



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: yuriceyda López velasco.*

*Nombre del tema: super nota 3.10.1 al 3.10.3.*

*Parcial: 1*

*Nombre de la Materia: enfermería del cuidado del niño y del adolescente.*

*Nombre del profesor: Lic. Beatriz gordillo López.*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería.*

*Cuatrimestre: 5*

## LACTANCIA MATERNA

### ¿QUÉ ES LACTANCIA MATERNA?

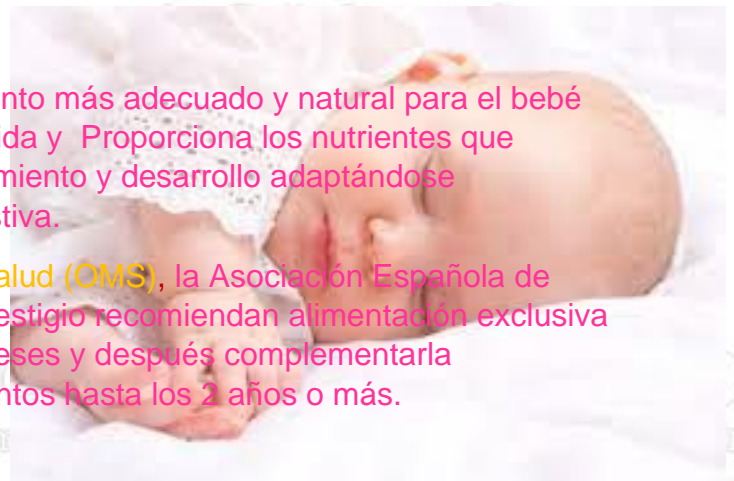
es la forma óptima de alimentar a los bebés, ya que proporciona los nutrientes que necesitan de forma equilibrada, al tiempo que protege frente a la morbilidad y la mortalidad debido a enfermedades infecciosas.



### LECHE MATERNA

La leche de la madre: es el alimento más adecuado y natural para el bebé durante los primeros meses de vida y Proporciona los nutrientes que necesita para su adecuado crecimiento y desarrollo adaptándose perfectamente a su función digestiva.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), la Asociación Española de Pediatría y otras entidades de prestigio recomiendan alimentación exclusiva con leche materna hasta los 6 meses y después complementarla progresivamente con otros alimentos hasta los 2 años o más.



### TIPOS DE LECHE



El calostro : (leche de los primeros días) contiene gran cantidad de proteínas, vitaminas e inmunoglobulinas (defensas) que pasan a la sangre a través del intestino del recién nacido/a. El calostro es suficiente para alimentar al recién nacido/a, puesto que su estómago es muy pequeño y sus necesidades se satisfacen con pocas cantidades y en tomas frecuentes (de 8 a 12 tomas diarias aproximadamente).

La leche madura :varía su composición a lo largo de la toma, la del principio es más "aguada" (rica en lactosa) para calmar la sed y la cantidad de grasa va aumentando a medida que sale la leche, concentrándose al final de la toma; cosa que provoca la saciedad del bebé.



## VENTAJAS Y BENEFICIOS

**Para el bebé:** Favorece la liberación de la hormona de crecimiento y un óptimo desarrollo cerebral, fisiológico e inmunológico.

**Protege frente a gran número de enfermedades:** diarrea, infecciones respiratorias (catarros, bronquiolitis, bronquitis, neumonía, otitis, etc.). La leche materna tapiza el intestino del bebé protegiéndolo frente a los patógenos.

**Disminuye o retrasa la aparición de problemas de tipo inmunológico:** alergias (dermatitis atópica, asma), leucemia, enfermedades crónicas intestinales.

**Para la madre:** Ayuda a la recuperación tras el parto. El estímulo hormonal hace que el útero se contraiga más rápidamente (entuentps), disminuye la pérdida de sangre en los días posteriores al parto y mejora la posible anemia.

**Disminuye el riesgo de cáncer de mama premenopáusico, cáncer de ovario y fracturas de cadera y espinales por osteoporosis en la postmenopausia.**



## POSTURAS

La postura que adopte la madre dependerá de sus preferencias y de las circunstancias en las que se alimenta al bebé, pero lo importante es que esté cómoda y el agarre al pecho sea correcto.

Sentada Estarás más cómoda sentada en una silla con los pies algo elevados (sobre un taburete) y un cojín bajo el bebé o en una silla muy baja.





## ESTIMULACIÓN DEL PECHO

1. Masajea el pecho oprimiéndolo firmemente hacia la caja torácica
2. (costillas), usando un movimiento circular con los dedos en un mismo punto, sin deslizar los dedos sobre la piel.
2. Frota el pecho cuidadosamente desde la parte superior hacia el pezón, de modo que produzca un cosquilleo. Continúa este movimiento desde la periferia del pecho hacia el pezón, por todo alrededor.
3. Sacude ambos pechos suavemente inclinándote hacia delante.



## ACTIVIDADES

Ofrecer programas estructurados de apoyo a la lactancia materna en etapas pre y postnatal.

Recomendar la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses y fomentar la prolongación de la misma hasta los 2 años, acompañando a una adecuada alimentación complementaria.

Recomendar el amamantamiento a demanda atendiendo precozmente las señales de hambre del bebé (en oposición al amamantamiento restringido a un horario).

Enseñar a los progenitores a reconocer las señales de un amamantamiento eficaz y aconsejar pedir ayuda si no hay recuperación del peso después de la semana de vida.



## ACTIVIDAD. RECOMENDAR LA LM EXCLUSIVA

HASTA LOS 6 MESES Y APOYAR LA PROLONGACIÓN DE LA MISMA HASTA LOS 2 AÑOS O MÁS, CON UNA ADECUADA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA.

Población diana:

Madres lactantes con hijos menores de 2 años

Sus parejas y la familia extensa.

Periodicidad: En las visitas del Programa de Salud Infantil, mientras se mantenga la LM y en cualquier contacto con la población diana. En actividades grupales y comunitarias específicamente programadas.

Justificación: - La leche humana proporciona todo el líquido y los nutrientes necesarios para un crecimiento óptimo del lactante.

- El apoyo positivo y con conocimientos apropiados de la LM por parte del personal sanitario aumentan la incidencia, la duración y la exclusividad de la LM. - La información inconsistente o inexacta proporcionada por los profesionales contribuye a la confusión materna y al destete prematuro.

Herramientas: - con madres embarazadas y en protocolos consensuados por todos los profesionales implicados en la atención materno-infantil.

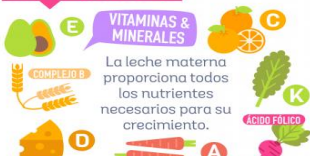
Recordar, reforzar y alentar la LM durante cualquier contacto todas las visitas del programa de seguimiento de salud infantil.

- Evitar la información incongruente o inexacta, mediante cursos de actualización.



### Beneficios de la leche materna

#### NUTRICIONALES...



#### ECOLÓGICOS...



#### AFECTIVOS...

Refuerza el lazo madre e hijo.

#### UNIÓN MATERNA



#### ECONÓMICOS...

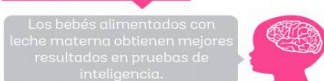
La familia entera ahorra cuando el niño es amamantado.



#### MEDICINALES...

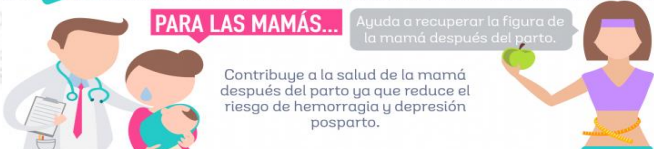


#### INTELLECTUALES...



#### PARA LAS MAMÁS...

Ayuda a recuperar la figura de la mamá después del parto.



Contribuye a la salud de la mamá después del parto ya que reduce el riesgo de hemorragia y depresión posparto.

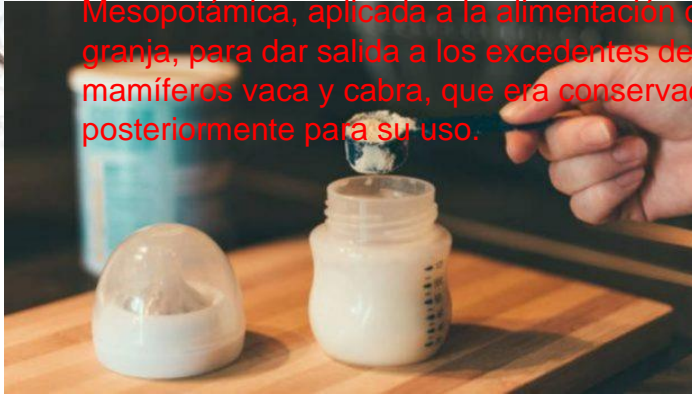


## LACTANCIA ARTIFICIAL. ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA.

### LA LACTANCIA ARTIFICIAL

es una manera de que el lactante pudiese alimentarse en el caso de que la madre no pueda por diversos motivos o elija no hacerlo.

La denominada lactancia artificial se inventó a finales de la era Mesopotámica, aplicada a la alimentación de terneros y otros animales de granja, para dar salida a los excedentes de producción de leche de mamíferos vaca y cabra, que era conservada en polvo y rehidratada posteriormente para su uso.



### BIBLIOGRAFÍAS

González C. Un regalo para toda la vida. Guía de lactancia materna. Ed. Temas de Hoy, 2006.

• OMS. Pruebas científicas de los Diez Pasos hacia una Feliz Lactancia Natural. WHO/CHD/98.9, Ginebra, 1998.

• Lawrence R A. La lactancia materna. Ed. Mosby, Madrid, 4ª edición, 1996.

• Royal College of Midwives. Lactancia materna, manual para profesionales. Barcelona, ACPAM, 1994.

• Alimentación de los lactantes y de los niños pequeños: Normas recomendadas por la Unión Europea, 2008.

• La lactancia materna: información para amamantar. Consejería de Salud, Gobierno de La Rioja, 2007.

• Ramos Sáinz M L. La lactancia materna. Un reto personal. Consejería de Sanidad y Servicios Sociales, Gobierno de Cantabria, 2003.







