

DEDICATORIAS

María Victoria Calderón Vázquez

Agradezco a Dios por haberme dado la vida y así mismo mantener unida a las personas que más amo que es mi familia a pesar de las circunstancias, por todos los buenos y malos momentos que he vivido, por que el ha sido mi guía y mi fortaleza a pesar de todos mis errores, gracias a Dios estoy cumpliendo uno de mis grandes sueños porque él es el pilar más fuerte en mi vida por que los tiempos de Dios son perfectos.

A MIS PADRES:

A mi madre Oliva Vázquez por su amor y apoyo involuntaria e incondicional por haberme inculcado buenos principios y consejos, porque en los momentos más difíciles en mi vida me ha brindado paz, tranquilidad y amor, pues sin ella yo no lo hubiese logrado, por enseñarme a no rendirme, a mantenerme de pie a pesar de todos mis errores, por ser mi más grande inspiración por haberme tenido toda la paciencia del mundo porque no me alcanzara la vida para devolverte todo lo que me das y has hecho por mí, te amo mama.

A mi padre Manuel Calderón que a pesar de las adversidades siempre he tenido su apoyo y amor incondicional por apoyarme en las buenas y en las malas por tenerme paciencia, por darme fuerzas y tan buenos consejos, que a pesar de no tenerlo cerca siempre ha estado con migo que se que ha sacrificado tanto por la familia y por mi desde que nací , pues sin él no lo hubiese logrado, que no me alcanzara la vida entera para devolverte todo lo que me has dado, eres mi gran inspiración, gracias porque nunca me ha faltado tu cariño y tu amor, te amo papa.

A mis hermanos Manuel, Carlos y Alejandra que son mi fortaleza con los que he compartido momentos de tristeza y alegría que me transmiten fuerza y me alientan para seguir mis sueños, son unos de los regalos más grandes que Dios me ha dado, son mi motivo para seguir luchando, forman parte de mi inspiración gracias por sus infinito amor, los amo.

A mi sobrina Anahy Alexandra que ha sido una bendición en mi vida que con tan solo una sonrisa transmite amor y alegría, que me hace cambiar mis días malos a días buenos, a Tu mami mi hermana que me ha regalado un gran tesoro, ustedes son mi esencia gracias por sus amor por enseñar a superarme a pesar de tantas adversidades las amo mucho.

Quiero agradecer a una de las personas muy especiales que ha sido parte fundamental en la elaboración de tesis a la profesora Elisa Pérez que a lo largo de este trayecto nos ha dado sabiduría, gracias a su experiencia, valoro mucho el tiempo que nos ha apoyado ya que han sido momentos difíciles y complicados y ella siempre con su buena actitud teniendo en cuenta que no hay que darse por vencido de antemano le doy las gracias por formar parte de nuestra formación.

A mis compañeras de tesis y amigas les doy las gracias por formar parte fundamental en este proceso, por siempre estar en las buenas y las malas, por compartir momentos tristes y de alegría, porque para mí es una bendición y privilegio tenerlas.

Le agradezco a **Dios** y a la vida que me permitió conocer a personas tan maravillosas A san judas Tadeo Por permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida. Por los triunfos y derrotas que a pesar de todo lo vivido no me rendí por permitirme realizar uno de mis grandes sueños, viví momentos tan difíciles que hoy en día me han enseñado a valorarte cada día más. Gracias por guiarme en el camino luchando en todo momento para mantenerme de pie.

A ti Madre por haberme educado y soportar mi carácter y errores. Gracias a tus consejos, por el amor que siempre me has brindado, por cultivar e inculcar tener la responsabilidad de lo que hago ¡Gracias por darme la vida!

A ti Padre a quien le debo todo en la vida, le agradezco el cariño, la comprensión, la paciencia y el apoyo que me brindó económicamente en todo momento para poder culminar mi carrera profesional.

A mi novio que fue el pilar principal de todo este recorrido el cual hubo momentos difíciles en nuestra relación, estuviste a mi lado en los momentos más tormentosos durante estos años en mi carrera, pero lo superamos juntos, y créeme que valió la pena. Uno de ellos fue la elaboración de esta tesis, en la cual recibí tu total apoyo a pesar de todo.

A mis Hermanas porque siempre he contado con ellas para todo, gracias a la confianza que siempre nos hemos tenido; por esa unión no solo de sangre si no de amigas lo cual compartimos muchas cosas hermosas juntas el apoyo y amistad.

En especial quiero agradecer **a mi profesora** de tesis a la Lic. Elisa Pérez por haberme guiado en este proyecto en base a su experiencia y sabiduría ha sabido tener paciencia a pesar de todos sus compromisos estuvo ahí pendiente de lo que se necesitaba apoyando en todo momento, es una de las de las mejores personas que conocí en la universidad gracias.

No es secreto de que las amigas existen de manera desinteresada ayudando apegadas hacer las cosas bien, apoyando exitosamente a sacar adelante este proyecto de tesis gracias por la amistad **María victoria Calderón y Ximena Mauricio**

Y a la **Universidad del Sureste** y en especial a la carrera de enfermería que me dieron la oportunidad de formar parte de ellas.
¡Gracias!

Ximena Mauricio Sales

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	4
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	4
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	11
1.3 OBJETIVOS	12
1.3.1 OBJETIVO GENERAL	12
1.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	12
1.4 HIPOTESIS	12
1.5 JUSTIFICACIÓN.....	13
1.6 DELIMITACION DEL PROBLEMA.....	17
CAPITULO II	18
2. MARCO DE REFERENCIA	18
2.1 MARCO HISTORICO.....	18
2.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	23
2.3 MARCO TEORICO	26
2.3.1 ANATOMIA Y FISILOGIA DE LA MAMA.....	26
2.3.2 LACTANCIA MATERNA	27
2.3.2.1 COMPONENTES DE LA LECHE MATERNA.....	28
2.3.3 LACTANCIA MATERNA JOVEN	29
2.3.4 ALIMENTACION DE LA MADRE ANTES Y DURANTE LA LACTANCIA MATERNA	30
2.3.4.1 NECESIDADES DE NUTRIENTES.....	32
2.3.4.2 RIESGOS DE UNA MALA ALIMENTACIÓN.....	33
2.3.4.3 TIEMPO EN EL QUE SE LE PUEDE DAR A INGERIR A LOS BEBES OTROS ALIMENTOS	33

2.3.5 CLASIFICACION DE LA LECHE MATERNA	33
2.3.5.1 PRECALOSTRO.....	34
2.3.5.2 CALOSTRO.....	34
2.3.5.3 LECHE DE TRANSICIÓN	34

INTRODUCCIÓN

En la actualidad en México ha existido un número significativo de jóvenes madres en proceso de lactancia que por el nivel educativo o la falta de información por parte del personal de salud que no imparten conocimientos importantes sobre el proceso de lactancia materna, alimentación antes y durante la lactancia materna.

El amamantamiento es una experiencia satisfactoria tanto para la madre como para el lactante por el contacto piel a piel que se produce entre ambos, la madre es sensible durante la lactancia y su interés principal es por alimentar y cuidar de su hijo. Sin embargo en madres jóvenes, hay un desafío por el nuevo ser que tienen a su cuidado y eso presenta ansiedad por desconocimiento y falta de experiencia.

Este problema es más evidente al hablar de madres adolescentes, quienes son susceptibles a la influencia social, a su nivel de conocimientos y a la calidad de la atención de los servicios de salud, que resultan determinantes en la decisión de dar o no leche materna a sus hijos.

La lactancia materna es un hecho biológico sujeto a modificaciones por influencias sociales, económicas y culturales. Sin embargo en la sociedad ha permanecido invariable la tendencia de delegar esta función a medida que se accede a niveles altos de bienestar. Las clases privilegiada en épocas pretéritas tampoco veían con buenos ojos la práctica de la lactancia pues era frecuentemente delegada a mujeres con escasos recursos económicos (las madres de alquiler o nodrizas), la dificultad de la mujer moderna para establecer la lactancia materna posparto se debe a múltiples factores que en este trabajo se dará a conocer.

El amplio abandono de la alimentación al seno materno es una característica del siglo veinte. Además, se considera que la leche

materna es totalmente adecuada para las necesidades nutricionales de los bebés durante cuatro a seis meses y puede servir como una parte importante de la dieta infantil durante los primeros dos años. Sin embargo, muchas mujeres nunca comienzan la lactancia materna y otras destetan a sus hijos a las pocas semanas o meses.

Conociendo la importancia de la lactancia materna para el desarrollo y crecimiento del bebé durante los primeros meses de vida.

Los resultados que presentamos se obtuvieron de encuestas realizadas con las pacientes embarazadas y en proceso de lactancia que viven en sus hogares, en El Pacayal, Municipio de Amatenango de la Frontera.

A pesar de los esfuerzos realizados, nos hemos dado cuenta que en nuestro ejido aún se carece de información sobre la lactancia materna y como enfermeros tendremos un papel importante para fomentar y capacitar a las madres y de esta manera reducir el índice de embarazos, malas técnicas de amamantamiento, mala alimentación.

El trabajo realizado se presenta en cuatro capítulos que independientemente la información general relacionada a las dedicatorias, índice, introducción, sugerencias y/o propuestas, conclusión, anexos y la bibliografía.

Los cuatro capítulos antes referidos comprenden:

Capítulo I. Planteamiento del problema. En este apartado se presentan datos relevantes que existen sobre este problema, el objetivo general y los objetivos específicos, hipótesis, justificación del tema para comprender la necesidad de investigar el tema y delimitación del estudio.

Capítulo 2. Marco de referencia. Aquí se presenta información en marco histórico en el que describe el proceso del tema a lo largo del tiempo y como se ha presentado, antecedentes de la investigación,

marco teórico en donde se puede ver las bases teóricas que sustentan la tesis basados en distintos autores, marco conceptual que nos brinda resultados de distintos términos basados en el tema.

Capítulo 3. Diseño metodológico. En este capítulo se establece la descripción detallada y precisa de las estrategias y procedimientos de cómo se va a realizar la investigación.

Capítulo 4. Resultados. En este capítulo se muestran los resultados finales que se obtuvieron a través de todo el proceso de investigación, los análisis e interpretación de las graficas y datos obtenidos.

SUGERENCIAS

A LA POBLACION ENGENERAL:

- Obtener información de lactancia materna por parte de profesionales de salud.
- Asistir a unidad de salud.

A LAS JOVENES EMBARAZADAS O EN EL PROCESO DE LACTANCIA:

- Mantener buena alimentación.
- Asistir a unidad de salud.
- Capacitarse e indagar sobre la lactancia materna.

A LAS INSTITUCIONES DE SALUD:

- Impartir capacitaciones en mujeres sobre la importancia y procedimiento y beneficios de la lactancia materna.
- Capacitar a las jóvenes embarazadas sobre las técnicas de lactancia.
- Capacitar a las jóvenes embarazadas sobre los cuidados que se les da a un bebé.

PROPUESTA

IMPLEMENTAR PLATICAS O CAPACITACIONES PARA LAS JOVENES SOBRE LO IMPORTANTE DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna actualmente es un tema que no todas las jóvenes conocen orientando con responsabilidad de tomar decisiones informadas, para asegurar estilo de vida saludable, mediante la promoción de la lactancia materna en madres adolescentes y jóvenes logrando más información de acuerdo a sus necesidades la importancia para que el personal de salud, a la hora de interrelacionarse ofrecer información sobre la importancia de la leche materna, incluso antes del parto,

Ofreciendo ventajas a los bebés alimentados con leche materna a son más capaces de combatir cualquier tipo de infecciones. En el hospital debe facilitar el contacto directo piel a piel y apoyar la decisión de la madre para iniciar la lactancia tan pronto como sea posible después del nacimiento

Apoyar a la madre para mantener la lactancia materna después de abandonar el hospital para ayudar al desarrollo de su bebé

No dar al recién nacido más que lactancia materna hay que fomentar la lactancia natural cada vez que se requiera.

Evitar ponerle algunos alimentos al pecho, chupones artificiales en lugar de la mama para calmar al bebé puede interferir con mecanismo de succión psicológicos

La lactancia materna controlada por el lactante se recomienda como la mejor practica para frecuencia y duración de lactancia.

El amamantamiento además del componente relacionado con el recién nacido necesita del aprendizaje de las técnicas correctas, Mejorar los índices de lactancia materna en cuanto a inicios, exclusividad y duración, así como tener la seguridad y satisfacción de las madres

Acciones de la lactancia materna para que las madres puedan sentirse más seguras ante la lactancia sin dejar que sus circunstancias y decisiones personales sean vulneradas para que ofrezcan el aporten nutricional:

- Utilizar métodos de extracción de leche para las madres que dan lactante.
- Dar apoyo la lactancia materna.
- Intervenciones para promover el inicio de lactancia materna.
- Intervenciones en el lugar de trabajo y así apoyar la lactancia materna para las madres que trabajan

BIBLIOGRAFÍA

- Academia Nacional De Mexico. (2016). *Lactancia materna*. Mexico: Intersistemas:
https://www.anmm.org.mx/publicaciones/ultimas_publicaciones/LACTANCIA_MATERNA.pdf
- Artículo de revisión de ginecología y obstetricia. (2002). Embarazo y lactancia durante la adolescencia. *Hospital General "Dr. Manuel Gea González"*, 1-5:
https://www.medigraphic.com/pdfs/h-gea/gg-2002/gg023_4b.pdf
- Boletín Médico Del Hospital Infantil De Mexico. (2017). Representaciones sociales de adolescentes mexicanas. *Representaciones sociales de adolescentes mexicanas*, 1-7:
<http://www.scielo.org.mx/pdf/bmim/v75n3/1665-1146-bmim-75-03-153.pdf>
- Comité de Lactancia Materna de la AEP. (2004). *Lactancia Materna*. Barcelona: Ergon:
https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/lactancia/CNLM_guia_de_lactancia_materna_AEP.pdf
- Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría. (2012). Recomendaciones sobre lactancia materna. *Recomendaciones sobre lactancia materna*, 1-16:
<https://www.aeped.es/sites/default/files/201202-recomendaciones-lactancia-materna.pdf>
- Consejería en Lactancia Materna. (1998). Curso de capacitación. *Consejería en Lactancia Materna*, 1-194:
https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/pdfs/bc_participants_manual_es.pdf

- Estrategia Nacional De Lactancia Materna. (2014-2018). Estrategia Nacional De Lactancia Materna. *Estrategia Nacional De Lactancia Materna* , 1-32: http://cneqsr.salud.gob.mx/contenidos/descargas/SMP/ENLM_2014-2018.pdf
- Gomez, P. (2014). Madres adolescentes, un reto frente a los factores que influyen en la. *Enfermería Global* , 1-12: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/eglobal.13.1.171461/156751>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2014). Lactancia y Nutrición de Niñas, Niños y Madres. *INEI* , 1-46: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaless/Est/Lib1211/pdf/cap010.pdf
- Maternidad en la adolescencia y lactancia. (2015). Maternidad en la adolescencia y lactancia. *Enfermería Docente* , 1-6: <http://www.index-f.com/edocente/104pdf/10449.pdf>
- Mexico, Boletín Médico del Hospital Infantil De. (2017). Representaciones sociales de adolescentes mexicanas. *Representaciones sociales de adolescentes mexicanas* , 1-7: <http://www.scielo.org.mx/pdf/bmim/v75n3/1665-1146-bmim-75-03-153.pdf>
- OMS. (2014). *El embarazo en la adolescencia* . Recuperado el 20 de Enero de 2014, de El embarazo en la adolescencia : <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy#>
- OMS. (s.f.). *Organizacion mundial de la salud*. Obtenido de Organizacion mundial de la salud: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/newborn/nutrition/breastfeeding/es/#

Perfiles de Salud Reproductiva en Chiapas, (2011). Perfiles de Salud Reproductiva en Chiapas. consejo nacional de población, 1-94: http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/perfiles_salud_reproductiva_estados/Perfiles_SR_07_CS.pdf

UNICEF. (2011). La Lactancia Materna. *Organizacion panamericana en salud* , 1-50: <https://www.paho.org/nutricionydesarrollo/wp-content/uploads/2012/05/Lactancia-Materna-y-C%C3%83%C2%B3digo-Internacional-Comercializaci%C3%83%C2%B3n-Per%C3%83%C2%BA.pdf>

UNICEF. (2012). Lactancia Materna. *Lactancia Materna* , 02-56: <https://www.unicef.org/ecuador/media/2611/file/Lactancia%20materna.pdf>

ANEXOS





CUESTIONARIO

Fecha: 17-Mayo-2021

No. de cuestionario: 06

Instrucciones: Le pedimos que nos apoye a contestar este cuestionario con toda sinceridad. Le hacemos saber de su conocimiento que todos los datos e información obtenida será tratada con respeto y de forma confidencial.

Lee correctamente las preguntas y selecciona la respuesta con una x o de igual forma contesta las preguntas que no contienen incisos, se le pide que conteste todo el cuestionario para una correcta obtención de datos que se requieren.

I.- DATOS PERSONALES:

- 1.- Edad: 18
- 2.- Escolaridad: a) Primaria b) Secundaria c) Preparatoria
- 3.- Ocupación: Ama de casa
- 4.- Estado civil: a) Soltera b) Casada
- 5.- Con quien vive: Con Esposo

II.- DATOS SOCIO-EDUCATIVOS EN SALUD

- 6.- ¿Cuánto conoce sobre la lactancia materna?
 a) Poco b) mucho c) nada
- 7.- ¿Le han brindado información sobre la lactancia materna?
 a) Si b) No
- 8.- ¿A recibió información por parte del personal de enfermería acerca de la lactancia materna?
 a) Si b) No

9.- ¿Usted cree importante que se le capacite sobre la lactancia materna?
a) Si b) No

10.- ¿para usted que es la lactancia materna?
Importante para los bebés

11.- ¿Sabe a cada cuanto tiempo debe amamantar a su bebé?

a) 2 horas b) 3 horas c) 4 horas (d) a cada vez que llora el bebé.

12.- ¿Conoce los beneficios de la lactancia materna?

a) Si (b) No

13.- ¿El personal de enfermería le ha informado sobre las técnicas adecuadas para amamantar a su bebé?

a) Si (c) No

14.- ¿Cuáles enfermedades se previene en la madre al dar leche materna?

a) osteoporosis (b) cáncer de mama c) disminuye la hemorragia post parto d) todas son correctas e) ninguna

15.- ¿Conoce los componentes de la leche?

a) Si (b) no

16.- ¿Cuáles son?

- a) proteínas b) vitaminas c) anticuerpos d) todas correctas e) ninguna

17.- ¿Cuántos meses debe amamantar a su hijo con solo leche materna?

- a) 4-6 meses b) 6-12 meses c) 1 año 0 año y medio

18.- ¿A partir de qué edad o tiempo se le debe de dar alimentos distintos a la leche materna?

- a) Cualquier momento b) 4 meses c) 6 meses

19.- ¿Usted le gusta dar de mamar a su hijo?

- a) Si b) No

20.- Si la respuesta es no ¿por qué?

Por que es mas facil. No se gasta en formula o leche artificial.

21.- ¿Qué leche nutre mejor a su hijo?

- a) Leche materna b) Leche artificial c) ambas

22.- ¿Cuál es el cuidado que le debe dar al niño después de darle de mamar?

Sacarle el aire despues de mamar.

23.- ¿Por qué cree usted que es necesario sacarle el aire a su bebé después de amamantarlo?

Para evitar Ahogamientos.

(a) Si b) no

24.- ¿El personal de enfermería la motiva para amamantar a su bebé?

a) Si (b) no

25.- ¿Qué cree que sería importante para que usted conozca más sobre la lactancia materna?

Su importancia.

26.- ¿sabe a qué edad (meses) le debe de dar alimentos a su bebé?

a) 2- 4 meses. (b) 4-6 meses. c) 6-8 meses. d) 1 año.

27.- ¿sabe usted a qué edad le debe quitar el seno materno?

a) 8 meses. (b) 1 año. C) al año y medio. d) a los 2 años.

28.- ¿A qué edad se le pueden dar otros alimentos al bebé?

Especifique: 4 meses.

29.- ¿Que alimentos cree que son importantes consumir antes de la lactancia materna?

Verduras, Frutas, Sopas, Ato.

TRIPTICO ENTREGADO A LA MUESTRA

