

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”



“Bebes amamantados, bebes sanos y felices”

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

MODULO 5. RESTRICCIONES DE LA LACTANCIA MATERNA Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRONICAS



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”



INTENSIONALIDAD PEDAGOGICA

comprender que la leche materna es un alimento que aporta beneficios necesarios para la salud de la humanidad e identificar las posibles restricciones que se pueden dar en esta practica.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

¡No sólo se trata de la leche!



sed
&
hambre



amor
&
afecto



desarrollo
&
inmunidad

Más razones para amamantar



Favorece la recuperación
posparto y retrasa
la ovulación



Reduce la incidencia de
cánceres del sistema
reproductivo y
enfermedades
cardiovasculares



Ayuda a dormir mejor
y mejora la salud
emocional

© 2014 MichelleWaltz.com



*“Bebes amamantados,
bebes sanos y felices”*

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA

Disminuye morbilidad y mortalidad por:

- Enfermedades infecciosas
- Enfermedades gastrointestinales
- Alergias
- Enfermedades crónicas

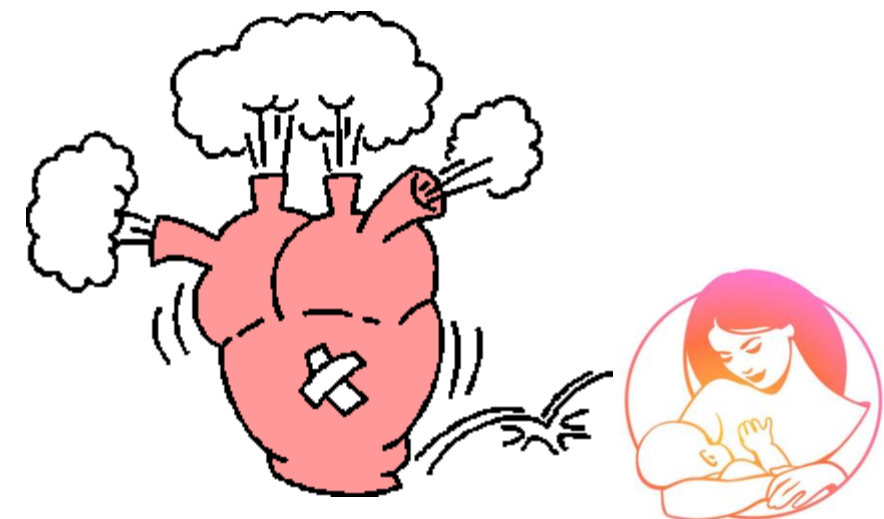
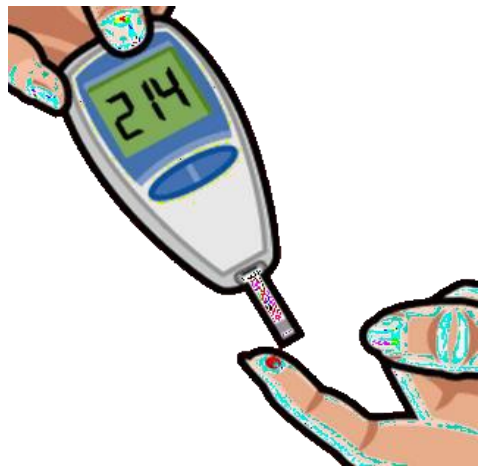
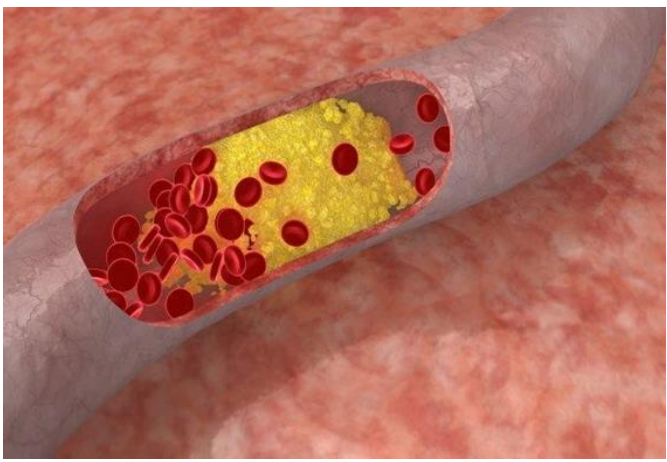
OTROS:

- Beneficios para la madre
- Beneficios para la economía familiar
- Beneficios para el medio ambiente
- Beneficios para la sociedad



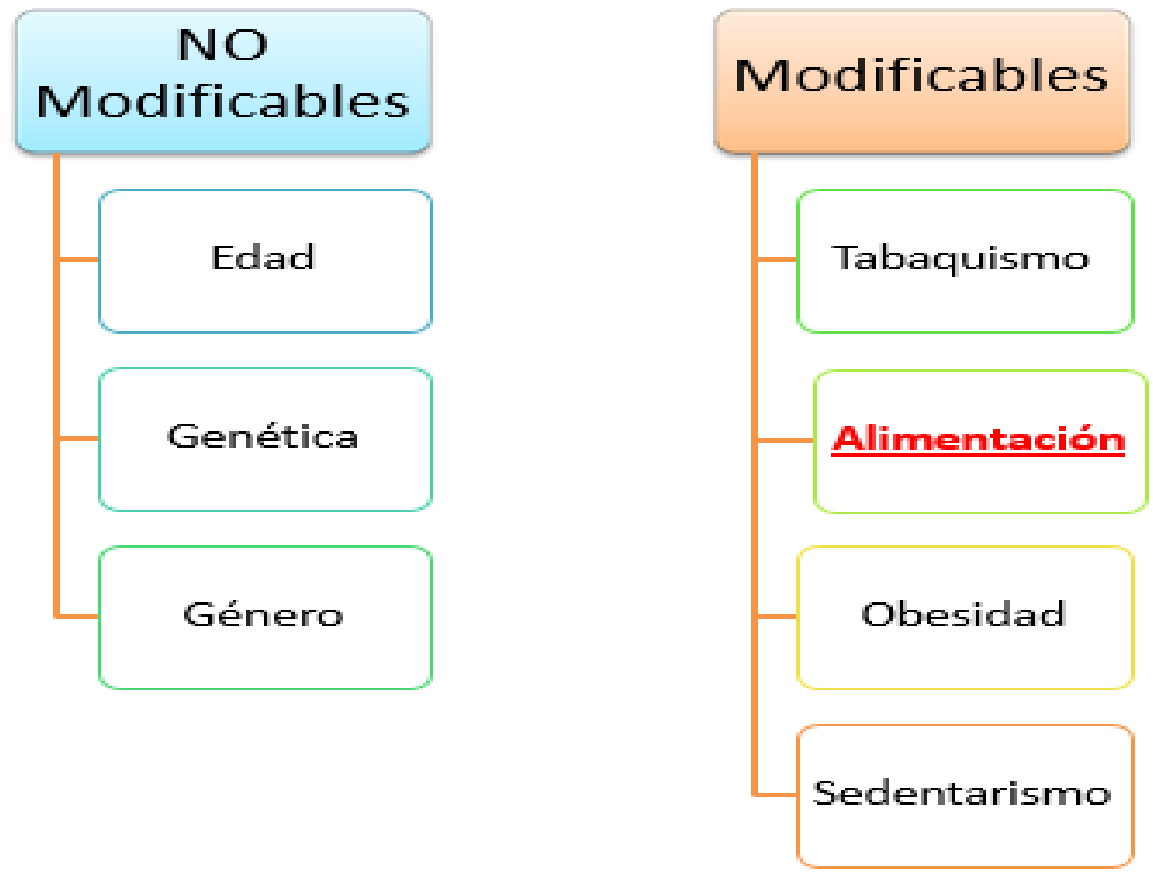
“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

ENFERMEDADES CRONICAS



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

ENFERMEDADES CRONICAS



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

LACTANCIA MATERNA SOBREPESO/OBESIDAD

- Numerosos estudios reportan protección de lactancia a largo plazo
- Menor probabilidad de obesidad - Disminución del 13%
- Mayor protección en resultados de niños y adolescentes
- Mayor beneficio con lactancia exclusiva Vs. otras prácticas
- Cantidad suficiente de calorías, grasa, azúcar y agua



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

RESTRICCIONES O PROHIBICIONES DE LA LECHE MATERNA



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

PEZONES ADOLORIDOS Y AGRIETADOS

PREVENCIÓN

- Corregir posición del bebé
- Corregir agarre y succión

SINTOMAS

- Dolor del seno , pezón
- Grietas en los pezones
- Sangrado ocasional
- Enrojecimiento



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

PEZONES ADOLORIDOS Y AGRIETADOS



- CONSEJOS**
- Aplicar gotas de la leche
 - Asegurarse de un correcto agarre
 - Quitar al bebé del pecho interrumpiendo 1ro la succión con el dedo meñique
 - Exponer el pecho al aire y al sol
 - No dejar de dar de lactar
 - No utilizar jabón o cremas



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

PEZONES ADOLORIDOS Y AGRIETADOS

PREVENCIÓN

- Dar de lactar a libre demanda
- Evitar sostener el pecho con los dedos en forma de tijera
- Evita brasieres ajustados
- Usar una variedad de posiciones para agarrar al bebé con el fin de rotar los puntos de presión en el seno

SINTOMAS

- Dolor del pecho
- Sensación de malestar general
- Enrojecimiento, hinchazón, durezas.
- Fiebre, síntomas de gripe



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”**TAPONAMIENTO DE CONDUCTOS****CONSEJOS**

- Aplicar calor antes de comenzar a dar la leche
- Masajear el pecho
- Dar de lactar con mayor frecuencia
- Buscar tratamiento médico, antibióticos
- Buscar una posición correcta.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

CONGESTIÓN MAMARIA

PREVENCIÓN

- Corregir agarre y posición.
- Dar de lactar inmediatamente después del nacimiento.
- Dar de lactar a libre demanda .

SINTOMAS

- Seno hinchado, sensible, caliente, enrojecido, palpitante, poca fiebre y pezón aplanado.
- Piel tensa
- Normalmente comienza entre el 3ro y 5to. día después del nacimiento



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

CONGESTIÓN MAMARIA

CONSEJOS

- Aplicar compresas frías
- Pasar botella con agua caliente
- Mejorar la posición del bebé y su agarre
- Masajear
- Extraer un poco de leche
- Hacer mamar con más frecuencia y períodos más largos



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”**BAJO SUMINISTRO DE LECHE****PREVENCIÓN**

- Dar de lactar más frecuentemente
- Lactancia exclusiva día y noche
- Colocar correctamente al bebé
- Intervalos no más de 4 horas
- Apoyo de la familia en la realización de otros quehaceres

SINTOMAS

- Ganancia de peso insuficiente
- Número de pañales mojados (menos de 6 por día)



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

BAJO SUMINISTRO DE LECHE

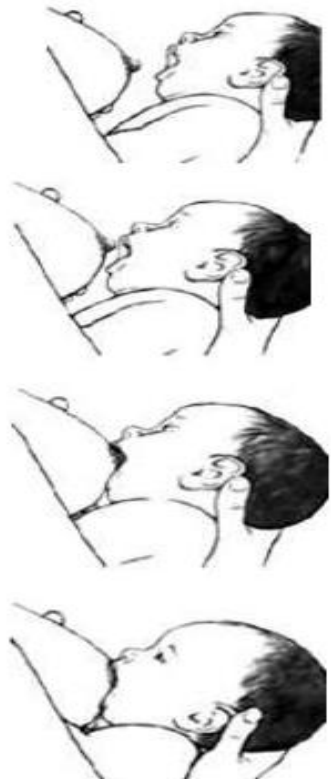
CONSEJOS

- Retirar suplemento de agua, fórmulas o té.
- Alimentar al bebé día y noche a libre demanda
- Aumentar la frecuencia de lactadas
- Despertar al bebé si duerme toda la noche
- Asegurarse que el bebé agarra el seno correctamente
- Promover la autoconfianza, seguridad, tranquilidad.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

Producción insuficiente de leche



Manejo:

1. Asegurar una técnica y posición correcta.
2. Estimular el amamantamiento de día y de noche cada dos a dos horas y media (amamantamiento frecuente).
3. Ofrecer ambos pechos en cada sesión, asegurando la ingesta de leche del final.
4. Evitar suplementos y uso de biberones y chupones.
5. Si el bebé está recibiendo suplementos de fórmula infantil animar a la madre a retirarlo gradualmente.
6. Evaluar la actividad de la madre y el nivel de estrés.
7. Alentar a la madre a cuidarse (dieta equilibrada, líquidos de acuerdo a la sed, descanso apropiado).
8. Realizar un monitoreo frecuente del crecimiento del niño.

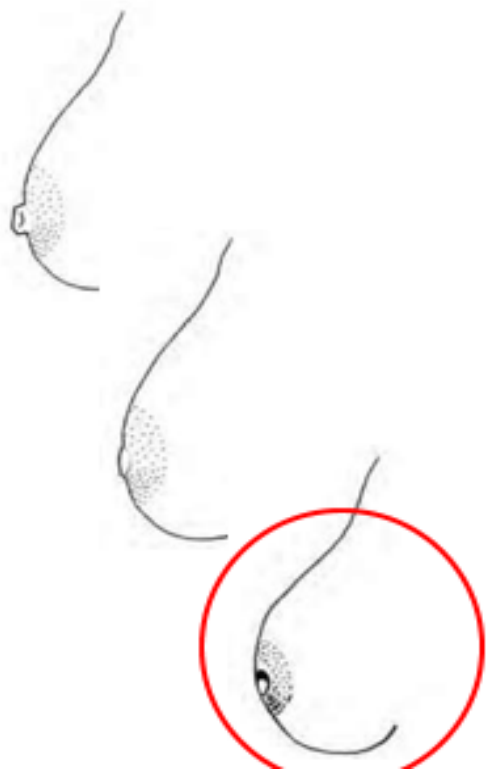


“Bebes amamantados, bebes sanos y felices”

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

Variaciones anatómicas de los pezones

Pezones invertidos



- *Las mamas son parte de la imagen corporal internalizada de la mujer que se desarrolla en la adolescencia y es parte de ella por el resto de su vida.*

Comité LM AEP, 2004

Recuerda:

Los pezones vienen en variadas formas y tamaños y están genéticamente influenciados.

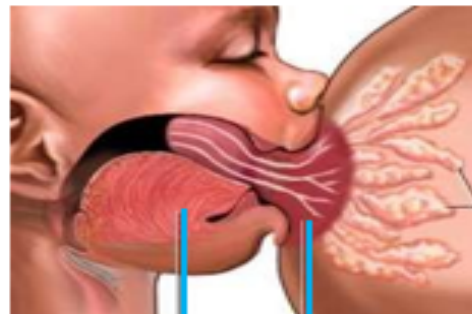


“Bebes amamantados, bebes sanos y felices”

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

Variaciones anatómicas de los pezones

Pezones invertidos



Lengua

Areola

- Durante la succión, el pezón se alarga al doble que su longitud en “reposo”.
- Los pezones planos o invertidos **no contraindican la lactancia**, ya que ellos no juegan un papel primordial durante la lactancia.
- Es el ordeño de una buena porción de aréola efectuada por la lengua del lactante lo que extrae la leche.



“Bebes amamantados, bebes sanos y felices”

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

Variaciones anatómicas de los pezones
Pezones invertidos



- La primera intervención para tratar un pezón plano o retráctil es estimular y dar forma al pezón antes de la lactancia.
- **Pezón plano (no invertido):** masajear el pezón o aplicar compresas frías para ayudar al pezón a evertirse.
- **Pezón invertido:** enseñar a la madre a formar su pezón colocando su pulgar a una distancia de 3,5 a 5 centímetros* detrás del pezón (el resto de dedos debajo) y empujando hacia atrás (hacia su tórax).



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

Variaciones anatómicas de los pezones
Pezones grandes o largos



Los pezones grandes o largos causan menos problemas que los pezones planos o invertidos.

- Ocasionalmente, los pezones excepcionalmente grandes o largos podrían dificultar la lactancia. Especialmente si el lactante es pequeño.
- Los lactantes pueden presentar náuseas después de lactar (por el estímulo realizado por el pezón al paladar blando).
- El deslizamiento de la lengua más cerca a la punta del pezón puede causar que algunas madres presenten dolor en los pezones.



“Bebes amamantados, bebes sanos y felices”

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”



mala posición del niño durante la lactancia.

Causa principal

- considerar → Una adecuada técnica de lactancia:
Posición de la madre y el niño.
Acoplamiento boca- pecho (agarre).
- corregir → Las posturas inadecuadas
- amamantar → Con frecuencia
A demanda para evitar la fuerte succión ejercida por el niño hambriento.

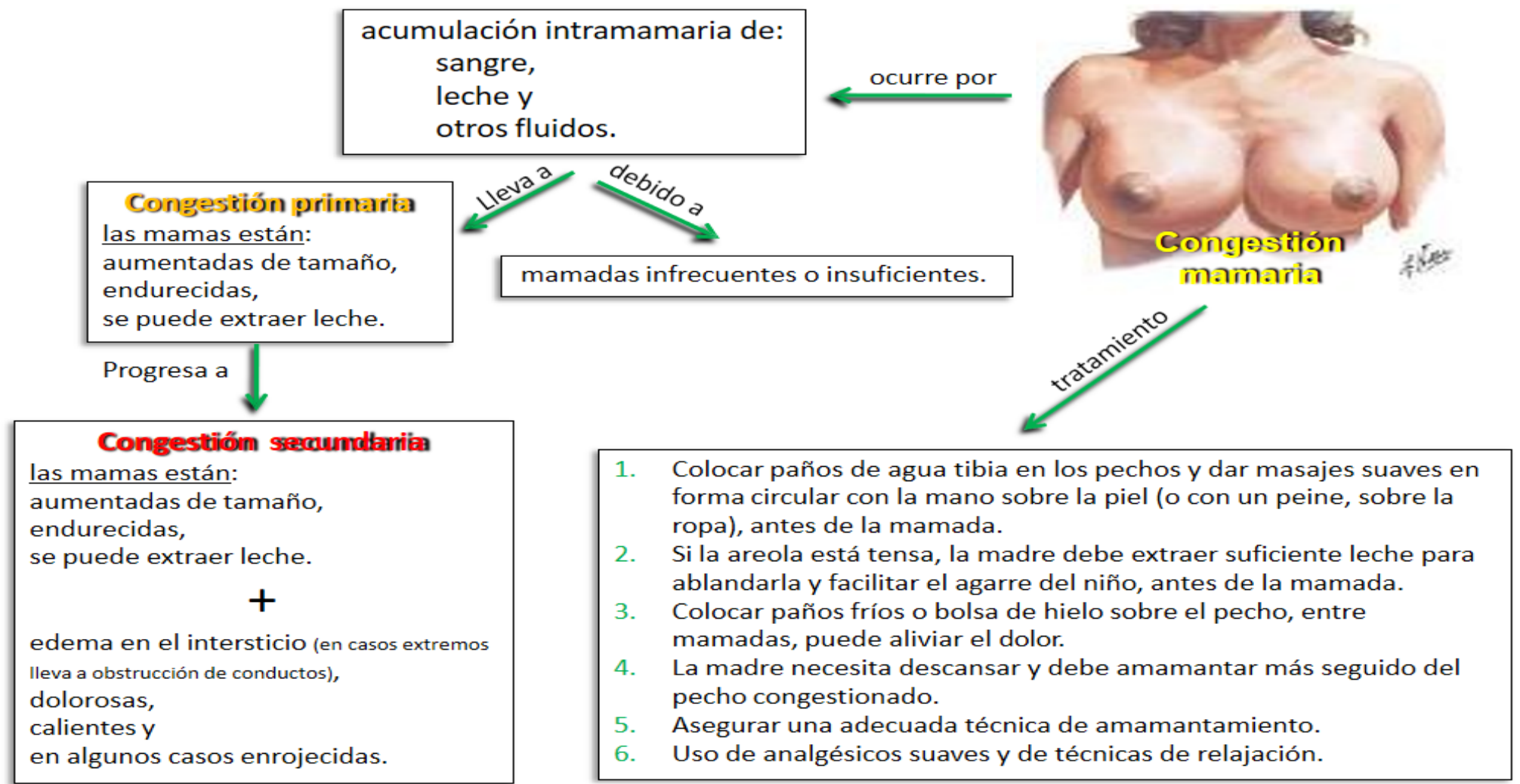


- utilizar → Un jabón neutro o sólo agua para la higiene de las mamas, usualmente a la hora de la ducha diaria.
- evitar → Evitar el empleo de discos absorbentes, si se emplean cambiarlos frecuentemente para evitar la humedad.
- No recomendar → Una higiene excesiva de la zona, la humedad favorece la maceración.



*amamantados,
sanos y felices”*

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”



*“Bebes amamantados,
bebes sanos y felices”*

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

Una **inflamación del tejido intersticial** que rodea los lóbulos mamarios, que puede acompañarse o no de **infección**, cuya puerta de entrada más frecuente son las grietas del pezón.

Si ocurre una infección →

el germen más frecuente es el **Estafilococo aureus (dorado)**

es →

se reconoce por →

Piel de la mama enrojecida, caliente y dolorosa. Síntomas parecidos a los de la gripe (ej. cefalea y dolor de articulaciones).

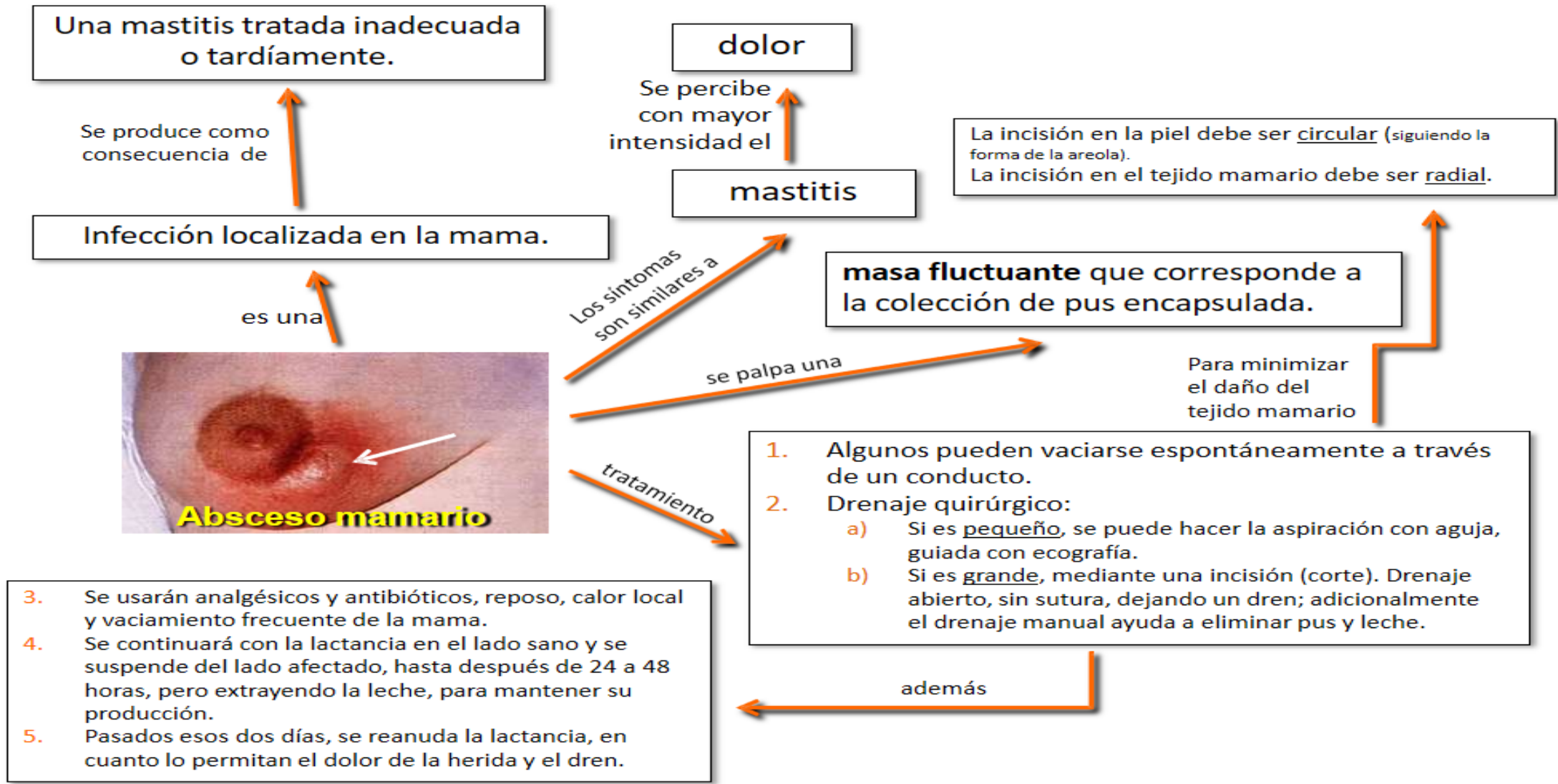


El tratamiento consiste en →

1. No dejar de amamantar.
2. Reposo en cama por 24 - 48 horas (importante).
3. Uso de analgésicos o antiinflamatorios.
4. Dar abundantes líquidos.
5. Uso de compresas calientes en la mama.
6. Amamantamiento frecuente cada 2 a 2 y 1/2 hora o más seguido por lo menos de 10 a 15 minutos, de cada lado, ofreciendo primero el lado afectado.
7. Uso de antibióticos, por lo menos de 10 a 14 días:
 El antibiótico de elección es la **Cloxacilina** o **Dicloxacilina** de 250-500 mg. cada 6 horas
 ó
Eritromicina de 250-500 mg. cada 6 horas.



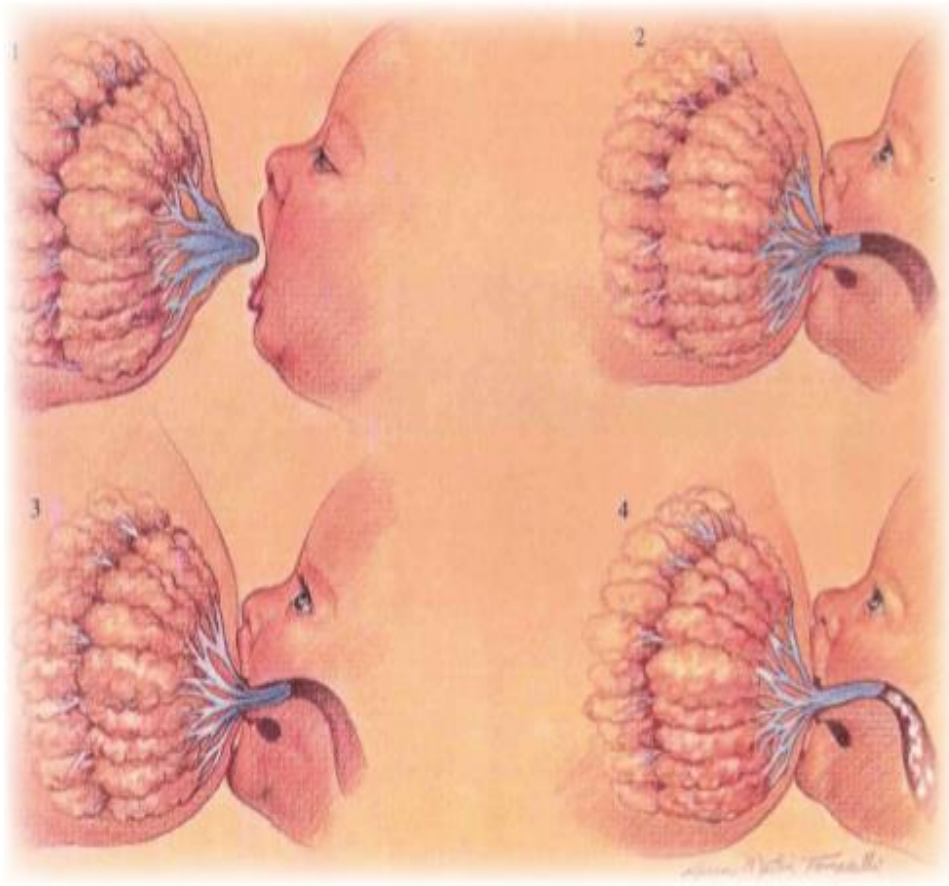
“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”



“Bebes amamantados, bebes sanos y felices”

“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

- Una buena presión, que asegure vaciamiento de la mama.
- El estímulo de la succión para que haya eyección de la leche
- Vaciar los pechos con frecuencia y completamente



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

MANO DE BAILARINA:

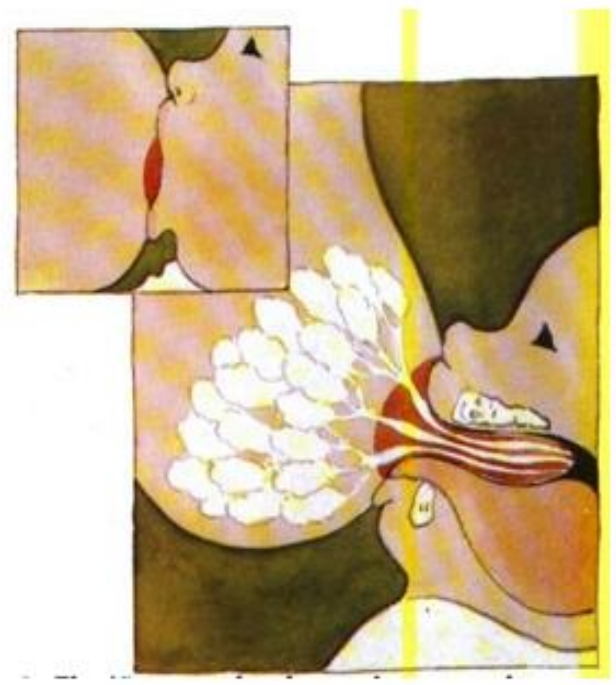


La mano en “C” sostiene al pecho, pero el dedo índice se adelanta y se apoya debajo del mentón del niño para sostener la mandíbula y ayudar a los movimientos de succión.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

ACOPLAMIENTO



Para que sea funcional, el niño debe estar de frente, los labios evertidos alrededor de la areola. Lo correcto permite que el niño introduzca el pezón y gran parte de la areola dentro de la boca.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

POSICION CORRECTA DE LOS LABIOS



Dedos en el contorno de la areola. Ambos labios formen un cinturón muscular que ayude el niño succionar leche, un micromasaje en la zona de los senos lactíferos.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

POSICION CORRECTA DE LA LENGUA



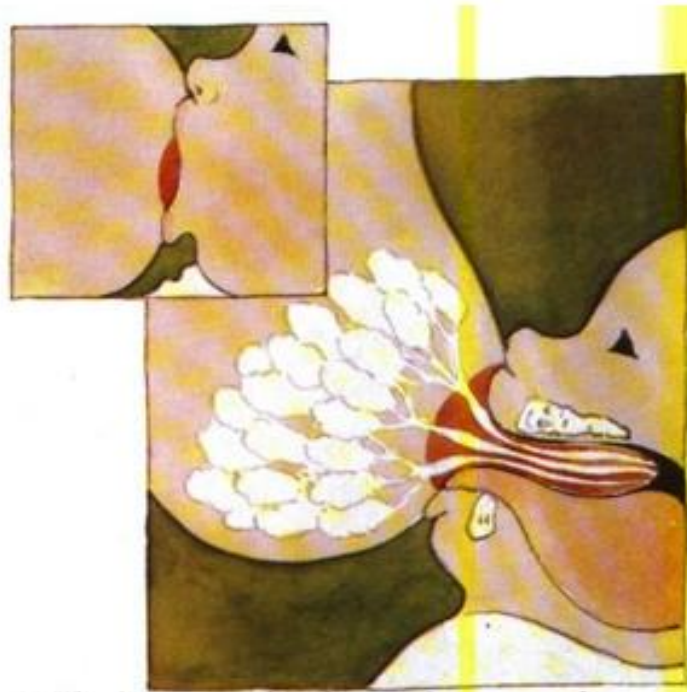
Para succionar la lengua se proyecta hacia delante de la encía inferior. Como posición anterior envuelve al pezón y parte de la areola y los presiona nuevamente contra la encía superior y el paladar. Durante todo el proceso la lengua se mantiene en la misma ubicación para:

Succlonar - deglutir y respirar



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

EL PEZON DENTRO DE LA BOCA DEL NIÑO



El pezón y la areola deben formar un cono que permita a la punta del pezón llegar hasta el límite del paladar duro. Si el niño chupa solo el pezón no será una extracción suficiente y provocará dolores, grietas o heridas.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

LA AREOLA Y LOS SENOS LACTIFEROS



La areola debe entrar lo suficiente en la boca para que los senos lactíferos ubicados debajo de ella, sean masajeados por la lengua, el labio y el movimiento **QUE REALIZA** con el maxilar inferior, por la encía (Redete Marginal de Magitot) y el labio en la parte superior.

“LA BOCA DEL NIÑO SE ACERCA AL PECHO”



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

MADRE SENTADA

- **Cómoda, respaldo firme para apoyar espalda.**
- **Pies sobre taburete o piso pequeño.**
- **Si es necesario, almohada o cojín para acomodar al niño a la altura del pecho.**
- **Posición de la mano en “C”: 4 dedos por debajo y pulgar encima y detrás de la areola.**



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

NIÑO: ACOSTADO DE LADO

- Decúbito lateral sobre antebrazo de la madre, del lado que da pecho, apoyando hasta región glútea.
- Cabeza apoyada en ángulo del codo y orientada en el mismo sentido que eje del cuerpo.
- Abdomen en contacto con abdomen de la madre “güatita con güatita”.
- La madre solo necesita desplazar el brazo para acercar o alejar al niño de la mama



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

NIÑO: EN CANASTO O PELOTA

- Se ubica al niño debajo del brazo del lado que se da pecho, con el cuerpo del niño rodeando la cintura de la madre.
- La madre maneja la cabeza del niño con la mano del lado que amamanta, tomándolo por la base de la nuca.
- Esta posición es muy cómoda para alimentar en forma simultánea gemelos, también en caso de cesárea.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

POSICION EN REVERSA:

- La madre ofrece el pecho con la mano del lado que amamanta, la otra sostiene la cabeza por la nuca.
- Necesita de un cojín para colocar al bebé a la altura de los pechos.
- El niño se puede deslizar de un pecho al otro sin cambiarlo de posición.
- Es muy útil cuando el niño tiene preferencia por un pecho, cuando la posición tradicional estimula el reflejo de búsqueda con el roce del brazo y en casos de problemas de clavícula en el niño.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

COMO ESTABLECER UNA LACTANCIA EXITOSA



Disponer en los servicios de salud de normas relativas al fomento de la lactancia materna



Capacitar a todo el personal de salud para el cumplimiento de esas normas.



Informar a las embarazadas los beneficios de la lactancia materna.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

COMO ESTABLECER UNA LACTANCIA EXITOSA



Practicar el contacto temprano piel a piel en la sala de partos.



Facilitar el alojamiento conjunto Madre – Niño.



Enseñar a la madre la técnica del amamantamiento.



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

COMO ESTABLECER UNA LACTANCIA EXITOSA



No dar biberón a los recién nacidos.



Dar de lactar al niño cuando lo solicite.



No dar chupón a los recién nacidos.



Fomentar el establecimiento de grupos de apoyo a la lactancia materna



“LACTANCIA MATERNA COMO ALIMENTO DE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y PRACTICA DE CRIANZA POSITIVA”

MUCHAS GRACIAS

