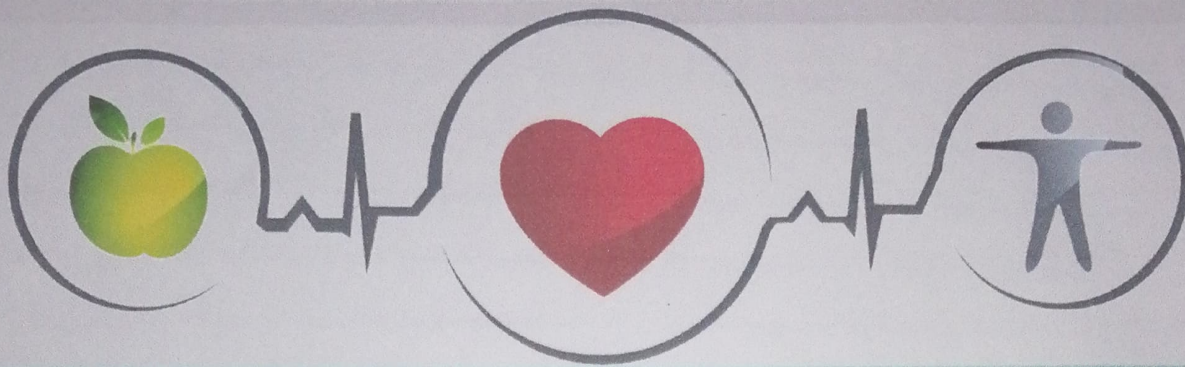


# Nutrición clínica

## Actividad II



Técnica de lactancia materna exclusiva



**UDS**  
Mi Universidad

**CATEDRATICO:**

E.P.P. Elvi Guadalupe Pilicastró Flores

**ALUMNO:**

Jesús Alexis López Sánchez

SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS

A 14 DE JULIO DE 2021

# Introducción

En este trabajo abordaremos las ventajas que tiene un lactante, así como las técnicas correctas para una buena lactancia materna exclusiva. Así como los profesionales de enfermería deben estar muy bien capacitados para dar promoción y educación a la salud basados en hechos científicos y fundamentados.

# Contenido

Lactancia materna exclusiva según la NOM-043-SSA2-2012-----	4
Conclusión-----	7
Referencia-----	8

# Lactancia materna exclusiva según la NOM-043-SSA2-2012

La alimentación del pecho materno es insustituible por las ventajas que ofrece. La lactancia materna exclusiva empieza desde el nacimiento hasta los 6 meses. Y se puede quitar hasta el año o más edad.

## Ventajas

- Es gratis
- Contiene macronutrientes
- Proporciona anticuerpos
- Menos problemas gastrointestinales
- Es a libre demanda
- Menos mortalidad

## Lactancia materna directa

Se logra con dos reflejos exitosos.

1. Reflejo de erección del pezón (se logra con un masaje en el pezón)

2. Reflejo de búsqueda (se logra tocando el borde inferior del labio del bebé).

## Posiciones



Acostada

• El cuerpo del bebé sigue el cuerpo de la madre y están juntos abdomen con abdomen.

• La madre ofrece el pecho del lado que está acostada.

• Esta posición y la de balón de fútbol son las más apropiadas para la madre que ha tenido una cesárea.

## Posición sentada clásica

1. Con la espalda recta, colocar una almohada bajo el niño.
2. Acercar al niño al pecho.
3. Colocar al niño sobre un brazo.
4. La cara debe de quedar frente al pecho, para sostener el pecho con la otra mano en forma de C, con el pulgar hacia arriba de la areola y los otros dedos debajo del pecho.
5. Tocar el pezón con el labio del niño para producir reflejo de búsqueda.
6. Después de abrir la boca, atraer el niño hacia el pecho, no solo el pezón sino que la areola.
7. El mejor estímulo de producción de leche es la succión.



## Recomendaciones de la práctica.

- La madre debe comprobar que el pañal esté seco.
- La temperatura ambiental mayor a  $36^{\circ}$  disminuye la succión.
- Lavarse las manos antes de iniciar.
- Lubricar el pezón con una gota de leche antes de amamantar.
- El tiempo de lactancia por cada seno es de 10 a 15 minutos.
- Alternar los senos cada vez que amamante.
- Ayudar a eliminar el aire ingerido.
- Libre a demanda, sin horario específico.
- En las primeras semanas el niño come con intervalos cortos, en ocasiones hasta menos de dos horas.



Como retirar el Pecho

- Introducir suavemente el dedo meñique en la comisura, para romper el aire del vacío que se forma dentro de su boca y así pueda soltar el pezón sin lastimar el seno.

# Lactancia materna indirecta

Es la extracción del líquido para seguir la nutrición del lactante hasta el año o más edad.

Existen pasos para la preparación, estimulación y extracción como medidas de su conservación.

1. Realizar lavado de manos.
2. 2 fases para la estimulación.

## Fase I

1. masajear la parte superior del pecho, oprimir con un movimiento circular hacia el torax, dos veces dar masaje en otra área.
2. Continuar con el masaje en espiral del pecho hasta llegar a la areola.

## Fase II

3. Frotar el pecho desde el pezón hasta producir cosquillas.
4. Sacudir suavemente ambos pechos inclinándolos hacia arriba.

## Extracción

5. Colocar el pulgar en el pezón, los demás dedos haciendo un círculo.
6. Empujar los dedos hacia el torax, sin mover el sitio colocado.
8. Dar vuelta o girar los dedos, repetirlo varias veces.
9. Se alterna la extracción en ambos pechos. desechar los primeros chorros.
10. A extraer la leche depositarlo en un recipiente con tapa, cerrarlo y refrigerar en otro recipiente con agua fría.

Nota: La leche guardada en un lugar fresco puede ser consumida dentro las primera 8 horas, si se refriegera hasta 48 horas.

# Conclusión

Como se pudo observar la lactancia materna exclusiva tiene muchos beneficios para el lactante así como su crecimiento del menor, nosotros como los profesionales de la salud tenemos que asegurar que las madres estén muy bien capacitados teórico-práctico y asegurar que la promoción a la Salud sea un éxito.

# Referencias

Secretaria de salud, 22 de enero 2013. obtenido de  
NOM-043-SSA-2012: dof.gob.mx/nota\_detalle.php?codigo=  
=52853728 fecha=22/01/2013