



## **Mi Universidad**

### **Riesgos de la ausencia de la lactancia materna**

*Nombre del Alumno: Roxana Belén López*

*Materia: Seminario de tesis*

*Nombre del profesor: Nayeli Morales Gomez*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: VIII*

## **Agradecimientos y dedicatorias.**

## **Índice general.**

## **Introducción**

La lactancia materna es la mejor opción para alimentar al niño durante el primer año de vida y es considerada como la mejor y más completa fuente de nutrientes, varios son los factores que se relacionan con el éxito de la misma.

Las tasas bajas de inicio de la lactancia materna y la alta incidencia de abandono prematuro, existentes en la actualidad, tienen importantes implicaciones sociales y para la salud de la población.

En primer instancia, se presentan los antecedentes del problema del abandono de la lactancia donde se incluye una síntesis de la dimensionalidad y causas del problema.

A continuación se presenta la justificación y los principales objetivos de la tesis.

Seguidamente, se expone una síntesis de la metodología utilizada en el proyecto de investigación, la cual se ha resumido en los siguientes estudios: descripción del abandono prematuro de la lactancia materna y análisis de los factores relacionados.

Con esta investigación se pretende alentar a las madres a poner en práctica la lactancia materna exclusiva por seis meses para una correcta alimentación del bebé y así conseguir un crecimiento y desarrollo correcto.

La lactancia materna asegura el mejor desarrollo posible para el infante, por ser un producto especie-específico con una composición diferente a cualquier otra leche animal, modificada o no, que cambia de acuerdo a las necesidades del lactante; asimismo, protege su salud a través de la transferencia de células, factores de crecimiento, enzimas e inmunoglobulinas lo cual redundo en una menor cantidad de infecciones (respiratorias, intestinales, meningitis, urinarias) las cuales son menos frecuentes no sólo por las ventajas propias de la leche materna sino por la exposición de los niños no amamantados a agua, alimentos y biberones contaminados.

En este trabajo de investigación se presenta una propuesta, que consiste en impartir talleres y pláticas con el fin de llegar a aquellas madres que viven en la desinformación. Para que conozcan las ventajas de una lactancia materna exclusiva, abrir una ventana hacia un crecimiento saludable y una mejor calidad de vida y también los riesgos que conlleva no realizar esta práctica.

La lactancia materna es la mejor opción para alimentar al niño durante el primer año de vida y es considerada como la mejor y más completa fuente de nutrientes, varios son los factores que se relacionan con el éxito de la misma.

Los apartados finales de este documento corresponden a las referencias bibliográficas utilizadas en los capítulos de la tesis y los documentos anexados.

## **Capítulo I: marco metodológico**

### **Planteamiento del problema.**

La leche materna es tan antigua como la humanidad. Durante milenios ha sido el único recurso para la alimentación de los lactantes y aquellos que se han visto privados de ella han estado condenados a desaparecer en un plazo breve de tiempo.

“En la actualidad, se ha visto una importante desinformación acerca de la importancia que tiene la lactancia materna, lo que ha generado que muchas madres no quieran lactar de manera correcta o en el peor de los escenarios no lacten.”

Teniendo en cuenta que la lactancia materna es el principal alimento natural del ser humano al inicio de la vida, la leche materna debe ser considerada la primera vacuna que recibe el niño y que es capaz de protegerlo de un elevado número de infecciones frecuentes que lo amenazan durante el primer año de vida, por los anticuerpos que contiene y otros componentes inmunológicos, tanto humorales como celulares, que confirman su función protectora contra virus, bacterias y parásitos.

Es importante saber que, una madre debe estar bien informada acerca de cómo se lleva a cabo el proceso de la lactancia, y principalmente que es ella quién debe llevar una buena alimentación para no sufrir deficiencias en su organismo, si la madre se descuida en su alimentación, no come a sus horas, o la dieta es insuficiente, podrá sentirse cansada y agotada, y puede enfermarse con mayor frecuencia. Del mismo modo las investigaciones indican que una dieta inadecuada o insuficiente de la madre no influye en el volumen o calidad de la leche materna; la leche materna sigue siendo completa y cubre todas las necesidades nutricionales del bebe.

En esta etapa de la vida, la alimentación es clave para el buen desarrollo del bebé, las mujeres que han dado de lactar en forma exclusiva a sus hijos son más saludables y no padecen de muchas enfermedades durante su crecimiento.

A partir de este punto radica la importancia de esta investigación la cual busca identificar cuales son las consecuencias de que no se lleve a cabo de manera correcta la alimentación de la madre hacia el lactante.

### **Objetivos Justificación.**

Debido a la Información deficiente o errada que existe hacia las madres y familias sobre los beneficios irremplazables de la lactancia y el impacto positivo a corto, mediano y largo plazo de ésta, apoyo y acompañamiento insuficiente que permita resolver dudas e interrogantes acerca del proceso, anticiparse a posibles problemas, además las madres que no amamantan con éxito son menos propensas a intentar la lactancia materna en los embarazos posteriores.



La presente investigación surge de la necesidad de estudiar los distintos factores que influyen en los problemas de desarrollo y neurodesarrollo a los lactantes asociado a la lactancia y a la desinformación que existe en las madres en lactancia, acerca de la importancia que tiene una correcta alimentación por medio de la leche materna en el niño lactante

La investigación busca proporcionar información sobre los riesgos que tiene el lactante, que será útil para las madres en lactancia y con esto, mejorar los conocimientos de ellas y contribuir en la promoción de una lactancia exclusiva para cubrir todas las necesidades del bebé.

No se encuentran estudios suficientes cerca de los riesgos que ocasiona una lactancia incompleta debido a la poca información y al mínimo alcance que se tiene, y aún más para aquellas madres que no tienen acceso a consultas ginecológicas o pediátricas y por esta razón, tienen huecos en el conocimiento acerca de cómo debe ser la correcta alimentación de su bebé y todos los beneficios que le proporciona la leche materna y que además, forma un vínculo importante e inigualable entre madre e hijo.

En esta investigación se evalúan los factores de riesgo y da pie a realizarse futuras investigaciones y posibilita a una cadena de mayor información contribuyendo a combatir la desinformación. La investigación es viable, cuenta con los recursos necesarios para ser completa y sustentada.

## **Hipótesis.**

Según el Dr. Raúl Urquizo Aréstegui, las mujeres que han dado de lactar de forma exclusiva a sus hijos son más saludables y que a la madre se le debe orientar sobre una buena nutrición, y las ventajas y desventajas que conlleva una buena técnica del amamantamiento ya que existe una importante desinformación a las madres acerca del tema.

Debido al poco y complicado acceso que tienen muchas madres a los servicios de salud especializados, existen muchos huecos en la información que acerca de cómo debe ser la alimentación de un bebé y esto provoca que desarrollen enfermedades, inmunodeficiencias, malnutrición, que presenten talla baja, mal neurodesarrollo, e incluso la muerte.

Unidad de análisis. Madre y lactante Variables. Independiente: Mala alimentación, Dependiente: Lactante menor, edad, mamá.

## **Metodología.**

Método de muestreo:

Esta investigación es de tipo no probabilístico ya que se toman muestras de conveniencia, es decir, solo a las madres que no han tenido una lactancia efectiva y a los bebés que han sufrido por esto.

Menú de técnicas.

Análisis documental. La investigación se basa en estudios ya realizados.

Diseños generales y específicos.

Explicativo (cuantitativo). Busca explicar la relación que puede o ya existe entre la lactancia deficiente como factor de riesgo para el lactante.

Marco metodológico:

En este trabajo se utiliza un nivel de investigación descriptivo tomando como grupo de población a las madres en lactancia, y los lactantes deficientes  
Modalidad de investigación: Proyecto factible.

Tipos de diseño en la investigación cualitativa.

Diseños fenomenológicos. Porque se basa en estudiar los efectos que existen en el bebé tras una mala ejecución de la lactancia.

Esta investigación tiene un enfoque cualitativo ya que se basa en estudiar, por medio de investigaciones y artículos relacionados, los efectos que existen en el bebé tras una mala ejecución de la lactancia.

La base es de tipo documental actual, se selecciona y recopila información a través de la lectura de documentos, libros, revistas, grabaciones, filmaciones, periódicos, bibliografías, entre otros, acerca del tema, estudios y artículos de la actualidad que respaldan los datos que se desean difundir utilizando como población a las madres en lactancia y sus bebés lactantes deficientes.

La selección de muestra es por conveniencia, el grupo de personas que encajan con las características requeridas en la investigación es un grupo pequeño, pero de suma importancia.

Para la recolección de datos, se recurre a la recolección y selección de datos como principal fuente.

Se realiza una profunda investigación por medio de bibliografías, artículos y publicaciones que nos proporcionen información útil y que enriquezcan esta tesis. Una vez teniendo una amplia variedad de información, se descarta aquello que podría estar duplicado, lo que no está tan acorde al tema, la información incompleta y se aplica la revisión de ortografía. Luego de este filtro, los datos ya seleccionados se enviaron a los apartados correspondientes con términos entendibles. La información que ha llegado hasta este punto son optimizadas para darle el uso final.

Con la información antes recabada, trabajamos el material, que son las tablas, las que nos ayudarán a tener un mejor entendimiento de la problemática que se quiere exponer.

## **Capitulo II: Origen y evolución del tema.**

### **Antecedentes históricos.**

La lactancia ha sido nuestro principal método de alimentación desde tiempos ancestrales. La historia de la lactancia materna es tan antigua como la historia de la humanidad. Este método de alimentación ha sido un acto vital para madres e hijos en diferentes sociedades a lo largo de la historia. Existen estudios a lo largo de los años hacia la mujer, biológicamente y sus capacidades para alimentar al ser humano.

(Castillo Belén, 2009)

La principal función de las mujeres en la antigüedad griega era ser esposas y madres. De hecho, el matrimonio era el trámite imprescindible para traer al mundo ciudadanos legítimos, elemento imprescindible para perpetuar el sistema sociopolítico. Tras el parto, que implicaba un elevado riesgo para la vida tanto de la madre como de su descendencia, la lactancia se erigía como el segundo nexo que propiciaba el afecto y el respeto en la relación materno-filial.

(Alanís rufino, 2021)

La leche materna ha sido durante toda la existencia del ser humano el único alimento que el recién nacido y el lactante pequeño podían recibir para sobrevivir. Así pues, desde la aparición del hombre en la tierra no se ha concebido otro tipo de alimento para la primera etapa de la vida humana.

(Gamboa, 2008)

En el México prehispánico con respecto a la lactancia, lo común era que, desde el primer día de su nacimiento, todas las madres alimentaran a los niños al pecho materno, y se considerara un deshonor que una madre capacitada para amamantar no lo hiciera, pues privaría a su hijo del alimento natural.

Para la práctica de la lactancia, se prefería a la mujer más saludable y con mayor y mejor secreción láctea. Para verificar la calidad de la leche, se hacía una prueba consistente en depositar un poco de leche sobre la uña del dedo pulgar; si la leche se escurría fluidamente hacia los lados de la uña se consideraba de menor calidad, en comparación con aquella que, por su densidad, permanecía en el sitio donde se había colocado. Esta práctica seguía vigente hasta las primeras décadas del siglo XX.

(Alanís-Rufino, 2021).

Las nodrizas son personajes que amamantaban a los hijos de aquellas madres por lo general de una clase social más alta, que no querían brindar lactancia materna por el desgaste que esta producía. El código de Hammurabi 1800 a.C. contenía regulaciones sobre las nodrizas que amamantaban al hijo de otra mujer por dinero (la alimentación al pecho se debía de dar por un mínimo de 2 años hasta un máximo de 4 años).

(Bobadilla Montes de Oca, 2013).



## Bibliografía

- Castillo Belén, J. R. (2009). Lactancia materna e inmunidad: Impacto social. *Medisan*, .
- Alanís rufino, C. (2021). Alanís-Rufino, C. M. (2021). Historia de la lactancia materna en México. Revisión del siglo XVI a principios del XX. *Revista mexicana de pediatría*.
- Alanís-Rufino, C. M. (2021). Historia de la lactancia materna en México. Revisión del siglo XVI a principios del XX. *Revista mexicana de pediatría*.
- Bobadilla Montes de Oca, P. V. (2013). "LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA Y SU ABANDONO EN UNA COHORTE DE PACIENTES CON CARDIOPATÍA CONGÉNITA. *REVISTA DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO*.
- Gamboa, E. H. (2008). Genealogía histórica de la lactancia materna. . *Revista enfermería actual en Costa Rica*,.

## **Capitulo III: marco teórico**

### **Definición del objeto de estudio.**

La lactancia materna es un acto fisiológico, instintivo, herencia biológica adaptativa de los mamíferos y específica de cada especie. Como sistema para alimentar al niño en los primeros meses de la vida. La leche materna ha probado su eficacia a lo largo de las generaciones y ha sido por ella que la humanidad ha subsistido.

Para todos son conocidas las ventajas de la leche materna para la alimentación del lactante; sin embargo, para muchos profesionales estas se circunscriben a su mayor digestibilidad, su esterilidad, y que resulta más económica, cuando lo cierto es que no menos importante es la posibilidad de ayudar a desarrollar el cuerpo y la inteligencia del niño; contiene aminoácidos que necesitan el normal desarrollo del cerebro; los protege contra las infecciones y enfermedades y contiene las cantidades necesarias de vitaminas (fósforo, hierro, proteínas, grasas y azúcares).

La leche de la madre es la mayor protección para el niño contra las diarreas y la deshidratación, las respiratorias, el estreñimiento, los cólicos y las alergias. Las enfermedades de la piel, el sarampión, el cólera y otras.

Correles Mendez & Pilete Romero, B. (2002) lactancia, materna. Revista cubana de enfermería.

Ofrecer leche materna como único alimento hasta los 6 meses, y de forma complementada al menos hasta 2 años, es el medio ideal para lograr un crecimiento y desarrollo armonicos y reducir la morbilidad y mortalidad infantil, pero este continua siendo una deuda por saldar.

Según la OMS, se lograría una reducción de más de 1.5 millones de defunciones durante los primeros o años, si este objetivo se lograra. Lamentablemente la utilización de la leche humana en todos los países no alcanza los resultados que se esperan, a pesar de los esfuerzos de las entidades en cada pais y de los organismos internacionales. Se reconoce en unos y otras casos, la repercusion de las fallas en la lactancia en cuanto a morbilidad, mortalidad infantil y costos economicos.

En diversas publicaciones se han identificado las consecuencias negativas del abandono temprano de la lactancia matema desde puntos de vista nuncionales, inmunológicos, psicológicos, epidemiológicos y económicos. Se ha reportado que en el primer año de vida el riesgo de morir por infecciones de las vias aéreas, al suplantiar con fórmula la alimentación del seno, es 1,6 veces mayor que si se

amamanta exclusivamente, y aún es más importante en la prevención y evolución de las EDA.

RR, Gorza Perez,a. Terrazas Saldaña,D (2015). Revista de la univesidad de valencia.

### **Lactancia materna como herencia biológica y acto fisiológico**

La lactancia materna, según Rodríguez (1995) es un acto fisiológico, instintivo, herencia biológica natural en los mamíferos y La lactancia materna es un acto fisiológico, instintivo, herencia biológica adaptativa de los mamíferos y específica de cada especie como sistema para alimentar al niño en los primeros meses de la vida, la leche materna ha probado su eficacia a lo largo de las generaciones y ha sido por ella que la humanidad ha subsistido (Rodriguez, 1995)

Para todos son conocidas las ventajas de la leche materna para la alimentación del lactante; sin embargo, para muchos profesionales éstas se circunscriben a su mayor digestibilidad, su esterilidad, y que resulta más económica, cuando lo cierto es que no menos importante es la posibilidad de ayudar a desarrollar el cuerpo y la inteligencia de los niños; contiene aminoácidos que necesita el normal desarrollo del cerebro; los protege contra las infecciones y enfermedades y contiene las cantidades necesarias de vitaminas (Romero, 2002)

A decir de Romero (2002), la leche de la madre es la mayor protección para el niño contra las enfermedades gástricas y las alergias, las enfermedades de la piel, el sarampión, el cólera y otras. Para las madres la lactancia facilita e incrementa el amor a su hijo. Debe ser considerada la primera vacuna que recibe el niño y que es capaz de protegerlo de un elevado número de infecciones frecuentes que lo amenazan durante el primer año de vida (Romero, 2002)

Por todo lo anterior, llama mucho la atención el hecho paradójico del abandono de esa práctica en el ser humano. Como mencionan Gutiérrez, Barbosa, González y Martínez (2001), dar de mamar es el mejor regalo para comenzar la vida de un niño; dar el pecho hace crecer el amor entre la madre y el hijo. El contacto con la piel suave y caliente de la madre le dan tranquilidad y placer a ambos (Gutiérrez et. al., 2001)

La lactancia materna es el mejor método de alimentación de los lactantes, por razones tanto económica, como higiénica y afectiva. La leche materna es un recurso material de bajo costo, el cual contiene proteínas que favorecen la respuesta inmunitaria y elementos que fomentan la respuesta del cerebro (Gutiérrez et. al., 2001)

De acuerdo a la Organización Panamericana de la Salud (1990), es a raíz de la relevancia e importancia de la lactancia materna que se ha creado el alojamiento

conjunto, que favorece el contacto precoz de la madre e hijo y se impulsa la alimentación a través del seno materno (OPS, 1990)

La madre que lacta no deja nunca a su hijo desprotegido ni aún en las primeras horas del parto; esta es la mejor forma de estrechar su vínculo con él, apenas recién nacido (Gutiérrez et. al., 2001)

Evolución de la lactancia.

Hay indagaciones que indican afirmaciones de los países en crecimiento demostraron que los infantes que lograron recepcionar leche, manifiestan un probable aumento desde los seis hasta los diez años, para evitar la muerte, a diferencia de los que si recibieron alimento natural del seno. Además del incremento de las tasas de desnutrición infantil grave. En ese sentido la UNICEF considera que el abandono de la lactancia materna representa alrededor de un millón de muertes al año en el mundo. Los infantes que lograron recepcionar leche, manifiestan un probable aumento desde los seis hasta los diez años, para evitar la muerte, a diferencia de los que si recibieron alimento natural del seno (Moreno, 2010)

Así también, al ofrecer el pecho materno, se vincula una comunicación especial con la madre, ya que se percibe como único, esto ayuda a un estatus emocional

para el futuro a largo plazo de relaciones duraderas, el equilibrio y los cuidados con el infante, y lo motiva a ser más solidario y establecimiento de emociones del paciente, acompañado de la información pertinente (OPS/OMS, 2007)

La lactancia materna cobra vital importancia en todas las esferas tanto biológica, psicológica y social del futuro hombre y mujer de la sociedad. Gracias a la introducción de la epigenética, se sabe que las señales recibidas por el embrión en desarrollo, el feto y el lactante este último a través de la leche materna, inducen a respuestas adaptativas que permiten el desarrollo de características fenotípicas apropiadas para el ambiente en que la descendencia predice que vivirá. Se sabe que la lactancia materna reduce los niveles de obesidad y otras enfermedades crónicas. Son diferentes patrones que contribuyen al desarrollo y bienestar. La lactancia materna constituye la piedra angular para un futuro saludable en todas sus dimensiones, biosociales y psicosociales (González et. al., 2008)

Lo afirma John Bowlby, desde sus observaciones iniciales de las diferencias conductuales entre niños cuyas madres o cuidadores se encontraban presentes o ausentes, hasta el desarrollo de su teoría del apego; muchas investigaciones se han desarrollado. Hoy, podemos comprender que un humano, nace con millones de neuronas, pero éstas aún no se encuentran interconectadas (sinapsis); las conexiones inician su desarrollo al momento del nacimiento (Morales et.al., 2011)

En resumen, son múltiples las bondades que concede la lactancia materna, empero, no se puede dejar de mencionar uno de los más importantes y es la regulación del sistema emocional que se inicia con el apego (aunque inicialmente resulta instintivo por la búsqueda de protección ante el peligro o amenazas) y luego la aceptación de amor entre ambos, momento importante para generar un margen de esperanza para la vida, en una constante comunicación (González et. al., 2002)

Por todo ello, la lactancia materna ya no puede considerarse como un acto instintivo, es más bien un acto consciente de crianza y supervivencia ante un nuevo ser indefenso al que no se le brinda solo alimento y protección. Y para ser llevado a cabo de manera responsable, se requiere de conocimientos adecuados sobre lactancia materna y habilidades que permitan una lactancia materna eficaz, de lo contrario termina siendo solo un acto instintivo o costumbrista, lo que abre puertas al uso correcto de la LM en procesos iguales (Col, 2002)

A lo largo de la historia, los cambios que han experimentado las sociedades disminuyen los índices de niños que son amamantados por sus madres. Así lo afirman Vandale, Rivera y Cols., desde el siglo pasado (1997), en que la disminución de la lactancia materna se atribuye a diferentes procesos, sostenimiento de medios comunicativos de lo que significa lactancia. Y sucedáneos de leche materna la segunda causa ha sido la integración de las mujeres al mercado de trabajo remunerado, lo que les impide poco tiempo después del parto, mantenerse cerca de sus hijos para amamantarlos



correctamente. Además, de la nueva y creciente ola del culto al cuerpo y los nuevos modelos familiares (Calvo, 2008)

Las situaciones que han llevado a facetas sociables y el punto vital que tienen las damas en el trabajo remunerado, como un mercado, pero acortando los tiempos después de haber dado a luz, y así fijarse con rapidez, para que la presencia sea perenne. Además, de la nueva y creciente ola del culto al cuerpo y los nuevos modelos familiares (OPS, 2010)

Mientras que para Auchter y Galeano, no cabe duda que en general el déficit de conocimientos, la información incorrecta que tienen las mujeres acerca de los sucesos culturales de información de LM. para el binomio, hijos, es quien conlleva implícita la decisión de no amamantar al niño (Pérez, 1993)

Por tal motivo, los gobiernos, organismos nacionales e internacionales (Liga de la Leche, IBFAN, OMS/UNICEF, WABA, INABIF) y profesionales sanitarios (Comité de Lactancia Materna) vienen realizando esfuerzos, aunque las estadísticas demuestran que, podemos observar porcentajes en que solo el 30% optan por una lactancia materna, eficiente, durante los primeros meses (Carrasco, 2006)

Esto ha contribuido a la reducción de la mortalidad neonatal en un periodo de quince años, con una tasa de muertes en un promedio de casi 1000 niños

nacidos, en áreas urbano y rural. Sin embargo, aún alrededor de 6.560 recién nacidos mueren por año, antes de su primer mes. La mayoría de estas muertes generan significativas soluciones ante la presencia de enfermedades, así mismo prevenir con métodos que ya existen a muy poco nivel tales como los recién nacidos incluso lactantes menores o inmunización, el conocimiento sobre los signos de alarma, entre otros (Martorell R., 1994)

La población de mujeres gestantes no es ajena a esta realidad, se puede evidenciar durante el alojamiento conjunto que, muchas madres llegan al puerperio inmediato, sin información adecuada sobre el cuidado de su recién nacido en general y la lactancia materna en particular, ello definitivamente modifica la decisión de amamantar, evidenciándose desinterés en fomentar la alimentación directa de su pequeño niño y optar por los sucedáneos de leche materna aduciendo ser más nutritivo (Marzetti F.M., 2006)

Así también, existen muchos mitos, creencias y prácticas arraigadas a la lactancia materna, así tenemos que, durante la práctica algunas madres manifiestan que no producirán leche, pues sus anteriores experiencias fueron iguales, que es normal que la lactancia sea dolorosa o que el uso de los productos para el incremento de la salida de la leche mediante las glándulas materna, los mitos y leyendas sin fundamento científico cuando se sabe que la rapidez con que se produce se inicia con la succión, que una lactancia dolorosa responde a una mala técnica de amamantamiento y que las pezoneras están contraindicada (Repetur K., Quezada A. , 2005)

No se tiene un diagnóstico acerca de las dimensiones que existen de formación e información para las madres tampoco se ha realizado estudio alguno sobre las prácticas con las que se desenvuelven ante su rol de madres; circunstancia que nos facilita indagar. Se busca precisamente en este estudio la investigación, para poder, a futuro y conocidos los resultados, realizar propuestas de mejora sobre este tema y enriquecer la labor de enfermería, tanto en el campo recuperativo con las madres puérperas, como en el área preventivo promocional, desde las etapas preconcepciones, en los de una adecuada alimentación del neonato que en un futuro se traducirá en sucesos de progresión (Vandale et. al., 1997)

Según estudios el progresivo avance y desarrollo del cerebro se completan los dos primeros años del infante, la etapa de lactancia es de suma importancia, ya que ayudará al niño a su crecimiento y proceso alimenticio, para potenciar su nutrición en diferentes aspectos, la leche mantiene los aminoácidos que el organismo en proporción necesita para el cerebro y lo fortalece para la previa protección de diferentes tipos de enfermedades. El único alimento que necesita el nato al nacer es la leche de la madre, ayuda al refugio completo, a incrementar la inteligencia durante la niñez temprana (Vandale et. al., 1997)

El líquido que segrega las glándulas mamarias de la madre es obtenida posterior al alumbramiento. La textura que suele presentar es espesa, tiende a tornarse de color amarillo e incluso viscoso, la leche es esencial, ya que ayuda y proporciona diferentes tipos de componentes para el próspero crecimiento, ayudan a ser bebés más saludables ante cualquier adversidad, presentan vitaminas como A, y

otras sustancias ricas en micronutrientes, que son las sustancias que nuestros organismos solicitan indispensablemente a largo plazo.

Esto genera mayor salud para todo el proceso de su vida, previene el poder contagiarse de las infecciones que pueda mostrar la madre, sirve en muchas ocasiones como laxante para la limpieza del estómago. Es así como se vuelve una obligación el pronto proceso de amamantar, para que no sea de vital esencia el que tenga que ingerir productos como té filtrantes, aguas o hacer uso del chupón. (Vandale et. al., 1997).

Las vitaminas que nos brinda este alimento natural, son A,B,C esto ayuda aumentar saludablemente y acrecienta la protección en general, el fósforo y el calcio refuerza los huesos para mantenerlos sanos, potencia la energía con el hierro, las proteínas son factores más sustentables que hacen que agilice su proceso de crecimiento, a largo plazo en lo que puede contribuir es que dicha leche prevé padecer problemas del corazón incluso inconvenientes circulatorios, el aumento del azúcar que ayuda a revitalizar el cerebro en el infante (Palacios, 2012)

Según investigaciones planteadas la lactancia representa defensa y seguridad contra los niños en todos los aspectos, genera polémica, ya que contribuye a la prevención de enfermedades que se pueden combatir para que no aparezcan a lo largo de sus etapas progresivas, como deshidratación, estreñimiento, cólicos,

alergias, sarpullidos, sarampión, desnutrición, diabetes a temprana edad, insuficiencia de micronutrientes en el organismo, la anemia, prevención de fiebres y una de las principales enfermedades que ataca a infantes según diferentes sectores sociales, el DEAs (Gerónimo R; Magaña M.; Zetina E.; Herrera Y.; Contreras J., 2014)

Así mismo que puede proporcionar ¿Cuáles son los beneficios fructíferos en las madres? es la poca probabilidad de contraer cáncer al seno, o cáncer a los ovarios, disminuye la hipótesis de salir en estado, y en ámbitos psicológicos ayuda a entablar afianzamiento con la madre durante el proceso de lactancia (Pérez, 1993)

La fisiología de la lactancia se le conoce como el constante cambio en la madre, desde la proporción del volumen y magnitudes, el momento del embarazo o la lactancia, y su proceso de desarrollo en la adolescencia, gracias a estos factores se establece un adecuada lactación, así mismo existe un factor de cambios anatómicos: la glándula está creada por un tejido cognitivo de un órgano, a esto se le autodenomina estroma, que es la base que interpreta a la acumulación y exceso de obesidad y grasa en el cuerpo, de igual forma el tejido conectivo que tolera una parénquima (Calvo, 2008)

La capa que contiene el seno en las féminas maduras, observamos tres diferentes tipos de lóbulos que son los que dividen la corteza del cerebro, estos se manifiestan 1 etapa, 2 etapa, 3 etapa, contribuyendo en el proceso de gestación, aumentando la maduración en excelentes proporciones que favorecen a la mamogénesis. Mientras esta sucesión se expone la progesterona tomando un rol vital en el crecimiento alveolar, la capacidad que puede otorgar la mama durante la concepción del tejido secretor (Col, 2002)

Es así como las funciones que cumplen los senos durante esta fase de lactancia se asemejan en el aumento de este durante el proceso de gestación, es ahí donde observamos las fases tardías y tempranas, del ductus que es el proceso que se mantiene en la vida fetal, en los primeros tres meses. De esta forma también observamos que en el periodo del segundo procedimiento de los tres meses la conformación tubular, esto seguirá acrecentando hasta los 6 meses de gestación, estos son rodeados por diferentes conductos (Repetur K., Quezada A., 2005)

La composición de la leche está compuesta por sintetizadores y segregados por dichas glándulas mamarias, los cambios que se producen se dan en diferentes momentos o facetas, por lo tanto, se dice que su composición va depender de la estabilidad en la que esta se encuentre. El agua mantiene un componente de casi el 88%, ya que están inmersos o desapercibidos en agua (Pinto, 2007) Según estudios se dice o manifiesta que la leche de los animales, abarca mayor cantidad de proteínas a comparación de la que tenemos nosotros los seres humanos. Esto sucede porque las proteínas en su desarrollo anatómico son más veloces, pero no garantiza su potencialidad en mejoría, una de las proteínas más asimilables al organismo es la lactoalbúmina, porque contiene los aminoácidos

más primordiales, como el triptófano que es un constituyente, la lisina sintetizada para el crecimiento y la cistina que es fundamental para el extracto de la lactosa (Moreno, 2010)

Otro de las proteínas que cubren a las madres en este proceso de la lactancia es la lactoferrina, que cumple un rol fundamental con el hierro, cubriendo esencialmente en todas las etapas que sean necesarias. Las grasas que contienen las leches, recubren al infante en energía, ya que se le considere como vital impulso de luz para la actividad posterior que tendrá el niño, esto aporta un porcentaje del cincuenta por ciento de la leche. Este beneficioso alimento se encuentra en pequeñas proporciones como glóbulos grasos, que fomentan la formación en las alveolares de la mama, esto está constituido por proteínas (Repetur K., Quezada A. , 2005)

También lo podemos encontrar en grandes proporciones en la leche humana, constituye el cerebro y es esencial para la mielinización, hay una diferencia abismal en el proceso alimenticio, aquellos infantes que fueron amamantados con leche materna, no manifiestan indicios de colesterol a diferencia de aquellos que fueron nutridos con fórmulas. Los carbohidratos se encuentran como lo primordial dentro del calostro, su concentración está en 7 gramos (Auchter M.; Galeano H., 2007)

Las vitaminas que cumplen un rol en la leche, en este caso la lactosa de la vaca se considera como complejo B, ahí encontramos vitaminas A como C, esto puede

ser modificado dependiendo del tipo de alimentación que hayan tenido por las madres, hay vitaminas que se les conoce como hidrosolubles, aquellas que son disueltas en agua, estos mismos pueden ser perjudicados por los liposolubles, teniendo como finalidad el complacer al infante que está en las primeras etapas del nacimiento (ONU, 2003)

Dentro de las etapas de la leche materna encontramos el calostro que es el líquido de convivimos de las glándulas mamarias, este mismo tiene diferentes características, texturas espesas, y muchas veces de colores amarillentos, o otras tonalidades similares a éstas, las proporciones de los senos son ideales para el nato, ya que su estómago está estructurado para recibir la cantidad de líquido, incluso para sus riñones (Palacios, 2012)

Este calostro se elabora desde las diferentes semanas de gestación y sigue sucesivamente o posteriormente al parto, su funcionamiento es de protección, esta inmunoglobulina. que se le conoce como la proteína del suero sanguíneo en el organismo, tiene un patrón de transformación después de haber pasado de 12 hacia más semanas de embarazo, hasta sus principales inicios del suceso (Gerónimo R; Magaña M.; Zetina E.; Herrera Y.; Contreras J., 2014)

Cuando hablamos de los diferentes beneficios fructíferos que proporciona la lactancia, no solo la madre, sino también para la familia, observamos que mejoran



la economía en diferentes ámbitos sociales, protegen y se acelera eficazmente la recuperación post parto, ayuda a la pérdida de peso a consecuencia de los meses de gestación, evitación de síntomas como estrés o ansiedad, impulsan a mejorar el comportamiento conductual y social (Pinto, 2007)

Según diferentes estudios planteados se hizo una indagación en dos grupos, los que consumieron leche materna en su desarrollo, y los que se alimentaron con fórmula, en el primero se pudo observar que hay aspectos beneficiosos emocionales, el contacto del infante con la madre, establecer lazos efectivos, se presencia incremento en las dimensiones de oxitocina, favorece el descanso y el sueño, incluso eleva los niveles de interacción con la madre, mantiene un aprendizaje verbal y factible (González et. al., 2002)

Los niveles de afianzamiento se pueden establecer también de manera visual, ya que establece el contacto de cuerpo a cuerpo con la madre. Según diferentes organizaciones los niños entre 1 a 3 años de edad necesitan mantener un contacto físico, y otorgar así mismo diferentes rendimientos nutricionales como mantener una alimentación finalizada, ya que la leche le da calidad de vida diferente al infante. La edad depende mucho de los nutrientes que necesite en la etapa de lactancia, hay diferentes tipos, madura o de transición, que puede generar cambios constantes y una mayor concentración (OPS, 2010)

Por último, tenemos el desarrollo cerebral, que está afiliado a un nivel intelectual de desarrollo de la mente, esto puede tener como factores saludables, la reducción de obesidad en el país en infantes, ya que contiene una hormona que minoriza esta enfermedad a largo plazo, estadísticamente se dice que cuanto mayor tiempo sea el consumo de leche, menos expuesto estará a padecer obesidad en edad temprana (Gerónimo R; Magaña M.; Zetina E.; Herrera Y.; Contreras J., 2014)

Se dice que la lactancia materna tiene mayores beneficios, pero no solo en ese ámbito sino también en temas de gustos para el infante, ya que este alimento natural es rico en probióticos por lo que la flora intestinal presenta menos patógenos en aquellos natos que están en proceso de lactancia. Dichos alimentos cambian estructuralmente a beneficio de aquello que la madre consume y se asume que esto podría ser un factor por el cual les cueste posteriormente tener una manutención suplementaria (Auchter M.; Galeano H., 2007)

El desarrollo de los dientes es otro factor que implica el adecuado desarrollo, el contacto con el seno o la lactancia ayuda a fijar la mandíbula y demás disposiciones de la boca, previene la demostración de la salida de caries dentales, evita la causa fulminante e inesperada de un paro en una persona que se ve normalmente sana, estable y saludable, esto se le es reconocido como muerte súbita

Otro de los pasos fundamentales es el apego corporal en este caso el del estómago, la cabeza, la nuca y la espalda, esto tiene que mantenerse pegado todo el tiempo al cuerpo de la madre para facilitar el contacto, esto implica el sostenimiento del cuerpo todo el tiempo durante el procedimiento. El tiempo que se emplee será de suma consideración, esta debe mantenerse en libertad, y ser establecida por lo menos durante el día y la noche o cada vez que sea necesario (Repetur K., Quezada A. , 2005)

El nivel de satisfacción en todos los infantes no tiende a ser igual. ya que algunos no se llenan con facilidad, los diferentes momentos son esenciales, no solo se le da el pecho al bebé cuando sea su prioridad, si no también cuando la madre considere que sus glándulas están llenas, o cuando el niño haya contemplado el sueño por un periodo de tiempo largo, en esa circunstancia, se procederá a despertarlo (Marzetti F.M., 2006)

Todas las mujeres no son iguales, por lo tanto, no todas amamantan de la misma manera, en algunos casos las medidas de la leche se pueden tornar acuosa, rala y con incremento de disminuir los niveles de sed. Posteriormente a esto se tiende a tornar más cargada y a la misma vez espesa, por último, esta se tiende a tornar más cuajada y cremosa, el proceso de lactancia tiene que tener su periodo y cortarlo cuando la madre lo crea conveniente (Vandale et. al., 1997)

Cuáles podrían ser los factores positivos de la lactancia y su mantenimiento, que estos contribuye a la mejora progresiva de su durabilidad, como son la edad, sus dimensiones de estudios, el proceso que se realizará durante el embarazo, el haber colaborado para las clases maternas, y las experiencias anticipadas de la envergadura que implica darles todas estas facilidades al infante, y así mismo el contacto precoz con nuestra piel (Vandale et. al., 1997)

Los bebés después de haber sido retirados de la incubadora o el parto, sería favorable fomentar inmediatamente la lactancia de la madre, colocando al infante sobre el pecho de la que acaba de dar a luz y se mantenga de esa forma corporalmente, entre sus más gratos beneficios se encuentra la disminución del estrés en diferentes etapas sociales para la individuo, el poco de dolor mamario y la temperatura (OPS, 1990).

Cuando hablamos del rol que cumple la madre, observamos que durante esta fase el aumento de la lactancia en tiempo se incrementa, con esto va acompañado de los procesos emocionales en ámbitos que puedan perjudicar a la persona, por otro lado, hay buenos resultados en la reducción de ansiedad y un adecuado trato a las glándulas mamarias, el tiempo exacto empleado debe ser de una hora como mínimo en la comunicación con el bebé (Palacios, 2012)

El tiempo que se emplea mientras se efectúa la lactación, disminuye notablemente el llanto del infante, en el caso existan inconvenientes para que la

madre no pueda efectuarse con el niño, sería recomendable que se establezca una afiliación con el padre y su pecho. Según estudios existen diferentes facetas que no ayudan a establecer el contacto con la madre, la creencia de las personas que están a cargo y que cree que el bebé necesita ingerir aguas, es un problema sin duda negativo, ya que ellos necesitan ingerir de los senos de su mamá con vital consideración hasta los seis primeros meses (Col, 2002)

Hay instituciones y centros de salud que promueven la compra de fórmulas, las famosas leche en tarro o en polvo, esto está asociado con la carga emocional y laboral que se tiene cuando una después de laborar, aquí es donde se presentan dificultades para la escasa interacción sobre la madre hacía el hijo y los riesgos que van de la mano de las familias, parejas, y doctores. Otro de las tantas facetas que pueden suceder y poner en riesgo la vida, como la pérdida de peso en el nacimiento, la interacción para que se realice un nacimiento por cesárea, el ser permisivos con el llanto en todo momento sin medir las consecuencias (González et. al., 2002)

Otro de los factores que puede afectar en el nacimiento es el peso del recién nacido, y otras intervenciones como el proceso de cesárea, y si nos concentramos en ámbitos psicológicos observamos el estímulo del llanto del infante, incluyendo el accionar de los padres ante esta eventualidad, el acelerado suceso en incremento complementario de alimentos durante un periodo de cuatro a seis meses (Pinto, 2007)

La separación del bebé con la madre aumenta el capricho en el infante, el anhelo de poder alimentarlo o destetar por parte del padre. El consumo que se observa en la actualidad acerca del exceso de productos lácteos artificiales es uno de los

tantos factores que contribuyen a no establecer una adecuada lactancia, este es uno de los tantos mitos que sucede hoy en día, acerca de la creencia que se tiene de la poca necesidad de darle leche natural al bebé, y alimentarlo con leche regular (OPS/OMS, 2007)

Según estudios la inconsciencia que se vive en aprendizaje en actitudes de salubridad general la poca concientización sobre la lactancia materna. La falta de información y ciertos comentarios que podemos observar que se establece en las familias dificulta de alguna manera este proceso de LM. Que tan importante es que haya un adecuado asesoramiento por profesionales de la salud, a la adecuada atención para el infante y las formas precisas para prevención a largo plazo.

Las enfermeras cumplen un rol importante en la actualidad en la formación de información para las madres y familias, ya que ellos mantienen metas trazadas para el cuidado de sus pacientes, mediante intervenciones para el cuidado de la alimentación en sus inicios, ellos se encargan de trabajar antes del nacimiento y posteriormente a ello.

Esta profesión ayuda y colabora con el mantenimiento de la vida, en féminas de todas las edades y situaciones no solo para ellas, sino también para sus familiares, y fundamentalmente para el previo cuidado de sus hijos que vienen en camino. El momento del parto y el nacimiento es de suma vitalidad para los

padres con el hijo, y activar efectivamente la lactancia materna en ese transcurso del tiempo (Auchter M.; Galeano H., 2007)

Cuando hablamos de comportamiento y conducta, también nos basamos en el proceso que es conocido como natural, que son factores adquiridos o aprendidos, en esta evolución es donde entra a tallar el profesional de la salud, brindando la información primordial y adecuada, que aporte facilidades y sea simple poder llegar a ella. Otro de los factores importantes son el apoyo psicológico y socioemocional que se necesita para con el paciente, el cumplir con todo aquello que amerita en el momento (Pinto, 2007)

Estos procesos que son desarrollados en un periodo anterior hacia el paciente, ayudan a potenciar el desarrollo progresivo del infante, la debida atención que se tendrá después en sus viviendas, donde precisamente los cuidados deben ser a un más eficaces, ya sea a nivel primario o con ayuda posterior de la vida.

Las variables asociadas a la lactancia materna, tras diferentes estudios planteados se estableció los diferentes análisis que son semejantes a la variable que existen sobre la lactancia, factores de relación en paraje, comorbilidad y factores sociodemográficos. La educación maternal que se debe de tener, la preparación acerca del tipo de parto, esto está asociado con el proceso hospitalario, el consumo de tabaco, los hijos previos al nuevo parto y nivel de estudios o lactancia previa (OPS/OMS, 2007)

Según diferentes estudios planteados acerca sobre la previa lactancia, se indago en los procesos que son similares a las diferentes probabilidades que existen cuando se establece la lactancia materna. Observamos que lo primeros 6 meses es donde el infante necesita mayor semejanza con la madre y la tasa de lactancia es fuerte, aquí observamos afectos positivos en diferentes aspectos sobre los diferentes procesos que existen en dicho estudio, ver diferentes experiencias negativas, en coincidencia con la lactancia en la actualidad, esto aumentó las probabilidades de que el estado de lactancia sea eficiente (Martorell R., 1994)

Según investigaciones previstas por la organización mundial de la salud la lactancia es un proceso natural, que ayuda y favorece al inmediato contacto de las glándulas mamarias con la madre, esta debe ser lo más atendida posible después de haber traído a un bebé al mundo, y es conveniente que se establezca durante la primera hora del nacimiento, ya que según diferentes estudios establece que esta hora es fundamental para el procedimiento de su vida causando potencialmente un impacto de salubridad (Repetur K., Quezada A. , 2005)

Según indagaciones estadísticamente evaluadas se diagnostica un alto porcentaje del proceso de lactancia en las madres, en primera instancia se recolectó que el 75% en las poblaciones. Según lo planteado también se diagnosticó que los primeros 15 días es donde se establece el contacto corporal,



para afianzar de alguna manera positiva, aunque se presenten sucesos de pérdida de esta variable durante el primer mes (Marzetti F.M., 2006)

Según otros estudios planteados se investigó acerca del estudio del seguimiento en los respectivos meses a largo plazo, este estudio hablaba acerca de que la mayor probabilidad de lactancia que ocurre en madres maduras, ya que ellas mantienen la lactancia de las glándulas más efectivas, en cambio existe un suceso opuesto a este, las que mantienen menor edad son las que tienen menor cantidad de lactancia para sus hijos, esto puede ser asociado a que sean primerizas. Los controles de salud en los respectivos procedimientos para el parto, involucra no solo la lactancia, sino también el poder conseguir que esto sea de proporción a una población y prevalencia.

Por último todos aquellos factores que son de vital importancia, o que son relacionadas con actitudes que son adquiridas por los individuos, por diferentes hábitos llevados a la conducta, el estado comportamental, los instintos, impulsos, la motivación que se mantiene durante las etapas del infante, los valores e intenciones en torno a percepciones, y sobre todo aquellas creencia o factores llevados al conocimiento mediante diferentes opiniones, en habilidades cognitivamente estables en ámbitos psicológicos para la madre y su bebé (Martorell R., 1994)

Se le conoce a la lactancia como un proceso fisiológico en el mantenimiento de la vida, en procedimientos distintivos, considerada como herencias biológicamente naturales, esto sucede en países en desarrollo, donde se busca que la concientización y prevención de la salud del infante sea estable por lo largo de su vida y la estabilidad de la familia (Pinto, 2007)

Consecuencias del abandono temprano de la lactancia materna.

Se conoce la importancia que tiene la lactancia en los RN, pero siendo algo no tan común, es algo que en una gran población se está perdiendo, aun sabiendo los beneficios que tiene esta sobre los mamíferos, que en este caso los seres humanos carecemos de ciertos nutrientes durante nuestra etapa de RN, los cuales recolectamos gracias a la lactancia materna exclusiva durante los primeros meses de vida, es por ello que se explican las consecuencias del abandono prematuro/temprano de la lactancia materna.

La lactancia materna exclusiva, proporcionada por una mujer sana y bien alimentada, ofrece las cantidades de nutrientes y energía necesarios para el

crecimiento y desarrollo del lactante. El comportamiento de la lactancia natural puede tener variaciones, pues muchos son los factores que pueden estar implicados en su permanencia o en su abandono, ya sean el desconocimiento de las madres o abuelas, desinterés por parte del personal médico o paramédico o de la población en general. Por eso se debe mantener una vigilancia estricta sobre su comportamiento, para trabajar sobre los factores negativos y mantener niveles de lactancia natural que garanticen la salud de los niños.

En los últimos años, en Cuba se ha trabajado intensamente para el rescate de este tipo de lactancia, como fuente principal en la alimentación del bebé. Llama la atención que siendo la lactancia un acto fisiológico, instintivo, de herencia biológica natural de los mamíferos, se abandone en el ser humano; aún cuando se conocen las consecuencias del uso de la lactancia artificial en los lactantes en general, por ello es muy importante la recuperación de esta forma de alimentar al RN como fuente óptima de nutrientes en la primera etapa de la vida. (Dubrocq, 2015)

Edad de abandono de la lactancia materna	No.	%
Menos de un mes	18	8,6
Un mes	27	12,9
Dos meses	80	38,4
Tres meses	74	35,5
Cuatro a seis meses	9	4,3
Total	208	100

Edad de abandono de la lactancia materna exclusiva. Policlínico “José Luis Dubrocq”. 2013- 2015

A nivel mundial, sólo el 43% de los bebés menores de seis meses son amamantados de manera exclusiva. Los bebés que no reciben leche materna en absoluto tienen 14 veces más probabilidades de morir que aquellos que se alimentan sólo con leche materna. (UNICEF, 2016)

Mortalidad infantil por ausencia de lactancia.

Alrededor de 77 millones de recién nacidos –o 1 de cada 2– no reciben leche materna en la primera hora que transcurre después de su nacimiento, y esto les priva de los nutrientes, los anticuerpos y el contacto con la piel de sus madres, que son esenciales para protegerlos de las enfermedades y de la muerte, asegura UNICEF. En Paraguay, sólo 1 de cada 4 bebés es alimentado exclusivamente con leche materna durante sus primeros 6 meses de vida. (UNICEF, 2016)

Aunque existen controversias, la LM tendría un rol protector contra la obesidad, hipertensión, dislipidemia y diabetes mellitus (DM) tipo 2 durante la adultez<sup>19</sup>. Las tasas de obesidad son significativamente menores en lactantes alimentados con LM. Existe un 15 a 30% de reducción del riesgo de obesidad durante la adolescencia y adultez si existió alimentación con LM durante la infancia, comparado con aquellos no amamantados. La duración de la lactancia está inversamente relacionada con el riesgo de sobrepeso, cada mes extra de lactancia se asocia con un 4% de disminución del riesgo<sup>5</sup>. Estudios en distintas partes del mundo han reportado resultados similares. En Chile, un estudio de casos y controles concluyó que la LME o predominante durante los primeros seis meses de vida es un factor protector contra la malnutrición por exceso durante la etapa preescolar<sup>25</sup>. Sin embargo la interpretación de estos datos debe ser cuidadosa, ya que no está claro si existen diferencias cuando la LM está dada en mamadera. Esto es de particular importancia, dado que los niños amamantados regulan ellos mismos el volumen ingerido, pudiendo tener aquellos niños alimentados con mamadera una menor capacidad de autorregulación de la ingesta, lo que incidiría en la ganancia de peso adulto.

Una RS reciente que cubrió la literatura de los últimos 50 años, concluyó que la LM por seis meses o más estaba asociada a un 19% de disminución del riesgo de desarrollar leucemia durante la infancia<sup>28</sup>. Otro meta-análisis encontró resultados similares, y está descrito que la reducción del riesgo está correlacionado con la duración de la LM, sin embargo el mecanismo preciso de la protección aún no está claro. (scielo, s.f.)

## **Aportaciones y conclusiones personales**

Apartir de los datos obtenidos en esta investigación se encuentra que la lactancia materna, desde tiempos ancestrales ha existido en la vida, ya que es un acto natural e intrínseco, tanto en seres humanos como en animales mamíferos.

No solamente tiene como función alimentar y nutrir, también cumple la función de proteger al lactante, ya que es considerada la primera vacuna del bebé. Por otro lado, el acto de amamantar crea un lazo afectivo de madre e hijo incomparable.

Gracias a las investigaciones, los avances científicos y tecnológicos, entre otros, la lactancia materna y la alimentación del bebé, ha evolucionado y junto con ello ha traído consecuencias tanto positivas, como negativas.

La introducción de fórmulas al mercado, de la mano de la mala información a la población, provocó la mal nutrición en un gran porcentaje de recién nacidos y lactantes menores, esto porque las madres pensaban que la leche de fórmula funcionaba como un sustituto de la leche materna.

Por otro lado, es importante comprender, que la leche materna es el alimento más importante y el único durante los primeros meses de vida. Conocer las ventajas que conlleva la lactancia materna exclusiva es un factor de gran importancia que ayuda a incentivar a muchas madres a llevarlo a cabo.



Otro factor que ha llevado a las madres a poner en practica la lactancia exclusiva es la gran cantidad de consecuencias que desencadenan la falta de esta, que van desde la talla baja, defensas bajas, hasta la muerte. Existe un riesgo de desarrollar enfermedades crónicas a largo plazo a causa de estas deficiencias ocasionadas por la falta de nutrientes desde la etapa de lactancia.

## **Marco conceptual.**

Alimentación.

La alimentación, por definición, es el conjunto de acciones mediante las cuales se proporcionan alimentos al organismo. Es decir, abarca la selección de los alimentos, el cocinado y su ingestión.

(social, 2015)

Calostro.

El calostro es la primera leche producida por el pecho, comenzando a generarse en la mitad del embarazo (12-18 semanas) y continuando durante los primeros días después del nacimiento del bebé.

(Beluccini, 2023)

Crecimiento.

Se refiere a los cambios cuantitativos en el tamaño y la masa corporal a partir de la transformación de una célula inicial en un organismo pluricelular.

(AG, 2023)

Deficiencia.

Denominación genérica de las alteraciones físicas o psíquicas que hacen inferiores en capacidad a las personas que las padecen en comparación con las sanas.

(navarra, 2023)

Lactancia.

La lactancia es el proceso por el que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, que segregan leche inmediatamente después del parto, que debería ser el principal alimento del bebé al menos hasta los dos años.

(Velázquez, 2023)

Lactante.

El lactante es comprendido como aquel que recibe la leche, lo que abarca al recién nacido, pero también es definido como el niño que tiene entre uno y 23 meses de edad.

(emidio, 2020)

Leche materna.

La leche materna humana es el alimento natural producido por la madre para alimentar su recién nacido. La OMS la recomienda como alimento exclusivo para el lactante hasta los 6 meses de edad, y con alimentación complementaria hasta los 2 años de edad. La leche materna es el mejor alimento para el lactante durante los primeros meses de vida. Cubre las necesidades nutricionales para su adecuado crecimiento

(Morales, 2012)

Nutrición.

La nutrición se refiere a los nutrientes que componen los alimentos, implica los procesos que suceden en tu cuerpo después de comer, es decir la obtención, asimilación y digestión de los nutrimentos por el organismo.

(social I. m., 2015)

Proteína.

Molécula compuesta de aminoácidos que el cuerpo necesita para funcionar de forma adecuada. Son la base de las estructuras del cuerpo, tales como la piel y el cabello, y de sustancias como las enzimas, las citocinas y los anticuerpos.

(FAO, 2023)

Salud.

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

(OMS, 2023)

Vitaminas.

Nutriente que el cuerpo necesita en pequeñas cantidades para funcionar y mantenerse sano. Las fuentes de vitaminas están en los alimentos de origen vegetal y animal; y en los suplementos alimentarios.

(NIH, 2021)

### **Marco legal.**

Norma Oficial Mexicana NOM-007- SSA2/1993 Atención a la Mujer durante el Embarazo, Parto y Puerperio y del Recién Nacido.

Establece los criterios para atender y vigilar la salud de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y la atención del recién nacido. Esta Norma es de observancia obligatoria para todo el personal de salud en las unidades de salud de los sectores público, social y privado a nivel nacional, que brinden atención a mujeres embarazadas, parturientas, puérperas y a los recién nacidos.

NORMA Oficial Mexicana NOM-007-SSA2-2016, Para la atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio, y de la persona recién nacida.

En el numeral 5.8.62 especifica que: "Se debe promover la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de la persona recién nacida y promover continuarla de manera complementaria hasta el segundo año de vida."

NORMA Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012 Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación.

5.4.2 Se debe promover el inicio de la lactancia materna en la primera media hora de vida continuando a libre demanda hasta el sexto mes en forma exclusiva. A partir de esta edad, además de iniciar la alimentación complementaria continuar la lactancia materna hasta los dos años de edad.

## LEY PARA LA PROTECCIÓN, APOYO Y PROMOCIÓN DE LA LACTANCIA MATERNA DEL ESTADO DE NUEVO LEÓN

LEY PUBLICADA EN P.O. # 9-III DEL DÍA 20 DE ENERO DE 2016.

"Artículo 18. - Es derecho preferente del hijo ser amamantado directamente por su madre, salvo que por indicación médica o decisión de la madre se resuelva lo contrario. La leche materna tiene como uso prioritario la alimentación en beneficio del o de los lactantes que sean sus hijos biológicos.

NORMA Oficial Mexicana NOM-131-SSA1-2012, Productos y servicios. Fórmulas para lactantes, de continuación y para necesidades especiales de nutrición. Alimentos y bebidas no alcohólicas para lactantes y niños de corta edad.

Las presentes disposiciones establecen las especificaciones sanitarias, nutrimentales y de etiquetado que deben cumplir los siguientes productos: las fórmulas para lactantes ; las fórmulas para lactantes con necesidades especiales de nutrición ; las fórmulas de continuación ; las fórmulas de continuación para necesidades especiales de nutrición ; los alimentos y bebidas no alcohólicas para lactantes y niños de corta edad. Asimismo, la Norma establece los métodos de prueba que deben respetarse para los mencionados productos

Artículo 76 constitucional fracción XVI. Permite mantener, desarrollar, proteger y seguir implementando políticas tendientes a mejorar los espacios de lactancia dentro del trabajo, que a la fecha han logrado transformar la vida de miles de personas.

“Artículo 28.- Las mujeres disfrutarán de un mes de descanso antes de la fecha que aproximadamente se fije para el parto, y de otros dos después del mismo. Durante la lactancia tendrán derecho a decidir entre contar con dos reposos extraordinarios por día, de media hora cada uno, o bien, un descanso extraordinario por día, de una hora para amamantar a sus hijos o para realizar la extracción manual de leche, en lugar adecuado e higiénico que designe la institución o dependencia y tendrán acceso a la capacitación y fomento para la lactancia materna y amamantamiento, incentivando a que la leche materna sea alimento exclusivo durante seis meses y complementario hasta avanzado el segundo año de edad.”

11-28-94 NORMA Oficial Mexicana NOM -008-SSA2-1993, Control de la nutrición, crecimiento y desarrollo del niño y del adolescente.

Establecer los criterios para vigilar el estado de nutrición, crecimiento y desarrollo de la población de menores de un año, uno a cuatro años, cinco a nueve años y diez a diecinueve años.

Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-050-SSA2-2018, Para el fomento, protección y apoyo a la lactancia materna.

La lactancia materna es la forma ideal de alimentar a lactantes y niños pequeños, ya que aporta los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, otorgar información correcta por el personal de salud y el apoyo de su familia, la comunidad y del sistema de salud, son fundamentales para mejorar esta práctica.



## **Capítulo IV: Recolección, análisis y propuesta de los resultados de la investigación.**

### **Sugerencias.**

Se le recomienda a la mamá durante y al término del embarazo, consumir frutas y verduras frescas.

Incluir alimentos ricos en ácido fólico, hierro y calcio.

Disminuir el consumo de pan dulce, pastelillos, galletas, frituras, alimentos procesados, comida rápida, refrescos y postres.

Evitar el consumo de alcohol.

Se le recomienda optar por alimentos ricos en proteínas, como lo son: carnes magras, huevo, lácteos, frijoles, lentejas y mariscos con bajo contenido de mercurio (sardina, calamar, boquerón, atún, mojarra).

Optar por cereales integrales.

Realizar 5 tiempos de alimentación.

Evitar el consumo de grasas saturadas.

Darle prioridad a grasas saludables: aceite de oliva extra virgen, pescado azul, frutos secos y aguacate.

Utilizar métodos de cocinado saludables, como cocinados a la plancha o al vapor, evitar fritos y sobrecocinados.

Incrementar el consumo de agua.

Preferir alimentos ricos en hierro y calcio (frijoles, espinacas, lentejas, uva pasa, brócoli, jugo de naranja, lechuga, yogurth y almendras)

El contacto piel con piel no solo es importante para una buena instauración de la lactancia, sino que ayuda al recién nacido, a adaptarse mejor a la vida extrauterina y a establecer un vínculo afectivo con su madre.

Al llegar a casa, después del hospital, es importante ofrecerle el pecho a libre demanda.

Tener un buen agarre, una buena técnica de lactancia evita la aparición de complicaciones como grietas y dolor, vacía correctamente el pecho y permite una producción de leche adecuada para cada bebé.

No existe una única posición adecuada para amamantar, lo importante es que la madre esté cómoda, que el agarre sea adecuado y que el bebé esté enfrente y pegado al cuerpo de la madre.

No es conveniente retirar al bebé de pecho, sino que es preferible que suelte el pecho espontáneamente.

No se recomienda el uso de pezoneras, solo en casos especiales y preescritas por un personal de lactancia.

Se recomienda lactancia materna exclusiva hasta 6 meses, ya que esta le aporta los nutrientes necesarios al bebé

**Sugerencias y propuestas de investigación.**

**Con las conclusiones dadas se determina la elaboración de el siguiente:**

**Taller: Como alimentar a tu bebé, técnicas y cuidados del amamantamiento.**



Imagen: fuente de elaboración propia

El taller incluye temas de lactancia materna exclusiva, alimentación complementaria, técnicas para amamantar, recomendaciones de alimentación para la madre y el bebé.

El objetivo: es llegar a lugares donde las madres lactantes carecen de información para propulsar una mejor alimentación para los bebés.

Para esto, se impartirá el taller con 30 minutos de platica con un nutriologo acerca de la importancia de una correcta alimentación tanto de la madre en lactancia como el lactante, como debe ser la alimentación, recomendaciones y algunas opciones de utilizar los alimentos.

Posteriormente, damos paso a 30 minutos de taller con un puericulturista, en el cual, con material didáctico se abordan los temas de las correctas técnicas de amamantamiento, cómo debe ser una buena postura, las diferentes opciones para la comodidad tanto de madre como hijo, anatomía del pezón hasta el correcto destete.

Para concluir se habre un espacio para dudas y comentarios.

Al finalizar el taller, se ofrecerán consultas nutricionales gratuitas para toda aquella madre asistente que desee.

Duracion: 1 hora + tiempo de consulta

Materiales a utilizar:

Imágenes de apoyo



Recuperado de: ResearchGate



Imagen recuperada de: Gobierno de México.

Modelo para exploración de pecho

Bebé de juguete para demostración



Imagen recuperada de: MedicalFactory

Número de participantes:

30 personas por sesión

Instructores:

Puericulturista

Nutriólogos

**Conclusiones.**



Anexos.

## Bibliografia.