

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Nutrición Clínica

3^{er} Cuatrimestre

Docente: Elvi Guadalupe Pilicastro Flores

Alumna: Paola Janeth Gómez López

San Cristobal de las Casas, Chiapas

MINISTRACION DE LA LACTANCIA MATERNA.

De acuerdo a la Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria.

Lactancia materna directa.

Acostada en decúbita lateral



Posición Acostada

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

La madre ofrece el pecho del lado que está acostada.

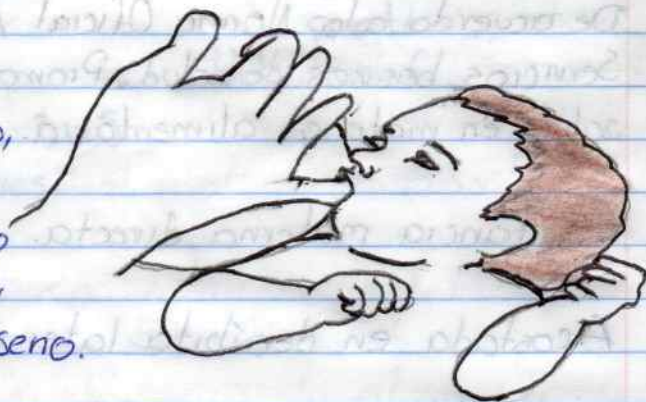
Esta posición y la de balón de fútbol son las más apropiadas para las madres que han tenido cesárea.

Posición de
"Balón de Fútbol"
o en
"Sandía"



Para cambiar de seno o al terminar de lactar.

Introducir suavemente el dedo meñique en la comisura labial del niño, con lo cual se rompe el vacío que se forma dentro de la boca y pueda soltar el pezón sin lastimar el seno.



Posición sentada clásica:

1. Con la espalda recta, colocar una almohada bajo el niño o niña para que quede más cerca del pezón.
2. Acercar al niño o niña al pecho y no el pecho al niño o niña, ya que de hacerlo se provocara molestias en la espalda.
3. Colocar al niño o niña sobre el brazo, de tal forma que se pueda contener con la mano del mismo brazo la pierna o las manitas del niño o niña.
4. Procurar que la cara quede exactamente frente al pecho lo que permitira sostener el pecho con la otra mano, en forma de C. Es decir con el pulgar hacia arriba de la areola y los otros cuatro dedos abajo del pecho.
5. La mano en esta posición permite dirigir facilmente el pezón.

6. Tocar con el pezón el labio inferior del niño o niña para producir el reflejo de búsqueda.

7. Para abrir la boca se debe atraer al niño o niña rápidamente hacia el pecho para que logre tomar no solo el pezón sino también parte de la areola.

8. Para abrir, el mejor estímulo para la producción de leche es la succión, por lo tanto mientras más amamanta, más leche tendrá.

Lactancia materna indirecta.

Extracción de leche.

1. Preparación. Realizar lavado de manos con agua tibia y jabón, secarlas con trapo o toalla limpia.

2. Estimulación. Debe llevarse a cabo en 2 fases.

Fase 1

1. Hacer masaje en la parte superior del pecho con los dedos en un mismo punto, oprimir firmemente con un movimiento circular hacia el torax; después de unos segundos, dar masaje en espiral en la otra área del pecho.

2. Continuar con el masaje en espiral alrededor del pecho, hasta llegar a la areola.

Fosell

3. Frotar cuidadosamente el pecho, desde la parte superior hacia el pezón, de manera que produzca cosquilleos.

4. Continuar con este movimiento desde la base del pecho al pezón. Esto ayuda a relajar a la madre y estimular el aflojamiento de la leche.

5. Sacudir suavemente ambos pechos, inclinándose hacia delante. La fuerza de gravedad ayuda a la bajada de la leche.

Extracción

6. Colocar el pulgar sobre el pezón y los dedos índice y medio aproximadamente 3 o 4 cm atrás de él, formando una letra "C".

7. Empujar los dedos hacia la caja torácica, sin que se mueva del sitio donde los colocó.

8. Dar vuelta o girar los tres dedos como imprimiendo las huellas digitales en una hoja de papel. Este movimiento oprime y vacía los pechos.

9. Repetir en forma rítmica de 2 a 5 minutos para desocupar los depósitos lactíferos.

Colocar los dedos, empujar hacia adentro, exprimir, empujar, girar.

10. Se altera la extracción de ambos pechos, realizando cada vez la estimulación y los pasos de la extracción.

11. Deseche los primeros chorros de leche de cada pechón. y al terminar la extracción mojelos con una gota de leche y dejelos secar al aire.

12. Se deben evitar movimientos bruscos y muy fuertes al apretar o el pechón porque puede dañar los tejidos y provocar moretones.

13. Al extraer la leche de posítela directamente en un recipiente con tapadera; al terminar tape el recipiente y colóquelo en el refrigerador o en otro recipiente con agua fría y mantengalo lejos del calor para su conservación.

14. La leche guardada en un lugar fresco y limpio puede ser consumida dentro de las primeras 8 horas; si se conserva en el refrigerador puede utilizarse para consumo hasta por 48 horas.

Para la ministración de la leche materna indirecta o para el sucedaneo debe utilizarse vaso, taza y cuchara. Este procedimiento es sencillo y barato.

1. Lavar perfectamente el interior y exterior de los utensilios (taza, vaso, cuchara, etc) con agua, jabón estropajo y cepillo, para tallar el interior de frascos donde se dificulta el acceso.

2. Enjuagar con suficiente agua y escurrir.

3. En el fondo de la olla todo o recipiente exclusivo para este fin, colocar una rejilla o paño.
4. Introducir en la olla todos los utensilios boca abajo y agregar suficiente agua hasta cubrirlos.
5. Colocar la olla en la estufa, a fuego alto, cuando el agua comienza a hervir, poner a fuego lento durante 30 minutos.
6. Tirar el agua y dejar enfriar, secar con las manos limpias la cuchara o las pinzas y utilizar estas para sacar los demás utensilios.
7. Verter la leche materna o el sucedáneo indicado por el médico en el utensilio que habitualmente use y administrar de inmediato.
8. Tirar sobrantes y guardar los utensilios esterilizados en un lugar fresco y limpio.

Importancia de la lactancia materna.

De acuerdo con la norma oficial Mexicana.

NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria.

Menciona de la importancia de la lactancia materna ya que es indispensable para el crecimiento del niño y niña sanos, por la gran cantidad de nutrientes que ofrece convirtiéndose en insustituible, de ahí la importancia del conocimiento de los beneficios, promoviendo su práctica adecuada y una técnica correcta.

Sin embargo, existe la necesidad de utilizar la alimentación de lactancia materna indirecta, o por razones médicas, la alimentación artificial.

Para la correcta alimentación de lactancia materna directa deben de existir dos reflejos: el reflejo de erección del pezón, que se provoca con masajear los pezones con los dedos, haciendo más saliente y fácil de tomar para el bebé. Y el de búsqueda del bebé, hace que abra la boca y busque el pezón, siendo el momento para introducirlo.

Al cumplir 6 meses el bebé, es cuando la madre debe de incluir en la dieta del bebé alimentos en forma de papilla, verduras, frutas, leguminosas, con esto para comenzar de sus platillos en balance para su mejor nutrición.

Con esto es importante que la mujer inicie la extracción de leche con tres sencillos pasos:

Preparación, Estimulación y Extracción.