PROMOCIÓN DE LA LACTANCIA EN EL CONTROL PRENATAL

ROL DE LA OBSTÉTRICA EN EL CONTROL PRENATAL

Y TAMBIÉN DEL RESTO DEL EQUIPO DE SALUD QUE PARTICIPAN EN EL CONTROL SEGÚN CADA INSTITUCIÓN

EN EL PRIMER CONTROL PRENATAL:

- ✓ QUE OPINA ELLA DE LA LACTANCIA MATERNA Y SU FAMILIA.
- ✓SI SABE SI ELLA FUE AMAMANTADA Y CUÁNTO TIEMPO.
- ✓SI TIENE HIJOS ANTERIORES, INTERROGAR SI LOS AMAMANTO, CUÁNTO TIEMPO, SI TUVO DIFICULTADES.
- ✓QUE VENTAJAS O INCONVENIENTES TUVO CON EL AMAMANTAMIENTO.
- ✓SI PIENSA AMAMANTAR A SU FUTURO HIJO Y CUÁNTO TIEMPO.
- ✓SI TRABAJA FUERA DEL HOGAR (QUE FACILIDADES O BENEFICIOS LE DARIAN EN SU TRABAJO PARA AMAMANTAR).
- ✓SI RECIBIÓ ALGUNA VEZ INFORMACION PARA APRENDER A AMAMANTAR.
- ✓EXAMINAR LAS MAMAS.
- ✓HIGIENE Y CUIDADOS DE LAS MAMAS.

ESCUCHAR ATENTAMENTE A LA MAMÁ, EVACUAR SUS DUDAS, FORTALECER LOS ASPECTOS POSITIVOS DE SU RELATO Y TRATAR DE ERRADICAR LOS MITOS Y MODIFICAR LOS ASPECTOS NEGATIVOS PARA LA LACTANCIA.

EN LOS CONTROLES ULTERIORES PRENATALES:

- ✓ BRINDAR INFORMACIÓN SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA Y LAS DESVENTAJAS DEL USO DE BIBIERON Y CHUPETE.
- ✓INFORMACION SOBRE LA LACTANCIA MATERNA, PRIMERAS HORAS DE VIDA DEL BEBÉ, CUANTO TIEMPO AMAMANTAR, POSICIONES, CUIDADOS, ETC.
- ✓REFORZAR INFORMACION SOBRE LOS CUIDADOS E HIGIENE DE LAS MAMAS, VERIFICAR COMO LO REALIZA, EXAMINAR.
- ✓VERIFICAR LA ADECUADA ALIMENTACION DE LA GESTANTE POR MEDIO DE LA EDUCACION ALIMENTARIA.
- ✓EVACUAR DUDAS DE LA EMBARAZADA.
- ✓ABORDAR EL TEMA DEL RETORNO AL TABAJO, SI FUERA EL CASO, COMO SERIA AMAMANTAR O EXTRACCION DE LECHE.

BENEFICIOS Y VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA EN LA MADRE:

- ✓ FAVORECE EL VINCULO MADRE-HIJO.
- ✓ REFUERZO DE LA AUTOESTIMA Y MENOR DEPRESIÓN POST PARTO.
- ✓ MENOR SANGRADO POST PARTO.
- ✓ MENOR RIESGO SUBSIGUIENTE DE PADECER ANEMIAS.
- ✓ MENOR RIESGO DE PADECER CÁNCER GINECOLÓGICO.
- ✓ MÁS RÁPIDA RECUPERACION FÍSICA.
- ✓ MAYOR PRACTICIDAD PARA LA ALIMENTACIÓN NOCTURNA, EN VIAJES, ETC.
- ✓ AYUDA A DISMINUIR EL PESO MATERNO, ESTILIZA SU SILUETA.
- ✓ PROTEGE A LA MADRE DE LA DIABETES, HIPERTENSIÓN, OSTEOPOROSIS, ARTRITIS REUMATOIDEA.
- ✓ NO TIENE COSTO ECONÓMICO, NI PERDIDA DE TIEMPO PARA COMPRARLA, PREPARARLA, NI LIMPIAR LOS UTENSILLOS.
- ✓ ESTÁ DISPONIBLE EN TODO HORARIO, A TEMPERATURA ADECUADA Y LA CANTIDAD NECESARIA.

BENEFICIOS Y VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA EN EL NIÑO:

- ✓ MEJOR DESARROLLO PSICOMOTOR, EMOCIONAL Y SOCIAL.
- ✓ DESARROLLO DE UNA PERSONALIDAD MÁS SEGURA E INDEPENDIENTE.
- ✓ NUTRICIÓN ÓPTIMA, ESENCIALMENTE DEL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE SEPSIS Y ENTEROCOLITIS NECROTIZANTE DEL RN.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE DESNUTRICIÓN INFANTIL.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE MUERTE SÚBITA EN EL LACTANTE.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE ALERGIAS RESPIRATORIAS Y DIGESTIVAS.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE ENFERMEDAD CELÌACA.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE INFECCIONES URINARIAS.
- ✓ PREVIENE LESIÓN DE RETINA DEL PREMATURO.
- ✓ PROTECCIÓN CONTRA LA DIABETES MELLITUS.
- ✓ PROTECCIÓN CONTRA OBESIDAD E HIPERCOLESTEROLEMIA.
- ✓ PROTECCIÓN SOBRE ALGUNAS FORMAS DE CÁNCER.
- ✓ PROTECCIÓN CONTRA INFECCIONES DEL OÍDO MEDIO EN LA PRIMERA INFANCIA.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE PROBLEMAS DENTALES Y MALOCLUSIÓN.
- ✓ ASOCIACIÓN CON INTELIGENCIA SUPERIOR.
- ✓ MEJOR REACCIÓN A LAS VACUNAS Y MAYOR CAPACIDAD PARA DEFENDERSE MÁS RÁPIDAMENTE DE LAS ENFERMEDADES.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE MALTRATO INFANTIL Y ABANDONO, POR LOS LAZOS AFECTIVOS QUEV SE CREAN.
- ✓ NO REQUIERE SUPLEMENTOS VITAMINICO Y MINERAL, NI AGUA U OTROS LÍQUIDOS MIENTRAS TOME PECHO EXCLUSIVO.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE ECZEMAS Y OTRAS AFECCIONES DE LA PIEL.
- ✓ MENOR INCIDENCIA DE ENFERMEDADES INTESTINALES DEL ADULTO.

BENEFICIOS Y VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA PARA LA FAMILIA:

- ✓ MEJOR DESARROLLO DE LA FAMILIA COMO CÉLULA SOCIAL.
- ✓ MENOR GASTO EN MEDICAMENTOS, ALIMENTOS SUSTITUTOS, ETC.
- ✓ MENOR AUSENTISMO LABORAL DE LOS PADRES POR ENFERMEDADDES DE LOS HIJOS.
- ✓ MEJOR ATENCIÓN DE LOS NIÑOS PEQUEÑOS POR MAYOR INTERVALO INTERGENÉSICO.
- ✓ ECONOMIA BASADA EN EL COSTO DE ALIMENTAR A UNA MADRE QUE AMAMANTA ES SENCIBLEMENTE INFERIOR QUE ALIMENTAR UN NIÑO CON FÓRMULA INFANTIL.

BENEFICIOS Y VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA PARA LA SOCIEDAD:

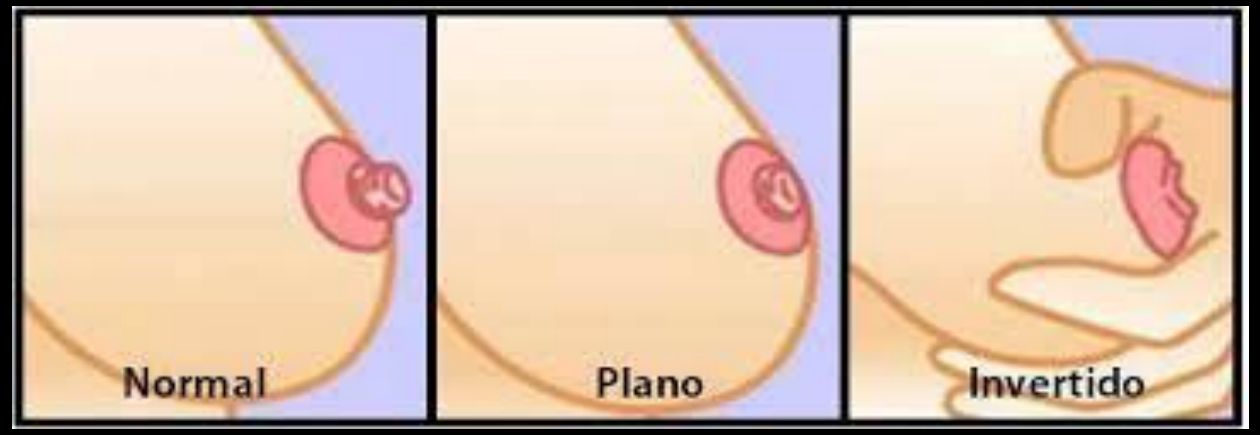
- ✓ PERSPECTIVAS DE UNA SOCIEDAD MÁS SANA EN EL FUTURO.
- ✓ AHORRO DE TIEMPO Y CONBUSTIBLE.
- ✓ MAYOR BIENESTAR POR SENTIMIENTOS DE COMPETENCIA FAMILIAR PARA CRIANZA DE LOS HIJOS.
- ✓ MENOR GASTO EN ATENCION DE PATOLOGIAS Y POSIBILIDAD DE REORIENTAR FONDOS DE SALUD PÚBLICA HACIA PREVENCIÓN PRIMARIA.
- ✓ MAYOR PRODUCTIVIDAD AL DISMINUIR EL AUSENTISMO LABORAL DE LOS PADRES.
- ✓ CONSTRUCCIÓN AL EQULIBRIO ECOLÓGICO.
- ✓ MENOR GASTO POR LA ADQUISICIÓN DE LECHES ARTIFICIALES, TETINAS Y BIBERONES.
- ✓ DISMINUCIÓN DE LA MORBI-MORTALIDAD INFANTIL.

DESVENTAJAS DEL USO DE BIBERÓN Y CHUPETE:

- ✓PERTURBACIÓN DEL DESARROLLO DEL MACIZO CRÁNEO FACIAL Y PERJUICIOS DE LA POSTURA CORPORAL.
- ✓MAYOR FRECUENCIA DE DIARREAS, DESHIDRATACIÓN, DESNUTRICIÓN Y MUERTE.
- ✓MAYOR POSIBILIDAD DE CONTRAER INFECCIONES Y QUE ÉSTAS SEAN MAS GRAVES.
- ✓MENOR POSIBILIDAD DE CONTACTO PIEL A PIEL.
- ✓CONFUSIÓN DE PEZÓN POR LO CUAL RECHAZA EL NIÑO EL PECHO.
- ✓MAYOR POSIBILIDAD DE CONTAMINACIÓN.
- ✓COSTO DE COMPRA Y PÉRDIDA DE TIEMPO.

EXAMEN DE LAS MAMAS:

SE DEBE REVISAR LAS MAMAS, TANTO EN NULIPARAS COMO EN MULTIPARAS, CON EL FIN DE COMPROBAR SI HAY ALGUNA DIFICULTAD EN LAS MISMAS PARA LA LACTANCIA, POR EJEMPLO PEZONES PLANOS O UMBILICADOS; ASI COMO OTRAS PATOLOGIAS COMO TUMORALES,GRANDES ASIMETRIAS, DUREZAS, HUNDIMIENTOS, CIRUGIAS PREVIAS, RETRACCIONES O SURCOS EN LA PIEL.



CUIDADOS E HIGIENES DE LAS MAMAS:

AGUA: USAR AGUA PARA LA HIGIENE DE LOS PEZONES, PORQUE LIMPIA LA PIEL Y PRESERVA LA GRASA.

LUBRICACIÓN: APLICAR UNA GOTA DE CALOSTRO SOBRE EL PEZON PARA LUBRICARLO Y HACERLO MAS RESISTENTE.

AIRE: AIREAR LOS PEZONES PARA FORTIFICAR LA PIEL.

SOL: EXPONERLOS AL SOL, LOS FORTALECE E INGRESA VITAMINA D POR LA PIEL.

DURANTE 10 - 15 MINUTOS DIARIOS

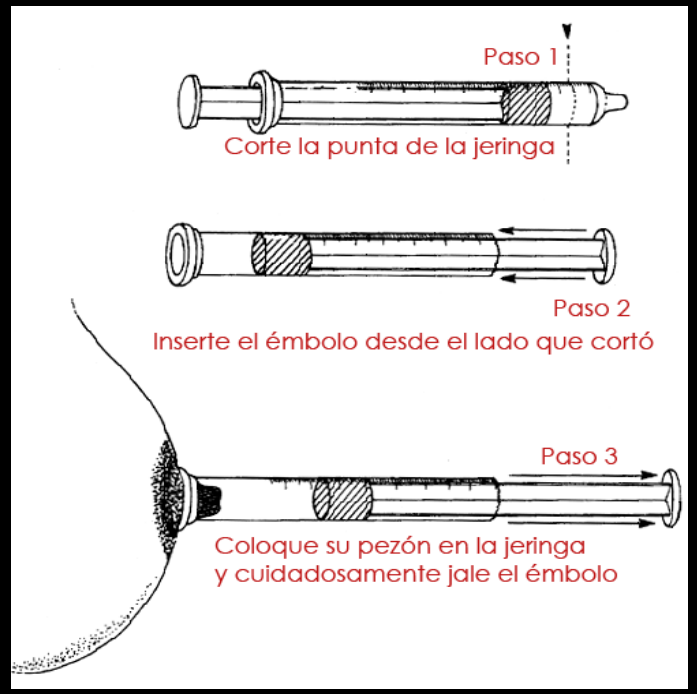
NO SE DEBEN CEPILLAR O FROTAR LOS PEZONES, PORQUE SE QUITA LA GRASA QUE LUBRICA, DESCAMA LA PIEL DEL PEZON Y LA AREOLA, FACILITANDO QUE SE AGRIETEN.

PARA LOS PEZONES PLANOS O UMBILICADOS:

- ✓PRIMERO TRANQUILIZAR A LA MAMÁ QUE VA PODER AMAMANTAR.
- ✓ENSEÑARLE LAS TÉCNICAS DURANTE EL EMBARAZO PARA QUE PUEDA FORMAR SUS PEZONES.

PARA LOS PEZONES PLANOS O UMBILICADOS:

JERINGA



TENSADOR DE PEZÓN "PIGEON"

CASQUILLO MODELADOR

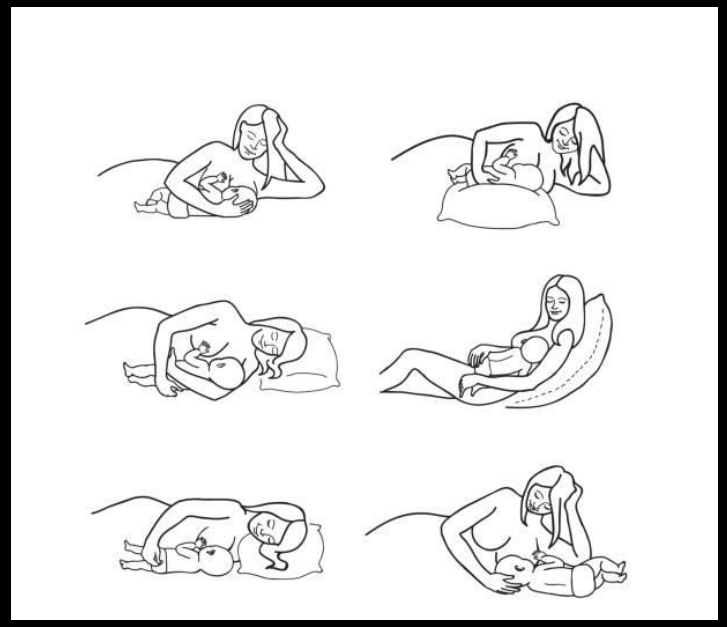
OTRA FORMA ES CORTAR UN CORPIÑO, EN LA ZONA DEL PEZÓN, HACER UN AGUJERO Y USARLO DURANTE EL DÍA.

POSICIONES PARA AMAMANTAR:

- ***POSICIÓN SENTADA CLÁSICA:*** EL BEBÉ ESTÁ FRENTE A LA MADRE, DE TAL MANERA QUE SU ABDOMEN ESTÁ PEGADO AL DE ELLA (PANZA CON PANZA).

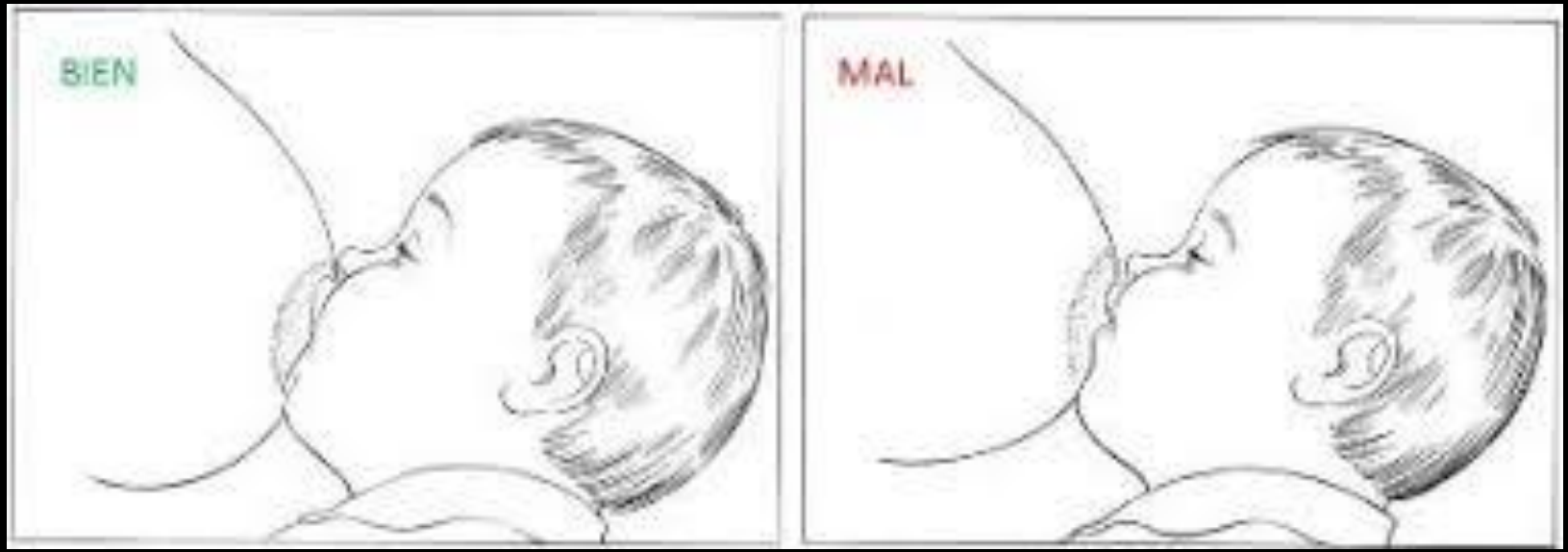
- ***POSICIÓN SENTADA INVERSA:*** SE PONE EL CUERPO DEL BEBÉ DEBAJO DE LA AXILA MATERNA, CON EL VIENTRE APOYADO SOBRE LAS COSTILLAS DE LA MADRE (PANZA- COSTILLAS). EL CUERPO ESTÁ SUJETO CON EL BRAZO Y LA CABEZA SOSTENIDA POR LA MANO.

- ✓ ***SENTADA A CABALLITO:*** EL NIÑO ENFRENTA EL PECHO MATERNO SENTADO SOBRE EL MUSLO DE SU MAMÁ. LO SOSTIENE AL NIÑO CON LA MANO EN LA BASE DEL CRÁNEO.
- ✓ ***POSICIÓN ACOSTADA:*** LA MADRE Y EL BEBÉ ESTAN ENFRENTADOS (PANZA CON PANZA). LA MADRE OFRECE EL PECHO DEL LADO QUE ESTA ACOSTADA.
- ✓ ***ACOSTADA CON EL NIÑO SOBRE LA MADRE:*** EL NIÑO DE CÚBITO VENTRAL Y LA MAMÁ ESTÁ ACOSTADA DE ESPALDA.



EN TODAS LAS POSICIONES TENER EN CUENTA:

- ✓LA CORRECTA RELACIÓN POSTURAL ENTRE MADRE E HIJO.
- ✓QUE ESTEN CUERPOS CERCANOS Y ENFRENTADOS.
- ✓EVITANDO LA ROTACIÓN, FLEXIÓN O DESFLEXIÓN DEL CUELLO DEL BEBÉ.
- ✓LA CABEZA DEL BEBÉ DEBE ESTAR ALINEADA CON EL TRONCO.
- ✓LA MAMÁ DEBE ESTAR CÓMODA Y TRANQUILA.
- ✓NO PINZAR CON LOS DEDOS EL PECHO EN LA ZONA DE LA AREOLA.


BIEN
MAL

PRIMER CONTROL PUERPERAL:

- ✓ OBSERVAR LA TÉCNICA DE LACTACIA, REFLEJOS, ALINEACIÓN, BOCA, COMPRESIÓN AREOLAR, DEGLUCIÓN, FORMA DE DESPRENDER AL BEBÉ, ETC.
- ✓EXAMINAR LAS MAMAS, VER SI HAY DUREZAS, AUMENTO DE TEMPERATURA, ZONAS ENROJECIDAS, GRIETAS EN LOS PEZONES.
- ✓RECORDAR LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION MATERNA.
- ✓ESCUCHAR ATENTAMENTE A LA MADRE SOBRE SUS DUDAS.

EN ESTA ETAPA TAMBIÉN PARTICIAPAN OTROS INTEGRANTES DEL EQUIPO DE SALUD.

MUCHAS GRACIAS…

LIC. EN OBSTETRICIA Y LIC. EN ENFERMERÍA MARÍA EUGENIA TUZANOTTI