

**SEMINARIO DE TESIS.
AVANCE 1 y 2 SEMINARIO DE TESIS.**

**PROFESORA:
LIC. ELISA PEREZ PEREZ.**



**PRESENTA LA ALUMNA:
IRIS DIANETH GARCIA MENDEZ.**

**MODALIDAD, CUATRIMESTRE Y GRUPO:
ENFERMERIA ESCOLARIZADO, 8TO
CUATRIMESTRE "A".**

CAPITULO 1

1.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

“IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION DE LA MADRE ANTES Y DURANTE LA LACTANCIA MATERNA EN ADOLESCENTES DE UNION BUENA VISTA, CHIAPAS”.

1.1 DESCRIPCION DEL PROBLEMA

1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA/ PREGUNTAS DE INVESTIGACION:

1. ¿Qué es la lactancia materna?
2. ¿Qué tantos conocimientos poseen las adolescentes de Unión Buena Vista sobre la lactancia materna?
3. ¿Conocen las técnicas de lactancia materna las adolescentes de Unión Buena Vista?
4. ¿Identifican los riesgos de una alimentación inadecuada antes y durante la lactancia materna las adolescentes de Unión Buena Vista?
5. ¿Cuáles son los beneficios que trae una alimentación adecuada y balanceada antes y durante el proceso de lactancia materna?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GENERAL:

- Informar y hacer conciencia sobre la importancia de la alimentación antes y durante el proceso de lactancia materna en las adolescentes de la Localidad Unión Buena Vista.

1.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Definir ampliamente el concepto de Lactancia materna.
- Aumentar el nivel de conocimiento sobre la importancia de la alimentación antes y durante la lactancia materna.
- Dar a conocer las técnicas de lactancia materna en las adolescentes de la Localidad Unión Buena Vista

- Identificar los riesgos que trae una alimentación inadecuada antes y durante la lactancia materna.
- Informar sobre los beneficios de una alimentación balanceada y adecuada antes y durante la lactancia materna.
- Crear herramientas de apoyo para fortalecer los buenos hábitos alimenticios antes y durante la lactancia materna.

1.4 HIPOTESIS

HI: A mayor información sobre la importancia de la alimentación antes y durante la lactancia materna en mujeres adolescentes de Unión Buena Vista, menor será la incidencia de problemas durante este periodo.

HA: La falta de conocimiento sobre la alimentación antes y durante la lactancia materna es la principal causa de la aparición de problemas tanto en la madre como en el producto durante este periodo.

1.5 JUSTIFICACION

A lo largo de su vida, la mujer va pasando por distintas etapas y situaciones fisiológicas que cambian sus requerimientos nutricionales y energéticos. En función del género, los adolescentes comienzan a diferenciarse en el patrón de crecimiento, composición corporal y maduración sexual, requiriendo en consecuencia diferentes necesidades nutricionales. En la mujer, se requiere un aporte de hierro superior al de los varones. La gestación es un periodo de especial relevancia nutricional, ya que la mujer debe atender sus necesidades nutricionales, las del feto y las necesarias para la formación de las nuevas estructuras maternas implicadas en el mantenimiento del feto. Por ello, la mujer embarazada necesita mayor cantidad de nutrientes y energía que la no gestante.

Desde un punto de vista nutricional, la lactancia es otra etapa especial para la mujer, ya que para producir leche materna los requerimientos nutricionales deben ser superiores a los de la etapa de gestación, pues será el único alimento que recibirá el bebé durante los primeros meses de vida. En esta etapa, la mujer debe seguir una alimentación adecuada y equilibrada, ya que el estado nutricional de la madre afectará a la composición de la leche que produce.

Con posterioridad, la mujer se encuentra con otra situación fisiológica distinta denominada menopausia, que marca el inicio de la edad avanzada, etapa en la que vuelven a variar las necesidades nutricionales. Por todo ello, los expertos han establecido recomendaciones específicas para los distintos grupos de edad, actividad física y situaciones fisiológicas, como son entre otras, la gestación, lactancia y menopausia, que afectan al estilo de vida de la mujer y tienen como objetivo mantener un buen estado de salud.

La leche materna cubre todas las necesidades nutricionales del bebé y está adaptada a la situación fisiológica propia del recién nacido. Durante la etapa de la lactancia, las necesidades nutricionales maternas se ven incrementadas para suplir el esfuerzo metabólico derivado de la producción de leche materna. El esfuerzo metabólico se dirige a la síntesis de grasas, proteínas y vitaminas que incluye la leche y que cubrirá los requerimientos nutricionales del niño.

La alimentación de la madre lactante es de gran importancia, dada la influencia que la ingesta de nutrientes tendrá sobre la calidad y cantidad de leche que se produce y sobre su propia salud. Una madre desnutrida producirá leche a costa de sus propias reservas, lo que le podría ocasionar un deterioro físico y de su estado de salud. Por otra parte, parece ser que las mujeres con sobrepeso y obesidad previa a la gestación presentan niveles inferiores de prolactina en el postparto, con unos ratios más bajos en la iniciación y mantenimiento de la lactancia. Así, es importante controlar el peso de la mujer antes y durante embarazo y tras el parto, y deben seguir las recomendaciones específicas para que la lactancia se lleve a cabo con éxito.

Para conseguir un buen estado nutricional durante la lactancia, la mujer tiene que aumentar la ingesta de nutrientes. La leche materna tiene una composición bastante constante y la dieta de la madre solo afecta a algunos nutrientes. El contenido de grasa de la leche materna varía con la dieta. El contenido de hidratos de carbono, proteína, calcio y hierro no cambia mucho incluso si la madre ingiere poca cantidad de estos en su dieta. Sin embargo, si la dieta de una madre es deficiente en vitaminas hidrosolubles y vitaminas A y D, su leche contiene menos cantidades de estos nutrientes. En cada visita posnatal tanto la madre como el niño deben ser examinados, y se debe proporcionar

asesoramiento sobre la alimentación saludable. Durante la lactancia se debe evitar una dieta que aporte menos de 1.800cal al día.

Los beneficios biológicos únicos de la leche materna justifican la promoción de la lactancia como método óptimo de la alimentación infantil. La recomendación de aumentar el consumo de determinados nutrientes o la utilización de suplementos para las mujeres lactantes se indica para satisfacer las necesidades de la producción de leche y proteger al lactante contra deficiencias en nutrientes.

Durante los últimos años se ha renovado el entusiasmo por la lactancia materna, ya que la leche de la madre no solo satisface las necesidades de hambre, sino que también de las necesidades calóricas óptimas en la forma más digerible, así también protege contra las infecciones causadas por sus anticuerpos.

Durante nuestra estancia en el Ejido Unión Buena Vista se pudo observar la poca información que las madres tienen acerca de la lactancia materna.

Es por eso que consideramos importante este tema, ya que existen muchas madres que no saben cómo amamantar a sus bebés o bien no prefieren dar leche materna y debido a esto los recién nacidos se enferman con mayor frecuencia afectando en su desarrollo y crecimiento. En el libro Lactancia materna Aguilar, María José Aguilar Cordero menciona que los niños que han sido alimentados con leche materna tienen menos problemas alérgicos, de obesidad y enfermedades favoreciendo un mejor crecimiento y desarrollo del niño.

La información obtenida será de gran importancia ya que nos dará la pauta para planear una estrategia para resolver el problema detectado y de esta manera beneficiar a los recién nacidos con una mejor nutrición, a las madres para prevenir algunas enfermedades como lo es el cáncer

de mama, también para beneficiar el estado económico de la familia, reducir el tiempo y modo de preparación, entre otros aspectos.

Esta información se hará posible, ya que el lugar en donde realizaremos la recopilación de nuestra información se encuentra a 4hrs aproximadas del Municipio De Chicomuselo, Chiapas. No contamos con suficiente información, ni instituciones que nos ayuden, pero si pacientes con este problema.

Al mismo tiempo nosotros como estudiantes de enfermería obtendremos más conocimientos de dicho tema y nos servirá durante el proceso de nuestra pasantía en servicio social tanto laboral como en nuestra vida personal.