículos publicados en PubMed entre junio de 2023 y mayo de 2026.

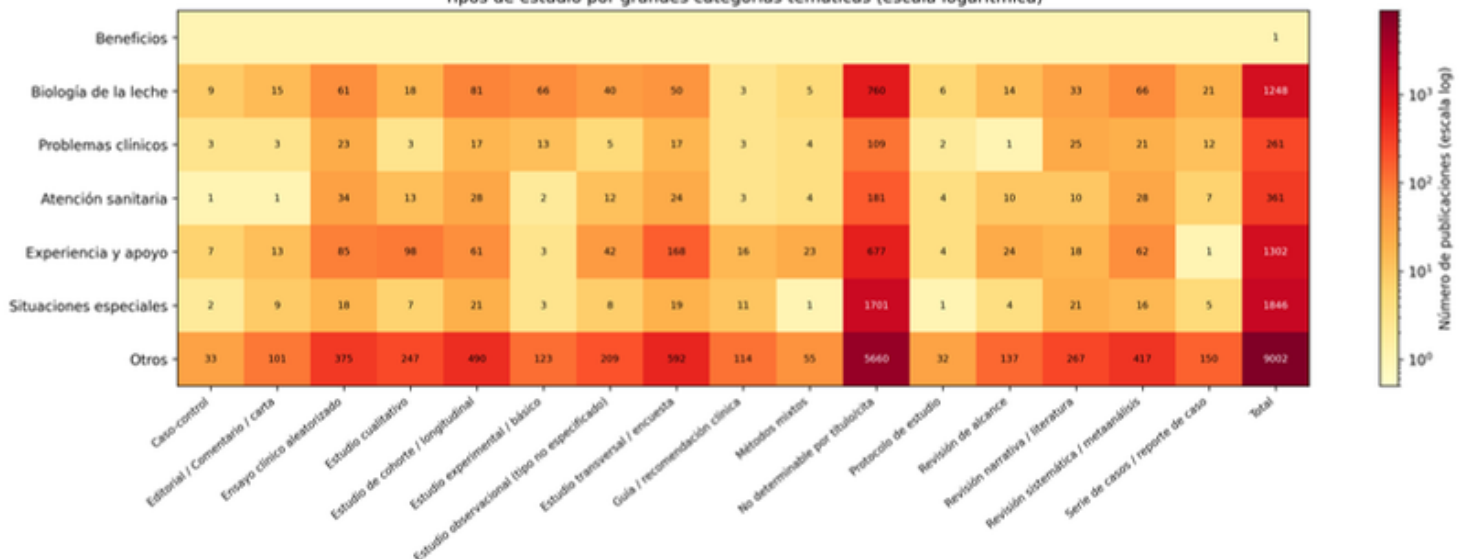
Tras clasificar las publicaciones por temática, emergió una imagen muy distinta de la observada en LactApp.

La mayor parte de los estudios se concentran en la composición de la leche materna, el calostro y los mecanismos biológicos que explican sus beneficios para la salud. También existe una importante producción científica sobre el inicio y duración de la lactancia, el apoyo a las madres y los factores que favorecen su mantenimiento.

En cambio, los problemas clínicos cotidianos ocupan una posición mucho más discreta. Dolor, grietas, dificultades de transferencia de leche o percepción de baja producción aparecen representados por un número considerablemente menor de publicaciones.

Esto significa que el esfuerzo investigador no está en dar respuesta a las principales cuestiones que expresan las madres sino en comprender cómo es la leche materna y qué barreras existen para la instauración y mantenimiento de la lactancia.

Tipos de estudio por grandes categorías temáticas (escala logarítmica)



Cuando cruzamos las preguntas de las madres con las preguntas de la ciencia

Puede ser un ejercicio interesante contrarrestar las preocupaciones de las madres y la producción científica relacionada con la lactancia.

Mientras cientos de miles de consultas se concentran en las crisis de lactancia, el sueño del bebé, el dolor o la técnica de amamantamiento, la investigación reciente dedica buena parte de sus esfuerzos a comprender la composición de la leche humana y sus efectos biológicos.

Es decir, la investigación básica es fundamental para demostrar el valor de la lactancia materna y comprender su funcionamiento. Sin embargo, los datos sugieren que existe un espacio insuficientemente explorado: la investigación orientada a resolver los problemas prácticos que condicionan el día a día de las madres.

En otras palabras, existe un área científica dedicada a la lactancia dirigida a reforzar la relevancia de la lactancia materna y los factores que la favorecen, pero en la que no se prioriza la resolución de dudas y dificultades técnicas asociadas a la misma.

¿Por qué existe esta brecha?

Para comprender cómo el sistema favorece unas líneas de investigación frente a otras y qué dificultad supone esto a los profesionales de la atención maternoinfantil, entrevistamos a investigadoras y profesionales con diferentes trayectorias.

«La lactancia sigue siendo una gran olvidada»

Para la Dra. **Desirée Mena**, investigadora y profesora universitaria, el principal obstáculo aparece incluso antes de empezar a investigar: conseguir financiación.

"La lactancia materna sigue siendo una de las grandísimas olvidadas", afirma. Mientras otras áreas sanitarias cuentan con convocatorias específicas o líneas de financiación consolidadas, los proyectos relacionados con la lactancia a menudo tienen que reformularse para poder encajar en programas pensados para otros ámbitos de investigación. Esta realidad condiciona inevitablemente qué preguntas llegan a investigarse.



En la misma línea, la investigadora y gerente de Probisearch, la Dra **Esther Jimenez**, pone el foco en otro condicionante: el tiempo. Desde la empresa privada, explica, las decisiones sobre nuevos desarrollos responden a necesidades detectadas por los equipos y al análisis de oportunidades. Sin embargo, recuerda que la investigación científica funciona con ritmos muy distintos. "Investigar requiere años", señala.

La médica de familia **Núria Giró**, por su parte, identifica además una de las grandes lagunas de conocimiento: el dolor materno.

A pesar de ser uno de los principales motivos de consulta y una de las causas más frecuentes de abandono precoz de la lactancia, continúa siendo un problema infrainvestigado y, en muchas ocasiones, minimizado tanto por el sistema sanitario como por las propias mujeres.

Cuando las preguntas de las madres no llegan a la investigación

Las investigadoras consideran que existe una desconexión entre quienes viven los problemas de la lactancia en primera línea y quienes finalmente diseñan los proyectos científicos.

Los profesionales sanitarios conocen las dificultades cotidianas de las madres, pero no siempre participan en la investigación. Del mismo modo, muchos grupos de investigación trabajan alejados de la práctica clínica diaria.

Por eso, **Mena** defiende la creación de alianzas entre investigadoras, profesionales asistenciales y grupos de apoyo a la lactancia. Solo así —explica— las dudas que aparecen cada día en las consultas podrán transformarse en nuevas preguntas de investigación. "**Necesitamos escuchar más a las mujeres**", resume.

Jimenez coincide en que el problema es estructural: quienes conocen mejor los problemas cotidianos de las madres no siempre disponen del tiempo ni de los recursos necesarios para investigar.

Por ello considera imprescindible reforzar el papel investigador de los profesionales sanitarios, especialmente en Atención Primaria, reduciendo su carga asistencial y facilitando su participación en congresos, redes científicas y proyectos de investigación.

Los límites de la evidencia científica

Por su parte, **Giró** advierte del riesgo de convertir la evidencia científica en un dogma, olvidando que toda investigación tiene límites y que ninguna recomendación puede sustituir la experiencia individual de cada madre.

"A veces tratamos la evidencia científica como un dogma, cuando es limitada y no siempre aplicable a nivel individual", explica.

En lactancia, sostiene, el contexto, el acompañamiento y la escucha activa son tan importantes como la propia evidencia disponible.

Paradójicamente, algunos de los problemas más frecuentes son precisamente los más difíciles de investigar.

Las crisis de lactancia, los cambios normales del comportamiento del bebé o las adaptaciones fisiológicas de la producción de leche forman parte del funcionamiento habitual de la lactancia. No son enfermedades ni generan tratamientos comercializables.

"Cuando la lactancia va bien, no da dinero", resume **Mena**.

Hacia una investigación más conectada con las madres

Aunque las tres profesionales analizan el problema desde perspectivas distintas, todas convergen en una misma idea:

la investigación en lactancia necesita acercarse más a las necesidades reales de las familias.

Aunque las tres profesionales analizan el problema desde perspectivas distintas, todas convergen en una misma idea: la investigación en lactancia necesita acercarse más a las necesidades reales de las familias.

Eso implica aumentar la financiación, favorecer que los profesionales asistenciales puedan investigar, crear espacios de colaboración entre grupos de investigación y práctica clínica y, sobre todo, incorporar la voz de las madres desde el inicio del proceso investigador.

Como resume **Desirée Mena**, avanzar hacia una verdadera ciencia ciudadana significa abandonar los modelos jerárquicos tradicionales y reconocer que muchas de las preguntas más relevantes no nacen necesariamente en los laboratorios, sino en la experiencia cotidiana de las mujeres que amamantan.



De la evidencia a la práctica

También ocurre que la evidencia disponible tarda años en incorporarse a la práctica clínica.

Mena recuerda que existe evidencia sólida sobre intervenciones como evitar la separación entre madre y bebé tras el nacimiento o favorecer el contacto piel con piel precoz. Sin embargo, estas recomendaciones continúan aplicándose de forma desigual.

"Sabemos muchas cosas que tenemos que hacer, pero en la práctica fallamos", resume.

Para ella, generar conocimiento no es suficiente. Es necesario desarrollar herramientas que faciliten que ese conocimiento llegue realmente a los profesionales y termine mejorando la atención a las familias.

Por lo tanto, hay que reflexionar que la brecha no solo existe entre las preguntas y la investigación. También existe entre la investigación y la asistencia.



Conclusiones

Si hay dos motivos que siguen llevando a las madres a buscar ayuda durante la lactancia, esos son el dolor y la preocupación por la producción de leche. Son las consultas que más frecuentemente atendemos, especialmente durante las primeras semanas tras el parto, y las que tienen un mayor impacto tanto en la continuidad de la lactancia como en el bienestar físico y emocional de las mujeres.

Junto a ellas aparecen muchas otras dificultades cotidianas: problemas de agarre y transferencia de leche, la retirada de la suplementación, las dudas sobre el crecimiento del bebé, la reincorporación al trabajo o el proceso de destete. Todas ellas forman parte de la realidad diaria de la consulta y reflejan los desafíos que afrontan las madres mucho más allá de los beneficios ampliamente conocidos de la lactancia.

Sin embargo, la evidencia científica disponible no siempre ofrece respuestas suficientemente sólidas para abordar estos problemas.

Aunque la investigación en lactancia ha crecido de forma muy importante en las últimas décadas, seguimos disponiendo de poca evidencia de alta calidad sobre muchas de las situaciones que vemos cada día en la práctica clínica.

El dolor es un buen ejemplo. En muchos casos todavía desconocemos con precisión cuáles son sus mecanismos o por qué aparece en determinadas mujeres y no en otras. Como consecuencia, muchas de las recomendaciones continúan apoyándose más en la experiencia clínica o en el consenso entre profesionales que en estudios capaces de aportar respuestas concluyentes.

Algo similar ocurre con la baja producción de leche. A pesar de ser una de las principales preocupaciones de las madres, todavía se utilizan intervenciones cuyo beneficio no ha sido demostrado de forma consistente. La utilización de determinados suplementos o galactogogos ilustra bien esta situación: forman parte de la práctica habitual, pero la evidencia que respalda su eficacia sigue siendo limitada.

Cuando la evidencia es insuficiente, también aumenta la variabilidad en la atención. Diferentes profesionales pueden ofrecer recomendaciones distintas ante un mismo problema, generando incertidumbre y, en ocasiones, disminuyendo la confianza de las familias en el acompañamiento que reciben.

Por ello, la investigación en lactancia debería orientarse con mayor decisión hacia las preguntas que surgen cada día en las consultas. Continuar profundizando en la biología de la leche humana o en sus efectos sobre la salud sigue siendo imprescindible, pero ese conocimiento, por sí solo, no resuelve las dificultades que hacen que muchas mujeres abandonen la lactancia antes de lo que desean. Del mismo modo, es fundamental que los estudios incorporen resultados que sean relevantes tanto para las mujeres como para los profesionales que las acompañan.

En definitiva, si queremos que la investigación tenga un impacto real sobre la salud maternoinfantil, **debemos acercar las prioridades científicas a las necesidades de las familias.** Escuchar las preguntas que las madres formulan cada día no solo mejora la atención clínica: también puede ayudarnos a definir una agenda de investigación con mayor capacidad para transformar la práctica asistencial.



Alba Padró, logopeda e IBCLC

Nuestra agenda de investigación

Durante los últimos años, millones de consultas realizadas en LactApp han permitido escuchar qué preocupa realmente a las madres durante la lactancia. Convertir esas preguntas en nuevas preguntas de investigación constituye una oportunidad para acercar la ciencia a la práctica clínica y generar una evidencia que responda no solo a los grandes retos de la salud pública, sino también a las necesidades cotidianas de las mujeres y sus familias.

Poner a las madres en el centro significa reconocer que su experiencia debe formar parte de la agenda científica. Significa escuchar cuáles son las dificultades que condicionan su bienestar, qué problemas ponen en riesgo la continuidad de la lactancia y qué respuestas necesitan realmente para tomar decisiones informadas. La investigación será tanto más útil cuanto más capaz sea de responder a esas necesidades.

Este es un reto compartido. Los profesionales sanitarios, por su contacto directo con las familias, pueden identificar las preguntas que aún no tienen respuesta. Los equipos investigadores pueden convertir esas preguntas en proyectos capaces de generar nueva evidencia. Y las universidades, las agencias financiadoras, las sociedades científicas y las instituciones públicas tienen la oportunidad de impulsar una agenda de investigación que priorice aquellos problemas que más afectan a la vida de las madres y sus bebés.

La lactancia materna constituye una de las intervenciones con mayor impacto sobre la salud pública. Garantizar que las mujeres que desean amamantar puedan hacerlo con las máximas garantías de salud, seguridad y acompañamiento requiere seguir investigando, pero también investigar mejor: orientando una parte creciente de los esfuerzos científicos hacia las dificultades reales que viven las familias.

Quizá ha llegado el momento de que las preguntas que millones de madres formulan cada año dejen de ser únicamente consultas clínicas y se conviertan también en prioridades de investigación. Porque cuando la ciencia escucha a las madres, no solo genera conocimiento: contribuye a construir una atención más humana, más eficaz y más capaz de responder a las necesidades de quienes sostienen, cada día, el inicio de una nueva vida.



Agradecimientos

LactApp publica desde 2020 un informe anual sobre el estado del sector de la lactancia con el propósito de compartir una visión de su evolución y convertir ese conocimiento en un observatorio útil tanto para las madres como para los profesionales de la salud.

Queremos agradecer a todas las profesionales y colaboradoras que han participado en este informe. Esperamos que este informe impulse nuevas líneas de investigación y sirva de inspiración tanto a investigadores como a profesionales de la salud para orientar la generación de nuevo conocimiento hacia las necesidades y demandas reales de las madres.

Entrevistadas

Desirée Mena Tudela

Enfermera, Doctora en Ciencias de la Salud, docente en la Universitat Jaume I e investigadora especializada en violencia obstétrica y derechos sexuales y reproductivos. Su trabajo se centra en promover una atención al nacimiento respetuosa y basada en evidencia.

Esther Jimenez

Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Doctorada en Ciencias Veterinarias. Especialista en microbioma y en la transferencia de la investigación a la práctica clínica. Directora general de ProbiSearch, cuenta con una amplia trayectoria en I+D e innovación en el ámbito de la microbiota y los probióticos.

Núria Giró

Médica de familia, experta en lactancia materna y miembro de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària y del Comité de Lactancia Materna de la Gerència Territorial del Institut Català de la Salut. Compagina la atención primaria con la formación.

Colaboradores



✉ hola@lactapp.es

🌐 www.lactapp.es

📍 Melcior de Palau, 135

☎ +34 673 639 918

