

LA INICIATIVA HOSPITAL AMIGO DEL NIÑO

Revisada, Actualizada y Ampliada
para la Atención Integral

SECCIÓN 3.2 CONTENIDOS DE LAS SESIONES

PROMOCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA EN UN HOSPITAL AMIGO DEL NIÑO

CURSO DE 20 HORAS PARA EL PERSONAL DE LA MATERNIDAD



2008

La versión original de la IHAN fue elaborada en 1993



SECCIÓN 3.2: CONTENIDOS DE LAS SESIONES

3.1 Guías para los Facilitadores del Curso

3.2 Contenidos de las Sesiones

Sesión de Bienvenida	24
Sesión 1: IHAN: un capítulo de la Estrategia Mundial	25
Sesión 2: Habilidades de Comunicación	33
Sesión 3: Promoviendo la lactancia materna durante el embarazo – Paso 3	56
Sesión 4: Protegiendo la lactancia materna	82
Sesión 5: Prácticas de atención del Parto y Lactancia - Paso 4	91
Sesión 6: Cómo llega la leche desde el pecho hasta el bebé	105
Sesión 7: Ayudando con la lactancia - Paso 5	114
Sesión 8: Prácticas que apoyan a la lactancia – Pasos 6, 7, 8, & 9	132
Sesión 9: Producción de leche	145
Sesión 10: Lactantes con necesidades especiales	156
Sesión 11: Si el bebé no puede mamar – Paso 5	168
Sesión 12: Afecciones del pecho y pezón	182
Sesión 13: Inquietudes respecto la salud materna	202
Sesión 14: Apoyo continuo en lactancia para las madres Paso 10	213
Sesión 15: Convirtiéndose en Hospital Amigo del Niño	227
Sesión de Clausura	248
Práctica Clínica 1 – Observando y ayudando al amamantamiento	249
Práctica Clínica 2 – Conversando con la embarazada	253
Práctica Clínica 3 – Observar la expresión manual y uso del vaso	257
Anexo 1: Razones medicas aceptables para el uso de sucedáneos de la leche materna	263
Anexo 2. Revisión de conocimiento	269

3.3 Diapositivas en PowerPoint para el curso

Cada sección es un archivo separado y puede descargarse de UNICEF internet en http://www.unicef.org/nutrition/index_24850.html, o mediante la búsqueda en el sitio Web de UNICEF: <http://www.unicef.org> o de la OMS en www.who.int/nutrition

SESIÓN DE BIENVENIDA

Tiempo:

15 minutos

Si hubieran discursos de inauguración se requerirá tiempo adicional.

Materiales:

Prepare un programa del curso y haga copias para cada participante o coloque una copia en un lugar visible del aula.

Bienvenida a los participantes del curso

- Preséntese y diga cómo le gustaría que le llamen. Pida a los otros facilitadores que también se presenten al resto del grupo.
- Solicite a cada participante que se presente al resto del grupo y les diga cuáles son sus expectativas del curso.

Describa la metodología y el horario:

- El curso incluirá algunas conferencias y algunas discusiones. También se desarrollarán juegos de roles y demostraciones. Trabajarán en grupos. Habrán prácticas clínicas cuando entrevisten a embarazadas y puérperas que estén amamantando.
- Durante el curso, se espera que ustedes contribuyan al aprendizaje de todo el grupo compartiendo sus ideas y comentarios.
- Habrá un tiempo para las preguntas en cada sección. Sin embargo si necesita aclarar algún aspecto durante la sesión, por favor pregunte. Es difícil aprender si se tiene una pregunta clavada en la mente.
- El curso se desarrollara en 3 días¹ Hoy terminaremos a las..... con un descanso a las..... Mañana comenzaremos a horas.....hasta.....

Entregar el Programa del Curso o indicar donde esta visible.

- Si hubiera una hoja de evaluación del curso, explicarla

- Arribar a un consenso sobre llamadas celulares, entradas y salidas, tolerancia al ingreso etc.

- Indicar donde se encuentran los baños, donde pueden tomar agua y otros aspectos de seguridad.

- Preguntar si existen puntos que requieran aclararse antes de continuar con la próxima sesión

¹ Adaptar de acuerdo al formato del curso. Sería útil negociar los tiempos de descanso con los participantes

SESIÓN 1

LA INICIATIVA HOSPITAL AMIGO DEL NIÑO² : UN CAPÍTULO DE LA ESTRATEGIA MUNDIAL

Objetivos de la Sesión:

Al completar la sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|---|------------|
| 1. Enunciar el objetivo de la Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño de la OMS/UNICEF; | 5 minutos |
| 2. Describir los objetivos de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño (IHAN); | 5 minutos |
| 3. Describir porqué la Iniciativa Amigo del Niño es importante en áreas de alta prevalencia de HIV; | 5 minutos |
| 4. Explicar cómo este curso puede ayudar a la Institución en el momento actual | 10 minutos |
| 5. Revisar como este curso encaja con las actividades propias | 5 minutos |

Tiempo total de la sesión:

30 minutos

Materiales:

Diapositiva 1/1: Estrategia Mundial

Diapositiva 1/2: Objetivo de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño

Diapositiva 1/3: Objetivos del Curso

Preparar diapositivas o afiches con datos del país o de la región:

- el número de Hospitales Amigos acreditados en el país, y el porcentaje de nacimientos en los hospitales acreditados como Hospitales Amigos.
- programas nacionales para implementar la Estrategia Mundial

Mostrar una copia de la Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño de la OMS/UNICEF

Mostrar una copia de la norma de lactancia nacional o del hospital

Mostrar un póster de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa y/o una copia para cada participante

Documentos de lectura para los facilitadores:

Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño. Ginebra, Asamblea Mundial de la Salud, Mayo 2002.

OMS. *Protegiendo, Promoviendo y Apoyando la Lactancia – El rol especial de los servicios de maternidad s.* Una declaración conjunta de la OMS/UNICEF. (1989)

OMS. *Evidencia para los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa.* OMS/CHD/98.9 UNAIDS/UNICEF/OMS *HIV y Alimentación Infantil: Marco para Acciones*

Prioritarias (2003)

HIV y Alimentación Infantil – Guías para los tomadores de decisiones; (actualizado 2003)

Una guía para los administradores en salud y supervisores; (actualizado 2005)

Una revisión de la transmisión del VIH a través de la lactancia. (Actualizado 2005)

Vincular el contenido de la sesión de acuerdo al discurso de la inauguración

² Los términos Amigo del Niño, y Hospital Amigo del Niño son marcas registradas de UNICEF, y pueden ser utilizados solamente para designaciones oficiales con permiso expreso de UNICEF.

1. Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño 5 minutos

- Cerca de 5500 niños mueren cada día debido a sus prácticas de alimentación inadecuadas. Muchos niños sufren los efectos a largo plazo de estas prácticas que incluyen desarrollo alterado, desnutrición, y un incremento en las infecciones y enfermedades crónicas. También se ha documentado un incremento en la incidencia de obesidad en los niños que no amamantaron. Mejorar la alimentación de los lactantes y niños pequeños es relevante en todas partes del mundo.

•

Preguntar: ¿Cuáles son los efectos de las prácticas de alimentación inadecuadas en las familias, comunidades y servicios de salud?

Escuche algunas respuestas y continúe.

- La Asamblea Mundial de la Salud y UNICEF endosaron la Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño el año 2002.

- *Mostrar la Diapositiva 1/1 y leerla en voz alta*

El objetivo de la Estrategia Mundial es el de mejorar – a través de la alimentación óptima

–el estado nutricional, crecimiento y desarrollo, y de esta manera la sobrevivencia de lactantes y niños pequeños.

Apoya la lactancia exclusiva por 6 meses, seguida de la introducción oportuna adecuada, segura y apropiada de la alimentación complementaria, mientras se continúa con la lactancia por dos años o más.

También apoya la nutrición materna y el apoyo social y comunitario.

- La Estrategia Mundial no sustituye, pero fortalece otros programas incluida la Iniciativa Hospital Amigo del Niño.

2. La Iniciativa Hospital Amigo del Niño (IHAN) 5 minutos

- La Iniciativa Hospital Amigo del Niño es una iniciativa de UNICEF/OMS cuyo objetivo es el dar a cada recién nacido el menor comienzo en la vida, creando un ambiente favorable que apoye la iniciativa como una norma.
- La Iniciativa se lanzó en 1991 y para fines del 2007 más de 20.000 establecimientos de salud en el mundo se designaron como Hospital Amigo del Niño.
- La Iniciativa incluye un formato de evaluación global y acreditación que reconoce los logros de cada hospital cuyas prácticas apoyan la lactancia y alientan a otros servicios con prácticas menos que óptimas a mejorar.³
- La Iniciativa Hospital Amigo del Niño es una iniciativa de UNICEF/OMS cuyo objetivo es dar a cada recién nacido el menor comienzo en la vida, creando un ambiente favorable que apoye la iniciativa como una norma.
- La Iniciativa se lanzó en 1991 y para fines del 2004 más de 19.000 servicios de salud en el mundo se designaron como Hospital Amigo del Niño.

³ La Autoevaluación y la Evaluación Externa se discuten en la Sesión 15.

- *La Iniciativa incluye un formato de evaluación global y acreditación que reconoce los logros de cada hospital cuyas prácticas apoyan la lactancia y alientan a otros servicios con prácticas menos que óptimas a mejorar.*
- *Mostrar la Diapositiva 1/2 y leer en voz alta*

El objetivo de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño es implementar los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa y terminar la distribución gratuita o a bajo costo de sucedáneos de la leche materna a los establecimientos de salud.

- La Iniciativa Hospital Amigo del Niño provee de un marco que permita a las madres adquirir habilidades necesarias para amamantar exclusivamente por 6 meses y continuar la lactancia con la introducción de alimentación complementaria por lo menos hasta los 2 años.
- Un Hospital Amigo del Niño ayuda a las madres que no están amamantando a tomar decisiones informadas y a cuidar a sus bebés lo mejor posible.
- La Estrategia Mundial alienta a la implementación de la Iniciativa en la currícula de capacitación de los trabajadores en salud y como una fuente de información en lactancia materna.

3. La IHAN es importante en áreas de alta prevalencia de VIH 5 minutos

- Existe confusión acerca del rol de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño en áreas donde existe una alta prevalencia de infección por HIV en madres. La Iniciativa es aun más importante que nunca en estas áreas. Las necesidades especiales de las mujeres VIH positivas pueden acomodarse plenamente sin comprometer el estado de la Iniciativa en el Hospital.
- El enunciado de OMS/UNICEF/ONUSIDA referida al VIH y la alimentación de lactantes señala que las madres tienen el derecho a la información completa y factual y el apoyo que les permita tomar decisiones informadas respecto a la alimentación de sus bebés⁴⁵
- En resumen, es importante continuar con el apoyo a la lactancia en madres que son VIH negativas o de estado HIV desconocido. Si solamente se hace el énfasis en los riesgos de la transmisión de HIV de madre a niño a través de de la lactancia, se corre el peligro de olvidar que la lactancia materna continua siendo la mejor alternativa para la mayoría de las madres y sus bebés.

4. Cómo puede ayudar este curso al establecimiento de salud 10 minutos

- Durante este curso se analizará el significado de los 10 pasos, como implementarlos y la importancia del personal de planta en la transformación del Hospital en un Hospital Amigo del Niño. Hablaremos sobre las prácticas de comercialización de los sucedáneos de la leche al final del curso y el mecanismo del procedimiento de evaluación.

⁴Esta recomendación se discute en sesiones posteriores

- *Mostrar el póster de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa y/o distribuir la fotocopia de los Diez Pasos.*
- *Pida a un participante que lea en voz alta el primer Paso.*
- El primero de los Diez Pasos es tener una política/norma.
Tener una norma escrita que se comunica rutinariamente a todo el personal de planta.
 - Una política/norma ayuda a
 - asegurar un cuidado efectivo y consistente de madres y sus bebés
 - proveer un estándar de práctica que puede medirse
 - apoyar acciones.
 - La Norma no es un protocolo de tratamiento. Significa que el personal de planta acepta los procedimientos y que su aplicación es obligatoria exigida por la autoridad. No es una decisión personal seguirla o no. Esta norma es similar a otras – un individuo no decide si vacuna o no, tampoco decide que información colocará en un certificado de nacimiento. Si la norma no se aplica en una ocasión específica, debe registrarse la razón por la cual no se lo hizo.
 - La norma incorpora los Diez Pasos, el Código Internacional y la Ley, explica como implementar los Diez Pasos en un hospital.
- *Referirse a la Norma de Lactancia del Hospital. Pida a los participantes revisar la política durante el curso, (no durante la sesión) y considere cómo se la está implantando.*
- *Señale el Paso Dos y solicite a un participante que lea en voz alta:*
- El segundo paso se refiere a la capacitación.
Capacitar a todo el personal de planta en las habilidades necesarias para implementar la norma.
- La norma debe incluir los Diez Pasos y el entrenamiento necesario para implementar los Pasos. Este curso tiene el objetivo de dotar al personal del conocimiento y habilidades necesarias para el cuidado de madres y sus bebés en la práctica diaria.
- *Mostrar la Diapositiva 1/3 y leerla en voz alta*

El objetivo de este curso es
el de lograr que el personal de planta apoye efectivamente a las madres con la lactancia inmediata y exclusiva, y que el hospital se transforme hasta alcanzar la designación de Hospital Amigo.

- Durante este curso se analizarán el resto de los Pasos en detalle. Ustedes tendrán una oportunidad para aprender y practicar cómo:
 - utilizar habilidades de comunicación para hablar con las embarazadas, madres y colegas,
 - implementar los Diez Pasos para una Lactancia Materna Exitosa, apoyar el Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna, y conocer la Ley.
 - analizar con la embarazada la importancia de la lactancia y especificar las prácticas que apoyan el inicio de la lactancia.
 - facilitar el contacto piel a piel y el inicio de la lactancia precoz.
 - ayudar a la madre a aprender las diferentes posiciones del bebé y el agarre, así como la habilidad de expresión manual de la leche.

- analizar con la madre dónde y cómo encontrar ayuda una vez que retorne a su domicilio.
- señalar aspectos importantes para una madre que ha decidido no amamantar y a quien referirla en caso de necesitar mayor apoyo en la alimentación de su niño.
- identificar prácticas que apoyan la lactancia y las que interfieren con ella.
- trabajar con los colegas para señalar las barreras a la lactancia y encontrar formas para vencer dichas barreras.
- La participación en este curso ayuda a incrementar el nivel de conocimiento, habilidades y confianza, así como provee de información consistente y práctica en el propio hospital.
- Este curso provee de los fundamentos para ser un Hospital Amigo. Existen otros cursos especializados, contactar a sus recursos locales.
- *Informar respecto al responsable regional*

5. Cómo la Estrategia Mundial se adapta a otras actividades 5 minutos

- La Estrategia Mundial está apoyada por las políticas nacionales, leyes y programas que promocionan, protegen y apoyan la lactancia y defienden los derechos de las mujeres trabajadoras a la protección de su maternidad.
 - *Listar y analizar brevemente, si el tiempo lo permite, programas nacionales u otras actividades para implementar la Estrategia Mundial, por ej., el Plan Nacional de Alimentación Infantil y autoridad nacional, Código de Comercialización, leyes, decretos de baja de maternidad, IHAN, recolección de datos sobre lactancia materna en el sistema de salud, reforma curricular, esfuerzos de movilización comunitaria, otros programas, políticas y actividades.*
- *Pregunte si hay dudas o preguntas. Resuma la sesión.*

Sesión 1 Resumen

- La Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño se construye en base a programas preexistentes que pretenden lograr una alimentación óptima y así otorgar al niño el comienzo más saludable de su vida

El objetivo de la Estrategia Mundial es el de mejorar – a través de la alimentación óptima

–el estado nutricional, crecimiento y desarrollo, y de esta manera la sobrevivencia de lactantes y niños pequeños.

Apoya la lactancia exclusiva por 6 meses, seguido de la introducción oportuna adecuada, segura y apropiada de la alimentación complementaria, mientras se continúa con la lactancia por dos años o más.

También apoya la nutrición materna y el apoyo social y comunitario.

- La Iniciativa Hospital Amigo del Niño involucra los Diez Pasos así como la protección del hospital ante las técnicas de comercialización de los sucedáneos de la leche materna, para transformar el hospital en un servicio que apoye a la madre.

El objetivo de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño es implementar los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa y terminar la distribución gratuita o a bajo costo de sucedáneos de la leche materna a los establecimientos de salud.

- El apoyo a la lactancia materna exclusiva y la Iniciativa Hospital Amigo del Niño continúan siendo importantes en todas partes aún en áreas de alta prevalencia en VIH.
- La participación en este curso incrementará su confianza en sus habilidades y capacidades para apoyar la lactancia, de esta manera garantiza la mejor práctica en el hospital: Ustedes tendrán una oportunidad para aprender y practicar como:
 - utilizar habilidades de comunicación para hablar con las embarazadas, madres y colegas,
 - implementar los Diez Pasos para una Lactancia Materna Exitosa, apoyar el Código Internacional de Comercialización de Sucédáneos de la Leche Materna, y conocer la Ley.
 - analizar con la embarazada la importancia de la lactancia materna y especificar las prácticas que apoyan el inicio de la lactancia.
 - facilitar el contacto piel a piel y el inicio de la lactancia precoz.
 - ayudar a la madre a aprender las diferentes posiciones del bebé y el agarre, así como la habilidad de expresión manual de la leche.
 - analizar con la madre dónde y cómo encontrar ayuda una vez que retorne a su domicilio.
 - señalar aspectos importantes para una madre que ha decidido no amamantar y a quien referirla en caso de necesitar mayor apoyo en la alimentación de su niño.
 - identificar prácticas que apoyan la lactancia y las que interfieren con ella.
 - trabajar con los colegas para señalar las barreras a la lactancia y encontrar formas para vencer dichas barreras.

-

Sesión 1 Revisión de Conocimiento

Un colega le pregunta para qué sirve el curso y cómo ayudará a las madres y sus bebés en el hospital. ¿Qué le responde usted?

DIEZ PASOS PARA UNA LACTANCIA EXITOSA
Una Declaración Conjunta de la OMS/UNICEF (1989)

Todo servicio de Salud que provea servicios de maternidad y cuidado del recién nacido debiera:

1. Tener una política de lactancia materna por escrito que se pone en conocimiento de todo el personal de rutina.
2. Capacitar al personal de la maternidad en las habilidades para implementar esta política.
3. Informar a todas las embarazadas acerca de los beneficios y manejo de la lactancia.
4. Ayudar a las madres a iniciar la lactancia en la media hora inmediatamente después del parto.
5. Mostrar a las madres cómo amamantar y cómo mantener la lactancia aun en caso de separarse de sus bebés.
6. No dar a los recién nacidos otro alimento o bebida que no sea leche materna a no ser que este *médicamente* indicado
7. Practicar el alojamiento conjunto-permitir a la madre su bebé permanecer juntos las 24 horas del día.
8. Alentar la lactancia a demanda.
9. No dar biberones, ni chupones (o chupones de distracción) a bebés que están amamantando
10. Auspiciar la formación de grupos de apoyo a la lactancia en la comunidad y referir a las madres a estos grupos a su alta del hospital.

SESIÓN 2

HABILIDADES DE COMUNICACION

Objetivos de la sesión:

Al completar la sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Identificar las habilidades de comunicación de escuchar y aprender, y como mejorar la confianza | 30 minutos |
| 2. Practicar el uso de estas habilidades con una hoja de trabajo | 30 minutos |

Tiempo total de la sesión	60 minutos
----------------------------------	-------------------

La práctica de las habilidades puede ser una sesión separada. Si esta práctica se realiza después de la primera parte, repasar brevemente las habilidades de comunicación antes de iniciar el trabajo.

Materiales:

Una muñeca para la demostración.

Dos sillas que puedan colocarse adelante frente a los participantes.

Copiar las partes que deban leerse en la demostración. El texto de las demostraciones está al final de cada sesión, de esta manera será fácil copiarla para quienes lean las líneas.

Preparar una lista de las habilidades de comunicación (ver el resumen de la sesión) y colocarla pegada en el papelógrafo o en la pared desde el inicio de la sesión. Descubrir los puntos a medida que se consideren.

Copiar las Habilidades de Comunicación de la Hoja de trabajo 2.1 (sin respuestas)- una para cada participante.

El concepto de “palabras que juzgan” puede requerir una explicación más profunda en el idioma local. Referirse a la Sesión 7 de Consejería en Lactancia: Curso de Capacitación (OMS/UNICEF, 1993) para mayor información en la traducción de las palabras que juzgan, o la Sesión 5 de "Consejería en Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño: Curso integrado (OMS/UNICEF 2008)

Preparación para las demostraciones:

Estas demostraciones son muy cortas. El facilitador introduce cada demostración señalando el aspecto que debe enfocarse. Luego de cada demostración, el facilitador hace el comentario indicado para enfatizar o clarificar cuál fue el objetivo de la demostración

La primera demostración de comunicación no verbal necesita realizarse frente a la audiencia. Antes de la sesión pedir a un participante que apoye con la demostración de comunicación no verbal.

Para ahorrar tiempo durante las otras demostraciones, no pida voluntarios para que pasen al frente. Distribuya las líneas de los roles que deban leerse a personas que estén sentadas lado a lado. Pida a los participantes en cada demostración que lean las líneas en voz alta desde sus asientos, en el tiempo adecuado.

Documentos de lectura para los facilitadores

Sesión 7 y Sesión 11 *en Consejería en Lactancia: Curso de entrenamiento OMS/ UNICEF (1993)*

Sesión 5 y Sesión 10 de "Consejería en Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño: Curso integrado. OMS/UNICEF (2008)

1. Habilidades de comunicación**30 minutos**

- Los trabajadores de salud están capacitados para buscar y resolver problemas. Una buena comunicación implica que usted respete los pensamientos de la mujer, sus creencias y su cultura. No significa que usted ordene o recomiende a una persona lo que usted cree que *deba hacer* ni forzar a que efectúe una acción en particular.
- Los trabajadores en salud necesitan ser capaces de hacer algo más que ofrecer información. Es parte de su trabajo ayudar a las madres a buscar la causa de cualquier dificultad que tuvieran (diagnóstico) y sugerir cursos de acción que puedan ayudar a resolver el problema. Muchas veces no existe problema que resolver; la madre solamente necesita seguridad de que está haciendo buen trabajo.
- Usted puede utilizar sus habilidades de comunicación:
 - Escuchar y aprender acerca de las creencias de una madre, su nivel de conocimiento y sus prácticas.
 - Construir su confianza y alabar las prácticas que usted quiere alentar;
 - Ofrecer información;
 - Sugerir cambios que la mujer debe considerar si así fuera necesario;
 - Coordinar con la madre para una próxima visita o seguimiento.
- También puede utilizar estas habilidades para:
 - Comunicarse con sus colegas que se resistan a cambiar sus prácticas durante el proceso de Hospital Amigo del Niño.
 - Comunicarse con miembros de la familia de la madre, especialmente los que influyen negativamente en la alimentación del bebé.
 - Comunicarse con los tomadores de decisión para abogar por lugares de trabajo amigos de los bebés.
- Las habilidades de comunicación se introducen en este curso a un nivel básico. Estas habilidades son más naturales y mejoran a medida que se usan. Usted puede utilizar estas habilidades de comunicación inclusive con su familia y amigos así como en el trabajo.

Habilidades de Escuchar y Aprender

- La comunicación puede ser lo que decimos-comunicación verbal. Igualmente importante es la comunicación no verbal-el lenguaje del cuerpo que usamos y que observamos también en la madre.
- Podemos observar si la madre se sienta cómodamente o no, si mira alrededor pendiente de que otros le escuchen, si puede o no concentrarse en la alimentación de su bebé. Recibimos esta información no verbal de la madre que es muy útil.
- Cuando usted habla con la madre en un lugar que es confortable y cómodo y donde se siente segura, la madre hablará más con usted.

1. Utilizar comunicación no verbal útil.

- Nuestra comunicación no verbal con la madre pueden hacerle sentir tranquila y le permitirán escuchar mejor.

•

Pregunte: ¿Cuáles son las maneras de efectivizar la comunicación no verbal durante una entrevista?

Espere las respuestas.

- Algunas formas de proveer de comunicación no verbal durante una entrevista con la madre son:
 - Sentarse al mismo nivel y cerca de la madre.
 - Quitar toda barrera física como un escritorio o fólder y papeles de nuestras manos.
 - Prestar atención a la madre, evitar distraernos, y mostrar que estamos escuchando al asentir, sonreír y utilizar gestos apropiados.
 - Tomarse el tiempo necesario sin apurarnos ni mirar el reloj.
 - Solo tocar a la madre en forma apropiada (lo que se permita culturalmente) como la mano, el hombro. No tocar los senos o al bebé sin su permiso.

Demostración 1

- *Introduzca la demostración: En esta demostración el trabajador en salud está saludando a la madre utilizando las mismas palabras en diferentes formas. Observe la comunicación no verbal en cada saludo*

Un participante desempeña el rol de la madre y se sienta en la silla al frente del grupo, sostiene una muñeca como a bebé y la sostiene como si le estuviera dando pecho.

Un facilitador hace de trabajador en salud y le dice exactamente las mismas palabras varias veces:

“Buenos días, ¿cómo está amamantando?”

Dice estas palabras con diferentes mensajes no verbales, por ej.: se para y mira a la madre por encima, o se sienta a su lado, o habla con la madre mirando su reloj, o se inclina y palmea al bebé que está lactando (ponerse de acuerdo con el participante antes)

- *Analice cómo la comunicación no verbal puede establecer la diferencia. Pregunte a la “madre” como se sintió con cada uno de los saludos. Pregunte a los participantes qué aprendieron de esta demostración de comunicación no verbal.*

2. Utilice preguntas abiertas

- Cuando usted está ayudando a una madre, quiere saber cuál es el problema, o la dificultad, qué hace la madre, qué le ayuda y qué no. Si usted utiliza preguntas que alientan a la madre a contarle todo, no necesitará muchas.
- Las preguntas abiertas son generalmente las más útiles. Ellos alientan a la madre a dar más información. Las preguntas abiertas comienzan con “¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Por qué?” Por ejemplo, “¿Cómo está alimentando a su bebé?”
- Las preguntas cerradas pueden ser respondidas con un si o no y pueden no darnos mucha información. Las preguntas cerradas comienzan con palabras como “¿ha? ¿has?” Por ejemplo, “¿Ha dado pecho a su anterior bebé?”
- Puede usted pensar que la madre no está queriendo hablar con usted. La madre puede sentir miedo de estar dando la respuesta errónea. Algunas veces una pregunta cerrada sugiere la respuesta “correcta” y la madre puede dar esta respuesta siendo o no verdad, solamente pensando en lo que usted quiere oír.

Demostración 2 A:

- Introduzca la demostración: En esta demostración, escuche y verifique si el trabajador de salud está utilizando preguntas abiertas o cerradas y como la madre responde a las preguntas.

Trabajador en salud	Buenos días. ¿Están bien usted y su bebé?
Madre	Sí, estamos bien
Trabajador en salud	¿Tiene algún problema?
Madre	No
Trabajador en salud	¿El bebé está mamando varias veces?
Madre	Si

Comentario: Las preguntas cerradas reciben respuestas de sí / no. El trabajador en salud no averiguo mucho y es difícil continuar con la conversación. Veamos otra manera de hacer lo mismo.

Demostración 2 B:

- Introduzca la demostración. En esta demostración escuche y verifique si el trabajador de salud está utilizando preguntas abiertas o cerradas y como la madre las responde.

Trabajador en salud	Buenos días. ¿Cómo están usted y su bebé?
Madre	Estamos bien.
Trabajador en salud	Dígame señora ¿Cómo está alimentando a su bebé?
Madre	Le doy pecho seguido y un biberón en la noche
Trabajador en salud	¿Qué le hizo decidir darle biberón en la noche?
Madre	Mi bebé despierta en la noche, creo que mi leche no es suficiente

Comentario: El trabajador en salud hizo preguntas abiertas. La madre le dio información en su respuesta, el trabajador supo más.

3. Aliente a la madre a hablar – muestre interés y retroalimente

Pregunte: ¿Cómo podemos mostrar que estamos interesados en lo que la madre nos dice?
Escuche algunas respuestas.

- Podemos mostrar que estamos interesados en lo que la madre nos dice, utilizando respuestas como asentir con la cabeza, sonreír, frases como “¡ah! “¡ Aja!”, “Continúe”. Si usted repite o refleja lo que la madre le está diciendo muestra que está escuchando y la alienta a decirle más. Usted puede utilizar palabras un poco diferentes a las que la madre utiliza para que no parezca que la está imitando.
- Es muy útil mezclar repetir lo que la madre dice con otras expresiones como “continúe”, o realizar una pregunta abierta

Demostración 3:

-Introduzca la demostración: En esta demostración, observe como el trabajador en salud está demostrando que está escuchando a la madre y si el uso de estas habilidades ayuda al trabajador a obtener más información.

Trabajador en salud	Buenos días. ¿Cómo están ambos hoy?
Madre	Estoy muy cansada. El bebé se despierta a cada rato.
Trabajador en salud	Ah, que le parece! (Se ve preocupado)
Madre	Mi hermana me dice que no debería seguir despertando de noche, que yo le estoy acostumbrando mal.
Trabajador en salud	¿Su hermana le dice que usted le está acostumbrando mal?
Madre	Sí, mi hermana está siempre haciendo comentarios de cómo le cuido a mi bebé.
Trabajador en salud	Ah! (menea la cabeza)
Madre	Yo no sé porque se preocupa tanto de cómo crío a mi bebé
Trabajador en salud	A ver, cuénteme

Comentario: Expresiones como “¡Ah que le parece!”, ¡Mmm!, ¡Aja! etc. muestran que usted está escuchando. Repetir o reflejar lo que la madre le dice puede ayudarle a aclarar la idea de la madre. En esta demostración se observa que el principal problema no es que el bebé despierte frecuentemente, sino que le molesta los comentarios de su hermana.

4. Empatía, muestra que está usted tratando de comprender sus sentimientos

- La empatía muestra que usted está escuchando lo que la madre dice y está tratando de comprender sus sentimientos. Usted está considerando la situación desde el punto de vista de la madre.
- La simpatía es diferente. Cuando usted simpatiza con una persona, está considerando la situación desde su propio punto de vista.

Demostración 4 A:

Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud está mostrando empatía- que está tratando de comprender como se siente la madre.

Trabajador en Salud	Buenos días (nombre). ¿Cómo están usted y (nombre del bebé) hoy?
Madre	(Nombre del niño) no se está alimentando bien en los últimos días. No sé qué hacer.
Trabajador en Salud	Yo entiendo como usted se siente. Cuando <i>mi</i> niño no quiere comer <i>Yo</i> también me preocupo. <i>Yo</i> sé exactamente cómo se siente usted.
Madre	¿Qué hace <i>usted</i> cuando su bebé no come?

Comentario: ¿Qué observaron? En este ejemplo, la atención se desvió hacia el Trabajador en Salud. Esto no es empatía – no se enfocó en cómo se sentía la madre.

Veamos otra forma de hacer lo mismo.

Demostración 4B:

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud está mostrando empatía- que está tratando de comprender cómo se siente la madre.*

Trabajador en Salud	Buenos días (nombre). ¿Cómo están usted y (nombre del bebé) hoy?
Madre	(Nombre del niño) no se está alimentando bien en los últimos días. No sé que hacer.
Trabajador en Salud	Usted está preocupada respecto a (nombre)
Madre	Si, estoy preocupada, puede enfermarse si no come bien

Comentario: En esta segunda versión, la madre es el foco de la conversación. Este Trabajador en Salud mostró empatía con la madre al identificar su sentimiento y reflejar su emoción para mostrarle que ella o el escuchó realmente. Esto alienta a la madre a compartir más sentimientos y continuar hablando con el trabajador en salud.

5. Evitar palabras que parezcan juzgar

- Las palabras que pueden sonar o parecer que juzgan son: bien, mal, bueno, malo, suficiente, adecuado, problema. Estas palabras pueden hacer sentir a una madre que tiene que alcanzar un estándar o que su bebé no es normal.
- Por ejemplo: “¿Está mamando bien?” implica que existe un estándar para amamantar y su bebé puede no alcanzar dicho estándar. La madre puede ocultar la verdad si será juzgada como inadecuada. Es más, la madre y el trabajador en salud pueden tener ideas diferentes sobre lo que significa “mamar bien”. Es más útil preguntar abiertamente. “¿Cómo mama su bebé?” o ¿Puede decirme cómo está mamando su bebé?”

Demostración 5A:

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud está emitiendo palabras que juzgan o las evita.*

Trabajador en Salud	Buenos días. ¿Su bebé ha ganado suficiente peso desde la última vez que le pesaron?
Madre	Mmm, no estoy segura. Eso creo.
Trabajador en Salud	Bueno, ¿está mamando adecuadamente? ¿Es buena su leche?
Madre	No sé...Eso espero, no estoy segura (se preocupa)

Comentario: El trabajador en salud no ha conseguido mayor información y está preocupando a la madre.

Veamos otra forma de hacer lo mismo.

Demostración 5B:

- *Introduzca la demostración. En esta demostración, observe si el trabajador en salud está utilizando palabras que juzguen o las evita.*

Trabajador en Salud	Buenos días. ¿Cuánto peso ha ganando su bebé este mes? ¿Puedo ver su carnet de salud?
Trabajador en Salud	Buenos días. ¿Cuánto peso ha ganando su bebé este mes? ¿Puedo ver su carnet de salud?
Madre	La enfermera me dijo que mi hijo ganó medio kilo este mes, estoy contenta.

Comentario: El trabajador en salud averiguo lo que necesitaba sin preocupar a la madre.

Habilidades para construir la confianza y dar apoyo

- Sus habilidades de comunicación pueden ayudar a la madre a sentirse bien consigo misma y tener confianza de ser una buena madre. La confianza puede ayudar a la madre a tomar decisiones y resistir presiones de otra gente. Para ayudar a construir confianza y apoyo necesitamos:

6. Aceptar aquello que la madre piensa y siente

- Podemos aceptar las ideas y sentimientos de la madre sin disentir ni decirle que no hay porqué preocuparse. Aceptar lo que la madre dice no es lo mismo que confirmar que sus pensamientos sean correctos. Usted puede aceptar lo que dice y luego dar la información correcta. Aceptar lo que la madre dice, le ayuda a confiar en usted y le alienta a continuar la conversación.
-

Demostración 6A:

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud acepta lo que la madre dice, rechaza o acepta.*

Madre	Le doy fórmula en biberón cada noche porque no tengo suficiente leche.
Trabajador en Salud	Estoy segura que su leche es suficiente. Su bebé no necesita biberón

Comentario: ¿El trabajador está aceptando lo que la madre siente?
El trabajador está en desacuerdo o rechaza lo que la madre dice.

Veamos otra forma de hacer lo mismo.

Demostración 6B:

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador de salud está aceptando lo que dice la madre, o está de acuerdo o rechaza lo que la madre dice.*

Madre	Le doy fórmula en biberón cada noche porque no tengo suficiente leche
Trabajador en Salud	Así es, un biberón de fórmula en la noche les hace dormir.

Comentario: ¿El trabajador está aceptando lo que la madre siente?

El trabajador está de acuerdo con una idea equivocada. Aceptar una idea equivocada no ayuda al bebé ni a su madre.

Veamos otra forma de hacer lo mismo.

Demostración 6C:

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud está aceptando lo que la madre dice, o si manifiesta desacuerdo/acuerdo.*

Madre	Le doy fórmula en biberón cada noche porque no tengo suficiente leche
Trabajador en Salud	Ya entiendo. Usted piensa que no tiene leche suficiente en la noche.

Comentario: ¿Está aceptando el trabajador el pensamiento y sentimiento de la madre? El trabajador está aceptando lo que la madre dice pero no manifiesta acuerdo o desacuerdo. El trabajador en salud acepta a la madre y entiende su punto de vista. Esto significa que la madre sentirá que se le ha escuchado. Podrán continuar la conversación sobre la lactancia en la noche y discutir la información correcta sobre la producción.

7. Reconocer y alabar la práctica correcta

- Reconocer y **alabar** los logros del bebé y la madre. Por ejemplo, díglele a la madre como usted notó que ella espera que el bebé abra bien la boca antes de llevarle al pecho, o señale como el bebé suelta la teta cuando a terminado de mamar un pecho y está listo (a) para el otro.

8. Dar ayuda práctica

- El estar cómoda le ayuda a una madre a que su leche fluya. Puede tener hambre o sed, probablemente necesite otra almohada; o que alguien le sostenga al bebé mientras ella de dirija al baño. O tal vez la madre tenga un problema identificado para amamantar, por ejemplo quiere saber cómo sacarse la leche. Si usted puede enseñarle cómo sacarse la leche manualmente le estará ayudando a relajarse y a enfocarse en su bebé.

9. Dar información relevante utilizando lenguaje comprensible

- Indagar / preguntar a la madre, que necesita saber en el momento.
- Utilizar palabras que la madre comprenda.
- No le sobrecargue con mucha información

10. Hacer sugerencias en vez de dar órdenes

- Dar alternativas a la madre y dejar que ella decida qué le conviene.
- No decir a la madre qué hacer o qué no hacer.
- Limitar sus sugerencias a una o dos que son relevantes en la situación de la madre.

Demostración 7A:

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud está dando información relevante, utilizando un lenguaje adecuado y si hace sugerencias en vez de dar órdenes.*

Trabajador en salud	Buenos días. ¿En que le ayudo?
Madre	No estoy segura de amamantar a mi bebé cuando nazca. Tengo miedo que se contagie el VIH.
Trabajador en salud	Bueno, la situación es la siguiente. Aproximadamente 5 a 15% de madres que son VIH- positivo transmiten el virus por la lactancia. Esto varía en los diferentes lugares. Puede ser mayor si la madre adquirió la infección recientemente o tiene una alta carga viral o si es sintomática de SIDA. Si usted tiene relaciones sexuales sin protección mientras amamante, se puede contagiar con el VIH y aumentarían las posibilidades de transmitir el VIH a su bebé. Sin embargo, si no amamanta, su bebé puede estar expuesto a riesgos que son potencialmente mortales como la diarrea y la infección respiratoria. Ahora, usted ha dejado pasar mucho tiempo, ya es tarde para la consejería, así que si yo fuera usted yo...
Madre	¡Oh!.

Pregunte: ¿Qué piensan los participantes acerca de esta conversación? ¿El trabajador en salud le está dando una cantidad adecuada y conveniente de información?

El trabajador en salud está dando mucha información. No es relevante para la mujer en este momento. Está utilizando palabras que no son conocidas para la madre. Alguna información se está dando en forma negativa y suena crítica. El trabajador en salud le dice qué hacer en vez de ayudarlo a que la madre tome su propia decisión.

Veamos otra forma de hacer lo mismo.

Demostración 7B: (si la prueba está disponible)

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud está dando información relevante utilizando lenguaje sencillo y si hace sugerencias en vez de dar órdenes.*

Trabajador en salud	Buenos días. ¿En qué le ayudo?
Madre	No estoy segura de amamantar a mi bebé cuando nazca. Tengo miedo que se contagie el VIH.
Trabajador en salud	Si usted es VIH positiva, existe el riesgo de que se lo transmita al bebé. ¿Se hizo ya el examen?
Madre	No. No sé donde pueden hacerme el examen.

Trabajador en salud	Es mejor saber si uno tiene el VIH o no antes de decidir cómo alimentar a su bebé. Yo le puedo indicar con quien hablar para que le hagan el examen. ¿Le gustaría?
Madre	Sí, me gustaría saber más sobre el examen

Comentario: El trabajador en salud dio la información más importante en el momento- es importante saber si uno tiene el VIH antes de tomar una decisión sobre cómo alimentar al bebé. El trabajador en salud utilizó un lenguaje simple, no juzgó a la madre, y transfirió a la mujer con un consejero de VIH y a un laboratorio para que le realicen la prueba.

•

Demostración 7B: (si no se puede realizar el test)

- *Introduzca la demostración: En esta demostración, observe si el trabajador en salud le está dando información relevante con lenguaje sencillo y si hace sugerencias en vez de dar órdenes.*

Trabajador en salud	Buenos días. ¿En que le ayudo?
Madre	No estoy segura de amamantar a mi bebé cuando nazca. Tengo miedo que se contagie el VIH.
Trabajador en salud	Si usted tiene el VIH existe un riesgo de pasarle el VIH a su bebé. No hay el test de VIH aquí para averiguar si usted tiene el virus. Cuando uno no sabe si tiene o no el VIH y no hay donde hacerle el estudio, es recomendable que amamante a su bebé.
Madre	Oh, yo no sabía eso.
Trabajador en Salud	Así es, dando solo pecho materno sin agua, ni mates u otra leche, durante los 6 primeros meses protege a su bebé de muchas otras enfermedades como diarrea.

Comentario: El trabajador en salud dio la información más importante y relevante en el momento – que si no sabemos si una madre es VIH positiva, la lactancia exclusiva es la recomendación. El trabajador en salud utilizó lenguaje sencillo, no juzgó a la madre. Es posible que esta mujer y el trabajador en salud continúen la conversación y discutan más información.

Programar una visita de seguimiento y apoyo continuo

- Generalmente la madre tiene aún preguntas y dudas que no ha podido comentar con el trabajador en salud por el poco tiempo. O tal vez encuentre un obstáculo a la práctica que la madre ha decidido modificar, por ello es importante el apoyo continuo y fijar una cita de control.
 - Conocer el tipo de ayuda que le pueden brindar en su familia y sus amigos.
 - Fijar una fecha para control
 - Alentar a la madre a buscar ayuda apenas tenga dudas o preguntas.
 - Referir a la madre a un grupo de apoyo en lo posible.
 - Referir a la madre si se necesita mayor orientación.
- Muchas mujeres no pueden hacer lo que quieren o lo que se les sugiere hacer. Es importante considerar la situación de la mujer en su hogar. Los miembros de la familia, el ingreso económico de la familia, el tiempo, la salud de la madre y las prácticas comunes en la familia y comunidad son influencias importantes sobre la madre.

- Recuerde, usted no debe tomar decisiones por la madre u obligar a la madre a hacer lo que a usted le parece mejor. Usted puede escuchar a la madre, incrementar su confianza para que pueda decidir que es lo mejor para ella y su bebé.

2. Práctica de las habilidades de comunicación

30 minutos

Divida a los participantes en pequeños grupos o en pares y explique que cada grupo hará los ejercicios en la hoja de trabajo.

Cada ejercicio es un ejemplo y a continuación, un ejercicio para que complete el grupo. Lea el primer ejemplo y verifique que los participantes comprendan que tienen que hacer.

Pida a los otros facilitadores que circulen entre los grupos durante la actividad para verificar que los participantes entiendan la actividad y la habilidad. En cada grupo pequeño el facilitador puede explicar los otros ejemplos cuando el grupo pequeño haya terminado. Pida a los participantes que digan las palabras mientras las escribe.

Dales cerca de 25 minutos para la hoja de trabajo.

A final de la práctica, resuma la sesión y responda a las preguntas. No necesita que el grupo revise todos los ejercicios para corregirlos.

Esta es una parte vital para el curso, puesto que los trabajadores de salud adoptan nuevas formas de comunicarse con las madres. Es posible que se asigne tiempo extra para esta habilidad.

Sesión 2 Resumen

La comunicación involucra escuchar y construir la confianza y no solo dar información.

Escuchar y aprender

- Usar comunicación no verbal útil
- Realizar preguntas abiertas
- Mostrar interés y repetir lo que la madre dice
- Demostrar con énfasis que comprende sus sentimientos.
- Evitar palabras que juzguen a la madre

Dar Confianza y Dar Apoyo

- Aceptar lo que la madre piensa y cree
- Reconocer y felicitar a la madre por lo que estuvieran haciendo bien.
- Dar ayuda práctica
- Dar información relevante en pequeñas dosis utilizando lenguaje comprensible
- Hacer una o dos sugerencias, no órdenes

Arreglar el seguimiento y apoyo pertinente a la situación de la madre

Aceptar lo que piensa la madre:

Señale con una flecha para señalar como se acepta, se está de acuerdo con una idea errónea, o está en desacuerdo con el criterio de la madre.

Ejemplo:

Madre “Le doy sorbos de agua cuando hace calor.”

Respuesta:

“¡Eso no es necesario!” “La leche tiene suficiente agua.” → De acuerdo (con la idea errónea)
 “Si, los bebés necesitan agua cuando hace calor.” → Desacuerdo
 “¿Usted siente que el bebé necesita agua si hace calor?” → Aceptando

Señale con una flecha para calificar la respuesta al comentario de la madre:

Madre: “Mi bebé tiene diarrea, así que no le estoy dando pecho hasta que se sane.”

Respuesta:

“¿No quiere darle pecho ahora?” → Tipo de respuesta Aceptando (idea errónea)
 “Es bastante seguro dar pecho cuando el bebé tiene diarrea.” → Desacuerdo
 “Es mejor suspender el pecho durante la diarrea.” → Aceptando

Madre: “La primera leche no es buena, necesito esperar hasta que se pierda”

Respuesta:

“La primera leche es muy importante para el bebé.” → Tipo de respuesta De acuerdo (con la idea errónea)
 “Usted piensa que la primera leche no es buena para el bebé.” → Desacuerdo
 “En uno o dos días la primera leche desaparecerá.” → Aceptando

Dar información relevante con palabras sencillas:

Escriba nuevamente la oración utilizando palabras de fácil comprensión para la madre

Ejemplo:

“Usted puede reconocer que la hormona ocitocina está funcionando si advierte que hay reflejo de eyección:

“Usted puede notar cuando el otro pecho gotea al hacer mamar a su bebé. Este es un signo de que la leche le está bajando bien.”

Cambie estas oraciones y hágalas comprensibles para la madre:

“La lactancia exclusiva provee todos los nutrientes que su bebé necesita en los primeros 6 meses.”

La lactancia solamente es todo lo que su bebé necesita para su crecimiento y desarrollo en los primeros meses

“Las inmunoglobulinas en la leche humana le proveen de protección de las infecciones virales y bacterianas”

Su leche le ayuda a proteger a su bebé de las enfermedades.

Ofrecer sugerencias, no dar órdenes:

Escriba nuevamente cada instrucción cambiando a sugerencia en vez de orden.

Ejemplo:

“No dé a su bebé sorbos de agua.” (orden)

Cambie a sugerencia:

“¿Ha pensado en darle solo su leche?” (sugerencia)

Cambie cada orden a sugerencia:

“Aproxime más a su bebé al pecho para que saque mas leche.” (orden)

¿Le gustaría aproximarle mas para que agarre más de su pecho en su boca?”

“Dele su pecho más seguido para que aumente su leche.” (orden)

¿Cree usted poder darle más seguido? Esto le ayudaría a hacer mas leche.

“No dé alimentos a su bebé hasta que tenga 6 meses.” (orden)

La mayoría de los bebés no necesitan alimento alguno o agua hasta después de los 6 meses. ¿Le parece que usted podría intentar hacerlo?

Hoja de Trabajo 2.1 Habilidades de Comunicación

Preguntas abiertas:

Para cada pregunta cerrada, **escriba** una nueva pregunta que sea abierta.

Ejemplo

¿Esta amamantando a su bebé? (cerrada) ¿Como está alimentando a su bebé? (abierta)

Escriba nuevamente esta pregunta como una pregunta abierta:

¿Su bebé se alimenta seguido?

¿Tiene algún problema de alimentación?

¿Está ganando peso?

Empatizando con los sentimientos de las madres:

Las siguientes aseveraciones fueron realizadas por la madre. Elija la respuesta que puede mostrar empatía y comprensión de los sentimientos de la madre.

Ejemplo:

Mi bebé mama toda la noche y yo estoy exhausta. -¿Cuántas veces amamanta?
 - ¿Esto sucede cada noche?
 ✓- Usted se siente realmente cansada

Elija la respuesta que muestra empatía

Mi leche parece aguada– no puede ser buena.- La leche materna siempre parece aguada
 - ¿Estás preocupada por tu leche?
 - ¿Cuánto pesa su bebé?

Tengo miedo amamantar en caso que fuera VIH+ -¿Está preocupada acerca del VIH?
 - ¿Se hizo la prueba?
 - Entonces utilice la fórmula.

Evitando palabras que juzguen:

Escriba nuevamente cada pregunta para evitar una palabra que juzgue y también para hacer una pregunta abierta.

Ejemplo:

¿Su bebé está amamantando bien? ¿Cómo está alimentando a su bebé?

Cambie para evitar utilizar una palabra que juzgue:

¿Su bebé llora demasiado en la noche?

¿Tiene usted problemas con la lactancia?

¿Está ganando buen peso?

Aceptando aquello que la madre piensa:

Señale con una flecha la respuesta que está aceptando, está de acuerdo o rechaza la afirmación de la madre.

Ejemplo:

Madre: “Le doy sorbos de agua si hace calor.”

*Respuesta**Tipo de respuesta*

“¡Eso no es necesario! La leche materna tiene agua.”	→ De acuerdo
“Si, los bebés necesitan agua si hace calor”	→ Desacuerdo
“¿Usted cree que el bebé necesita agua si hace calor?”	→ Aceptando

Vincule la afirmación con el tipo de respuesta

Madre: “Mi bebé tiene diarrea, por eso no le estoy amamantando hasta que se sane”

*Respuesta:**Tipo de respuesta*

“¿No quiere darle su leche ahora?”	De acuerdo
“No hace daño amamantar cuando el bebé tiene diarrea.”	Desacuerdo
“Es mejor dejar de amamantar cuando tiene diarrea.”	Aceptando

Madre: “La primera leche no es buena, tengo que esperar hasta que se pierda.”

*Respuesta**Tipo de respuesta*

“La primera leche es muy importante para el bebé”	De acuerdo
“Usted cree que la primera leche no es buena para el bebé.”	Desacuerdo
“La primera leche se irá en solo uno a dos días.”	Aceptando

Dar información relevante utilizando lenguaje comprensible para la madre:

Escriba nuevamente la afirmación utilizando palabras comprensibles para la madre.

Ejemplo:

“Usted sabrá que la ocitocina está funcionando si nota el reflejo de eyección de leche”

Cambie a palabras que sean comprensibles para la madre:

“Usted puede notar que el otro pecho gotea cuando el bebé esta mamando. Este es un signo de que la bajada de leche está funcionando

Cambie a palabras que sean comprensibles para la madre:

“La lactancia exclusiva le provee de nutrientes que su bebé necesita en los 6 primeros meses”

“Las inmunoglobulinas que la leche provee a su bebé, le confieren protección contra infecciones virales y bacterianas.”

Dar sugerencias, no órdenes:

Escriba nuevamente la afirmación como una sugerencia en vez de una orden.

Ejemplo:

“No dé a su bebé sorbos de agua.” (orden)

Cambie a sugerencia:

“¿Ha pensado en darle solo su leche?” (sugerencia)

Cambie cada orden a una sugerencia:

“Aproxime a su bebé para que agarre más pecho” (orden)

“Dele el pecho más seguido, recién aumentara la producción de leche.” (orden)

“No de ningún alimento a su bebé hasta los 6 meses.” (orden)

Sesión 2 Demostración

Corte y entregue las partes relevantes a quienes participan en la demostración.

Demostración 1:

Un participante juega el rol de madre y se sienta en una silla frente al grupo con una muñeca como su bebé, sujetándole en posición de amamantar.

Un facilitador juega el rol de trabajador de salud y dice exactamente las mismas palabras varias veces: “Buenos días, cómo va con la lactancia?” pero las dice, utilizando comunicación no verbal diferente cada vez. ¿Por ejemplo pararse delante de la madre mirándola desde arriba, o sentarse a su lado, y mirar al reloj mientras habla con la madre, o agacharse y tocar al bebé con el dedo (primero indagar si esta manera de tocar es adecuada).

Demostración 2A:

Trabajador de salud	Buenos días. ¿Están bien usted y su bebé?
Madre	Sí, estamos bien.
Trabajador de salud	¿Tiene alguna dificultad?
Madre	No
Trabajador de salud	¿El bebé esta mamando con frecuencia?
Madre	Si

Demostración 2B:

Trabajador de salud	Buenos días. ¿Cómo están usted y su bebé hoy?
Madre	Estamos bien.
Trabajador de salud	Dígame, ¿cómo esta amamantando su bebé?
Madre	Le amamantó seguido y le doy un biberón en la noche.
Trabajador de salud	¿Qué le hizo decidir darle un biberón en la noche?
Madre	Mi bebé se despierta de noche, creo que mi leche no es suficiente.

Demostración 3:

Trabajador de salud	Buenos días, ¿cómo están ambos?
Madre	Yo estoy muy cansada, mi bebé se despierta mucho.
Trabajador de salud	Oh, querida (<i>se ve preocupada</i>)
Madre	Mi hermana dice que no debería seguir despertando de noche, y que yo le estoy acostumbrando mal.
Trabajador de salud	¿Su hermana dice que usted le está acostumbrando mal?
Madre	Sí, mi hermana está siempre comentando cómo le atiendo a mi bebé.
Trabajador de salud	Mmm. (<i>Menea la cabeza</i>)
Madre	No sé por qué tiene que importarle cómo atiendo a mi bebé.
Trabajador de salud	Oh, cuénteme más.

Demostración 4A:

Trabajador de salud	Buen día, (nombre). ¿Cómo están usted y su bebé hoy?
Madre	(Nombre del bebé) no está mamando bien en los últimos días. Estoy muy preocupada.
Trabajador de salud	<i>Yo</i> le comprendo cómo se siente. Cuando <i>mi</i> bebé no mama <i>yo</i> también me preocupo. <i>Yo</i> sé exactamente cómo se siente.
Madre	¿Qué hace <i>usted</i> cuando <i>su</i> bebé no se alimenta?

Demostración 4B:

Trabajador de salud	Buen día, (nombre). ¿Cómo están usted y su bebé hoy?
Madre	(Nombre del bebé) no está mamando bien en los últimos días. No sé qué hacer.
Trabajador de salud	Usted está preocupada por... (nombre).
Madre	Sí, estoy preocupada porque mi bebé puede enfermarse si no mama.

Demostración 5A:

Trabajador de salud	Buen día. ¿Su bebé ha ganado <u>suficiente</u> peso desde la última vez que le pesaron?
Madre	Mmm... no estoy segura, eso creo...
Trabajador de salud	Bueno. ¿Esta amamantando <u>apropiadamente</u> ? ¿Es <i>buena</i> su leche?
Madre	No se...Espero que sí, pero no estoy segura (se ve preocupada)

Demostración 5B:

Trabajador de salud	Buen día. ¿Cómo está creciendo su bebé este mes? ¿Puedo ver su carnet de crecimiento?
Madre	La enfermera dice que ha ganado la mitad de un kilo este mes, así que estoy contenta.
Trabajador de salud	Obviamente está tomando toda la leche que necesita.

Demostración 6A:

Madre	Le doy un biberón a mi bebé cada noche, porque no tengo suficiente leche para ella.
Trabajador de salud	Estoy segura que su leche es suficiente. Su bebé no necesita biberón.

Demostración 6B:

Madre	Le doy un biberón a mi bebé cada noche, porque no tengo suficiente leche para ella.
Trabajador de salud	Sí, un biberón en la noche parece tranquilizar a algunos bebés.

Demostración 6C:

Madre	Le doy un biberón a mi bebé cada noche, porque no tengo suficiente leche para ella.
Trabajador de salud	Ya veo. Usted piensa que no tiene suficiente leche en la noche.

Demostración 7A:

Trabajador de salud	Buen día. ¿Qué puedo hacer por usted?
Madre	No estoy segura si debo amamantar a mi bebé o no cuando nazca. Tengo miedo que se contagie el VIH.
Trabajador de salud	Bueno, la situación es la siguiente: Aproximadamente el 5-15% de las madres que están infectadas por el HIV transmiten el virus por la leche. Sin embargo, la tasa varía en diferentes lugares. Puede ser alta si la madre adquiere la infección recientemente o tiene una carga viral alta o es sintomática de SIDA. Si usted tiene sexo no seguro mientras amamanta, puede contagiarse el VIH entonces habrán posibilidades que le transmita el virus a su bebé. Sin embargo, si no amamanta, su bebé puede estar en riesgo de otra enfermedad potencialmente mortal como infecciones gastrointestinales y respiratorias. Ahora, ha dejado para muy tarde la consejería, así que, si yo fuera usted, yo decidiría...
Madre	¡Oh!.

Demostración 7B:(si la prueba está disponible)

Trabajador de salud	Buen día. ¿Qué puedo hacer por usted?
Madre	No estoy segura si debo amamantar a mi bebé o no cuando nazca. Tengo miedo que se contagie el VIH.
Trabajador de salud	Si tiene el VIH existe riesgo que se pase al bebé. ¿Ya se hizo la prueba?
Madre	No. No sé dónde se puede obtener la prueba
Trabajador de salud	Es mejor conocer si tiene el VIH o no antes de decidir cómo alimentar a su bebé. ¿Puedo darle los detalles de con quien hablar para que le hagan la prueba?
Madre	Sí, Me gustaría saber más de la prueba.

Demostración 7B: (si la prueba no está disponible)

Trabajador de salud	Buen día. ¿Qué puedo hacer por usted?
Madre	No estoy segura si debo amamantar a mi bebé o no cuando nazca. Tengo miedo que se contagie el VIH
Trabajador de salud	Si está infectada con el VIH existe el riesgo que le pase a su bebé. La prueba para saber si tiene usted el VIH no está disponible. Si no está segura si tiene el VIH y no puede hacerse la prueba, se recomienda que amamante a su bebé.
Madre	Oh, No sabía eso.
Trabajador de salud	Si, dándole solo leche materna, sin otros alimentos o agua durante los seis primeros meses, protege a su bebé de muchas otras enfermedades como la diarrea.

SESIÓN 3

PROMOVIENDO LA LACTANCIA DURANTE EL EMBARAZO – PASO 3

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta sesión los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Identificar la información que debe comunicarse a la embarazada; | 20 minutos |
| 2. Explicar que necesita hacer para amamantar, que es efectivo y que no es efectivo | 5 minutos |
| 3. Identificar a las mujeres que necesitan atención especial; | 5 minutos |
| 4. Subrayar la información que necesita abordar con la embarazada que está infectada con el VIH. | 10 minutos |
| 5. Practique sus habilidades de comunicación para abordar la lactancia con la embarazada. | 50 minutos |

Tiempo total de la sesión: 90 minutos

Materiales:

Diapositiva 3/1: madres en la clínica de prenatal,

Diapositiva 3/2: recomendación para las madres infectadas con el VIH

Si es posible, mostrar la foto de dos madres en la clínica prenatal (Diapositiva 3/1) como el póster y dejarle expuesto durante la sesión.

Escriba en el papelógrafo – aceptable, factible, accesible, sostenible y segura, para que la primera letra de cada palabra forme AFASS

La información de cómo obtener consejería en el VIH y la prueba en el área local.

La información sobre cómo se da la consejería en alimentación infantil a la mujer que se hizo la prueba y resultó ser VIH+

La lista prenatal – una copia para cada participante (opcional)

Actividad opcional: Costo de no amamantar – encontrar la información antes de la sesión.

Documentos de lectura para los facilitadores:

La duración óptima de la lactancia exclusiva. Informe de una consulta de expertos. Ginebra, OMS Marzo 2001.

La duración óptima de la lactancia exclusiva, Una revisión sistemática
OMS/FCH/CAH/01.23

Butte, N et al, (2001) *Nutrient Adequacy of Exclusive Breastfeeding for the Term Infant during the First Six Months of Life*. WHO, Geneva

Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. Geneva, WHO Technical Report Series, No. 916

Relacionado con el VIH:

VIH y Consejería en Alimentación Infantil: curso de capacitación OMS/UNICEF/ONUSIDA, 2000

Consejería en Alimentación Infantil Integral: curso de capacitación OMS/UNICEF, 2005

ONUSIDA/UNICEF/OMS. *VIH y Alimentación Infantil: Marco estratégico para acciones Prioritarias* (2003)

VIH y Alimentación Infantil-Guía para los tomadores de decisión (actualizado 2003)

Pautas para los gerentes de salud y supervisores (actualizado 2003)

Revisión de la transmisión del VIH a través de la leche materna (actualizado 2004)

OMS/UNICEF/USAID. *Apoyo para Consejería en VIH y alimentación infantil* (2005)

Los consejeros que utilizan los instrumentos deben recibir capacitación específica a través de cursos como el de la OMS/UNICEF *Consejería en Lactancia: Curso de capacitación*, y el OMS/UNICEF/ONUSIDA *VIH y Alimentación Infantil: Curso de capacitación*, o el de la OMS/UNICEF *Consejería en Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño: Curso integrado*.

El curso contiene las partes siguientes:

- Un rotafolio (ISBN 92 4 159249 4) que se utiliza en la consejería con embarazadas y madres infectadas con el VIH.
- Volantes. El consejero debe utilizar los volantes relevantes, de acuerdo a la decisión de la madre, para enseñarle, y pueda la madre utilizarlo como un recordatorio en su hogar.
- Una guía de referencia (ISBN 92 4 159301 6) que provee de los detalles más técnicos y prácticas que las cartillas de consejería. Los consejeros pueden utilizarla como un manual.

Información adicional para situaciones de emergencia:

Guiding principles for feeding infants and young children during emergencies. Department of Nutrition for Health and Development, WHO 2003.

Alimentación Infantil en Emergencias. Nutrition Unit, WHO European Office 1997

Infant Feeding in Emergencies, Module 1, Emergency Nutrition Network

<http://www.enonline.net/>

Información adicional relacionada a los riesgos del uso de fórmula

Guías para la preparación, almacenamiento y manipulación seguras de la fórmula infantil en polvo. Seguridad Alimentaria, OMS (2007)

- Como preparar fórmula infantil en polvo en establecimientos de atención
- Como preparar fórmula para uso en el hogar

Introducción

- *Exhibición de Fátima y Miriam- Diapositiva 3/1 ó el póster y presente a las “madres del cuento”.*

Es importante que podamos aplicar la teoría a la práctica diaria. Por ello, en este curso utilizamos la historia de dos mujeres, Fátima y Miriam⁶ quienes acuden al establecimiento de salud. Fátima está esperando su primer bebé y Miriam está esperando su segundo bebé. Seguiremos a Fátima y Miriam durante su embarazo, el nacimiento de sus bebés y los primeros días después del nacimiento y veremos las situaciones y las prácticas que encuentran.

A medida que transcurre el curso, piense cómo una madre o bebé verían la información y las prácticas que se analizan.

1. Abordaje de la lactancia con la embarazada 20 minutos

- El Paso 3 de los Diez Pasos para una lactancia exitosa establece:
Informar a la embarazada de los beneficios y manejo de la lactancia.
- En muchas culturas, las mujeres asumen que amamantarán, mientras que en otras culturas, donde los sucedáneos de la leche están ampliamente difundidos y promovidos, la mayoría de las mujeres deciden antes del nacimiento si van a amamantar o no. Es importante que los trabajadores de salud eduquen a las mujeres acerca de la lactancia, tan pronto como sea posible e identifique a las madres y bebés que pueden estar con riesgo tener dificultades en el amamantamiento.
- Para tomar una decisión informada, acerca de la alimentación de su bebé, la mujer necesita:
 - Información que sea correcta y factual acerca de la importancia de la lactancia y los riesgos de la alimentación de sustitución – no la opinión personal del trabajador de salud o de la compañía de fórmula.
 - Comprensión de la información en su situación individual – esto significa dar la información comprensible a la mujer y analizar esta información en el contexto de su situación.
 - Confianza, que significa, construir la confianza de la mujer en su capacidad de amamantar exclusivamente. Si no está amamantado, ella necesita la confianza para encontrar un método alternativo de alimentación que sea lo más seguro posible en su situación.
 - Apoyo para cumplir con la alimentación que ha escogido. Esto incluye apoyarla para que alimente a su bebé exitosamente y supere cualquier dificultad.
- La mujer necesita creer que puede cumplir con su decisión. No es suficiente para el trabajador de salud pensar que ya ha dado suficiente información o apoyo. el trabajador de salud necesita comprobar con la mujer que su información y necesidad de apoyo estén satisfechas.

Fátima y Miriam están en la clínica prenatal. Mientras ellas esperan, una enfermera está hablando con un grupo de mujeres embarazadas sobre la alimentación de su bebé. Fátima y Miriam escuchan la charla.

⁶ Utilice los nombres más apropiados culturalmente.

Charla de Grupo durante el embarazo

Pregunte: ¿Cuáles, en su opinión, son los puntos principales que se deben mencionar en una charla de alimentación de un bebé?

Espere que los participantes respondan.

Dar una charla de grupo prenatal

- Durante una charla en grupo a mujeres embarazadas, se puede preguntar a aquellas que han amamantado acerca de su experiencia e identificar causas por las cuales hubiesen tenido problemas y como prevenirlos
- Las mujeres embarazadas pueden recibir mayor información en cuanto a la lactancia, por ejemplo utilizando muñecas para mostrarles como colocar al bebé para amamantar
- *El facilitador presenta la siguiente información como si estuviera dando una charla a un grupo de embarazadas.*

Por qué la lactancia es importante.

- La lactancia es importante para los niños, las madres y las familias. La lactancia protege la salud del bebé. Los niños no amamantados son más:
 - Enfermos o se mueren de infecciones como la diarrea, infecciones gastrointestinales, e infecciones respiratorias.
 - De bajo peso o no crecen bien, si viven en circunstancias pobres.
 - Con sobrepeso y con tendencia a tener problemas cardíacos, si viven en un ambiente de ricos.
- La lactancia es importante para las madres. Las mujeres que no amamantan tienen:
 - Más tendencia a desarrollar anemia y a retener la grasa depositada en el embarazo, que puede resultar en obesidad.
 - Más probabilidad de embarazarse muy pronto después del nacimiento de su bebé.
 - Más riesgo de desarrollar cáncer de mama
 - Más riesgo de tener fracturas de cadera a mayor edad.
- Además:
 - La leche materna está disponible. No se tiene que comprar, no necesita preparación ni almacenamiento.
 - La lactancia es simple, no requiere de equipos ni de preparación.
 - Si el bebé no es amamantado, necesitará comprar leche y necesitará el tiempo suficiente para preparar la alimentación, y mantener el equipo de alimentación limpio.
 - Si un bebé no es amamantado, habrá una pérdida de ingreso por ausencia de uno de los padres al trabajo cuando cuide al niño enfermo.
- La leche de la madre es todo lo que el bebé necesita:
 - La lactancia exclusiva se recomienda firmemente hasta los seis meses. El bebé no necesita agua, otros líquidos o alimentación durante este tiempo.
 - La lactancia continua siendo importante después de los seis primeros meses, cuando ya se dan otros alimentos al bebé.
 - La leche de una madre es especialmente apropiada para su propio bebé y cambia día a día, mes a mes, y de mamada a mamada, para cubrir las necesidades de su bebé. El bebé aprende a conocer el sabor de las comidas de la familia a través de

los sabores de la leche materna.

- La leche de la madre es única, (especial). La leche humana es un fluido vivo que protege activamente contra la infección. La fórmula artificial no da protección alguna en contra de las infecciones.

Las prácticas que pueden ayudar a que la lactancia vaya bien.

- Las prácticas del hospital pueden ayudar a que la lactancia vaya bien. Estas prácticas incluyen:
 - Tener un acompañante durante el trabajo de parto, que puede ayudarle a sentirse más cómoda y a tener control,
 - Evitar intervenciones en el trabajo de parto y el parto tales como sedación del dolor y cesárea, a no ser que sea médicamente necesario,
 - Tener contacto piel a piel inmediatamente después del nacimiento, que mantiene al bebé caliente, y le permite un comienzo temprano para la lactancia.
 - Mantener al bebé a su lado, (alojamiento conjunto: misma habitación –misma cama), así será fácil alimentar a su bebé y estará seguro.
 - Aprender los signos de hambre en su bebé, para que su alimentación sea guiada por su bebé y no por un horario,
 - Alimentar frecuentemente, que ayuda a tener una buena producción de leche.
 - Lactancia exclusiva sin suplementos, biberones, o chupones artificiales.
- Es importante aprender cómo colocar el bebé al pecho y cómo debe agarrar el pecho para amamantar, y un miembro del personal le ayudara apenas el bebé nace. La mayoría de las madres pueden amamantar y la ayuda está disponible si se necesita.⁷.

La información sobre la prueba del VIH

- A todas las mujeres embarazadas se les ofrece la consejería voluntaria y confidencial sobre la prueba del VIH. Si una mujer está infectada con el VIH existe un riesgo de transmisión del bebé durante el embarazo y parto, así como durante la lactancia. Si la mujer sabe que está infectada con el VIH, entonces puede tomar una decisión informada.
- Cerca del 5-15% de bebés (uno en 20 a uno en siete) nacidos de mujeres infectadas con VIH serán infectados con el VIH a través de la lactancia⁸. Esto significa que la mayoría de bebés nacidos de mujeres infectadas no serán infectados a través de la lactancia.
- En algunas localidades, el riesgo para el niño de enfermedad y muerte por no haber amamantado exclusivamente es mayor al riesgo de transmisión del VIH por la lactancia. Una de las razones por las cuales la consejería individual es tan importante es porque da a las madres la información que necesitan conocer para tomar una decisión informada acerca de cómo alimentar a su bebé en su propia situación.
- La mayoría de las mujeres no están infectadas con el VIH. La lactancia se recomienda para:
 - las mujeres que no conocen su condición de VIH
 - mujeres que no están infectadas con VIH

Apoyo se encuentra disponible

- Mayor información está disponible y la mujer embarazada o madre puede discutir cualquier pregunta con un miembro del personal.

⁷ Se analizarán estas prácticas en las siguientes sesiones de este curso.

⁸ Para estimar el porcentaje de lactantes en riesgo a través de la lactancia en la población, multiplicar la prevalencia del VIH por 15%. Por ejemplo, si 20% de las embarazadas están infectadas con el VIH, y cada mujer amamanta, cerca del 3% de los lactantes pueden ser infectados por la lactancia. (*Alimentación Infantil en Emergencias, Módulo 1*)

- Un miembro del personal calificado estará disponible para ayudar con la lactancia después de que el bebé haya nacido.
- Antes de que la madre deje el establecimiento de salud, se le indicará como encontrar ayuda y apoyo continuos con el amamantamiento de su bebé.

Concluya la charla. Pregunte si hay alguna pregunta o punto que quisieran discutir

Conversación individual durante el embarazo

Fátima va a su control prenatal para ver a su proveedor. Él o ella no saben si Fátima escuchó la charla grupal sobre lactancia y si ella tiene preguntas.

Pregunte: ¿Cómo puede averiguar el proveedor de control prenatal si la embarazada conoce la importancia de la lactancia o tiene alguna pregunta?

Espera que los participantes respondan.

Inicie la discusión con una pregunta abierta.

- Comience con una pregunta abierta como:
“¿Qué sabe acerca de la lactancia?”
Este tipo de pregunta abierta le da una oportunidad de reforzar la decisión de amamantar, analizar las barreras que la mujer ve para amamantar, o discutir los problemas que la mujer pudo haber tenido con la lactancia previamente.

Pregunte: Si usted preguntara algo como “¿Va a amamantar?” o “¿Cómo piensa alimentar a su bebé?” ¿Que podría responder una madre?

Espera que los participantes respondan.

- Si usted hace una pregunta como “¿Va a amamantar a su bebé?” es difícil que continúe la discusión si la mujer embarazada dice que no va a amamantar.

Use sus habilidades de comunicación para continuar la discusión.

- Deje que la embarazada aborde sus preocupaciones individuales e inquietudes acerca de la alimentación de su bebé. Es importante que la discusión sea en dos sentidos, entre la mujer embarazada y el trabajador de salud, antes que dar una conferencia a la madre.
- Si los comentarios de la madre le sugieren que la mujer ya sabe mucho sobre la lactancia inmediata y exclusiva, usted puede reflejar y reforzar su conocimiento. No necesita darle información que la mama ya conoce.
- La decisión de la madre sobre cómo amamantar puede ser influenciada por el padre del bebé, su propia madre u otro miembro de la familia. Puede ser útil preguntar: “¿Que personas están cerca suyo que le apoyaran si usted decide amamantar a su bebé?” Usted puede sugerir que un miembro de la familia que es importante para la mujer puede venir con ella para aprender más sobre cómo alimentar a su bebé.

La discusión prenatal es una parte importante de la atención

- La discusión individual sobre lactancia no necesita ser larga. Una discusión corta de tres minutos puede lograr mucho.

- La embarazada puede ver diferentes trabajadores de salud durante su atención prenatal. Todos los trabajadores de salud tienen un rol en la promoción y apoyo de la lactancia. Algunos hospitales pueden utilizar una lista de control ⁹ en la historia clínica de la madre donde se registra la conversación con la madre y se resalta aquello que debe abordarse en la próxima visita.
- *(Opcional) De a los participantes una copia de la Lista de Control prenatal y analizar si sería útil en su propio entorno de trabajo.*

2. Preparación prenatal del pecho y del pezón

5 minutos

Fátima le dice que su vecino le dijo que debe prepararse los pezones para amamantar porque los pechos de algunas mujeres no son buenos para amamantar.

Pregunte: ¿Qué le puede decir a Fátima que está preocupada porque su pecho sea adecuado para la lactancia?

Espera la respuesta de los participantes.

Asegure a la mujer que la mayoría de las mujeres amamantan sin problemas.

- Otras partes del cuerpo, como oídos, nariz, dedos, o pies, vienen en varias formas y tamaños, y nadie pregunta si las orejas grandes escuchan mejor que las pequeñas. Los pechos y pezones pueden verse diferentes y aun funcionar perfectamente bien, excepto en casos muy raros.
- Las prácticas prenatales como usar un sostén, usar cremas, realizar masajes de pecho o ejercicios de pezón, o usar pezoneras, no ayudan a la lactancia.
- Las prácticas tales como el ‘endurecimiento’ de los pezones mediante el masaje con una toalla, o poner alcohol en los pezones, o estirar excesivamente los pezones no son necesarias, y pueden dañar la piel y los pequeños músculos que apoyan la lactancia y no deben alentarse.
-

Mayor información para el Trabajador de salud:

- El examen de mamas durante el embarazo puede ser útil para:
 - Mostrar a la madre cómo están aumentando de tamaño, que hay más flujo de sangre hacia ellos y cambios en la sensibilidad, y cómo estas son señales que su cuerpo se está preparando para amamantar,
 - Revise si existe alguna cirugía previa en tórax o pecho, algún trauma o problema (ej. nódulos en mama),
 - Hablar a la madre acerca del auto examen de pecho y porque puede ser útil.
- El examen de mama durante el embarazo puede ser peligroso si se utiliza para juzgar los pechos de la madre como adecuado o inadecuado para la lactancia. Es muy raro que una mujer sea capaz de amamantar debido a la forma de sus pechos o pezones.
- La preparación ideal es usar el tiempo para discutir con la mujer, sus conocimientos, creencias y sentimientos acerca de la lactancia y para construir la confianza de la mujer en su habilidad para amamantar exclusivamente a su bebé.

⁹ Se adjunta un ejemplo de Lista de Verificación de prenatal al final de la sesión

3. Mujeres que necesitan atención adicional

10 minutos

Pregunta: ¿Cuales embarazadas necesitarán la consejería adicional y apoyo para alimentar a su bebé?

Espere algunas respuestas.

- Identifique a las mujeres con inquietudes especiales. Ayúdeles a hablar acerca de los problemas que pueden afectar sus planes acerca de la alimentación de su bebé. Ofrecer hablar con miembros de familia importantes, porque pueden apoyar a la mujer. Una mujer necesita consejería especial y apoyo si:
 - Tuvo dificultades para amamantar un bebé previo y abandonó la lactancia para iniciar la leche artificial, o nunca inició la lactancia.
 - Debe permanecer fuera de su hogar por cierto tiempo porque trabaja o porque está asistiendo a la Universidad. Asegure a la mujer que puede amamantar aun si se separaciones de su bebé.¹⁰
 - Tiene dificultades en la familia. Ayude a identificar a los miembros de familia que no apoyan y cíteles para que compartan sus inquietudes.
 - Está deprimida.
 - Está aislada, sin apoyo social.
 - Es muy joven o es soltera.
 - Tiene la intención de abandonar a su bebé para la adopción.
 - Tuvo cirugía previa de mama o trauma, que puede interferir con la producción de leche.
 - Tiene enfermedad crónica o necesita medicación¹¹
 - Es de alto riesgo para el bebé que necesita atención especial después del nacimiento o embarazo general.
 - Se hizo la prueba y se sabe que está infectada con el VIH
- No existe generalmente necesidad de suspender la lactancia de un bebé mayor durante un embarazo siguiente. Si la mujer tiene antecedentes de parto prematuro o experimenta contracciones uterinas mientras amamanta, debe consultar con su doctor. De manera similar a las embarazadas, la madre que esta amamantando y embarazada necesita cuidarse mucho, esto es alimentarse bien y descansar. Algunas veces los pechos se sienten más turgentes, o la leche parece disminuir a mediados del segundo trimestre del embarazo, pero estas no son razones por sí mismas para suspender la lactancia.
- Si hay una escasez de alimentos en la familia o no, la leche de la madre puede ser la mayor parte de la dieta del niño. Si se suspende la lactancia, el bebé pequeño puede estar en riesgo, especialmente si no existen alimentos de origen animal en la dieta. Alimentar a la madre es la forma más eficiente de nutrir a las madres, al bebé aún no nacido y al bebé que está amamantando. El cese brusco de la lactancia debe evitarse siempre.
- Si la mujer embarazada siente que la lactancia exclusiva es imposible de lograr, hable con ella acerca de por qué siente que la lactancia es imposible. Usted puede sugerir que comience con la lactancia exclusiva. Si es muy difícil que ella continúe en sus condiciones, entonces algo de lactancia es mejor a nada de lactancia. Sin embargo cuando la mujer está infectada con el VIH, la alimentación mixta ha demostrado causar mayor transmisión de VIH que la lactancia exclusiva.

¹⁰ Continuar con la lactancia aun si hay separación, se discutirá en la Sesión 11.

¹¹ Enfermedad materna y lactancia, se discute en la Sesión 13.

- Si una madre no está amamantando por una razón médica como el VIH o por decisión informada propia, entonces es importante que sepa cómo alimentar a su bebé. Estas mujeres necesitan apoyo individual acerca de la alimentación de sustitución, y la orientación sobre cómo preparar esta alimentación.

4. Discusión prenatal con mujeres que infectadas por el VIH 10 minutos

- Ofrecer a todas las embarazadas la consejería y la prueba voluntaria para el VIH. Las mujeres que se hacen la prueba y resultan infectadas con el VIH necesitan de atención y cuidado adicional durante el embarazo.

Pregunte: ¿Como podría conseguir una mujer embarazada prueba y consejería para el VIH en esta área?

Espera a que los participantes respondan. Proporcione mas información si fuese necesario.

- Cuando la mujer se hace la prueba y está infectada por el VIH, la recomendación concerniente a la alimentación infantil es la siguiente:
- *Mostrar la Diapositiva 3/2*

Recomendación sobre alimentación infantil para la mujer infectada con el VIH

La lactancia materna exclusiva esta recomendada para mujeres infectadas por el VIH durante los primeros seis meses de vida, a menos que la alimentación de sustitución sea aceptable, factible, accesible, sostenible y segura para ellas y sus niños antes de cumplir este tiempo..

Cuando la alimentación de sustitución es aceptable, factible, asequible, sostenible y segura se recomienda que las madres infectadas por el VIH no amamanten en lo absoluto.

- Todas las mujeres infectadas por el VIH necesitan la consejería que incluya: **información** acerca de los riesgos y beneficios de diferentes opciones de alimentación, **guía** Para seleccionar la mejor opción de alimentación en su situación y apoyo para cumplir con su elección.
- Idealmente, una mujer recibe la primera orientación sobre alimentación infantil durante la atención prenatal, aunque es posible que algunas mujeres no quieran conocer su condición de VIH hasta que den a luz o hasta que sus bebés tengan algunos meses de edad.
- *Muestre el papelógrafo con el AFASS escrito en él.*
- Si después de la consejería una mujer que está infectada con el VIH decide que la alimentación de sustitución para ella es aceptable, factible, asequible, segura, y sostenible (AFASS), entonces necesitan la ayuda para aprender cómo obtener, preparar, guardar y administrar el alimento al bebé. Ella debe aprender antes que nazca su bebé, para que ella esté lista para darle esta alimentación a su bebé apenas nazca.
- La mujer que no planea amamantar necesita analizar;
 - Que son los alimentos opcionales, y cuáles son aceptables, factibles, asequibles, sostenibles y seguras en su situación;

- Que necesitara para usar el método que elija – fuente de leche, agua, equipo, costo, tiempo;
- Si se utilizara la fórmula comercial, la diferencia entre los tipos de fórmula y que tipos son los indicados para su bebé;
- Si se utilizara una fórmula preparada en la casa, ¿cuáles son las fuentes de leche posibles y son convenientes y seguras?
- ¿Existe dotación de agua accesible y segura para la familia? Si no es segura, que tipo de agua puede usar la madre?
- El agua necesitara hervirse para mezclar la fórmula, también se necesita agua caliente para lavar el equipo. ¿Existe combustible disponible?
- ¿Cómo se limpiará el equipo?
- ¿Quién le ayudará a preparar y dar la fórmula y cuándo aprenderá a hacer estas cosas?
- La mujer que está infectada con el VIH necesitará saber que debe evadir el uso de la alimentación mixta y cuidar sus pechos hasta que la leche desaparezca¹².
- Si la alimentación de sustitución no es posible, la madre no debe intentarla. Debe considerar la “lactancia segura”, que significa lactancia exclusiva, seguida de una transición segura a la alimentación de sustitución exclusiva. Una madre puede decidir extraerse la leche y tratarla por calor para matar el VIH. Si una mujer decide optar por la “lactancia segura”, necesitara ayuda y la guía para saber cómo hacerlo.
- Algunas mujeres decidirán amamantar exclusivamente, y luego suspenderla apenas el método alternativo sea aceptable, factible, asequible, sostenible y seguro en su situación.
- La lactancia materna exclusiva conlleva menor riesgo de transmisión del VIH que la alimentación mixta.

Pregunte: ¿Donde puede una mujer infectada con el VIH obtener la consejería en alimentación infantil en esta área local?

Espere las respuestas y de la información de acuerdo a la necesidad.

La información detallada en la consejería a la mujer infectada por el HIV, sobre cómo ayudarle a decidir por la opción de alimentación como y enseñarle como usar esta opción, se cubre en el curso de la OMS/ UNICEF: *Consejería en Alimentación de Lactante y del Niño Pequeño: Curso integrado*. Existe disponibilidad de material didáctico para dar la consejería a la mujer infectada con VIH para todo el personal capacitado en consejería de alimentación infantil.

5. Discutir la lactancia con una mujer embarazada

50 minutos

Explicar la actividad – 5 minutos

Después los participantes tendrán una práctica clínica en la cual hablarán con una embarazada. Esta actividad es la preparación para la sesión clínica.

Dividir a los participantes en grupos de tres. Una persona juega el rol de “mujer embarazada” una persona es el trabajador de salud, y la tercera es el ‘observador’. El trabajador en salud escucha a la embarazada sus puntos de vista e inquietudes respecto a la lactancia. El trabajador de salud discute con la embarazada la importancia de la lactancia y algunas prácticas que ayudaran a establecer la lactancia en los primeros días.

¹² Atención del pecho para una mujer que no amamanta se abordara en una sesión posterior.

La lista de comprobación del prenatal, puede ayudarle al trabajador a recordar los puntos de discusión.¹³

El ‘observador’ debe escribir y anotar cuando el “el trabajador de salud” utiliza:

- Preguntas abiertas para alentar a la mujer que hable,
- Responda a la mujer reflejando, alabando y utilizando otras habilidades de consejería que sean apropiadas,
- Provee de información correcta de manera que es fácil de entender la importancia de lactancia para la madre así como para el bebé, y alguna información de porque se recomiendan algunas prácticas,
- Ofrece la oportunidad de que la mujer pregunte o analicen mayor información.

Entonces las tres personas analizan las habilidades utilizadas y la información vertida.

Práctica en pares – 30 minutos

Cada 5 minutos, pida a los participantes el cambio de los roles para que todos ejerciten estas habilidades. Los facilitadores estarán supervisando el trabajo de los grupos para verificar que estén manejando la actividad adecuadamente.

Discusión de clase – 10 minutos

¿Cómo pueden las mujeres hablar de lactancia si existe tan poco tiempo en el prenatal o si la mujer no asiste a estos servicios?

¿Cuándo deben darse las charlas de grupo?

¿Si se dan las charlas de grupo en prenatal, cómo pueden los servicios prenatales asegurarse que las mujeres embarazadas escuchen todo lo que necesitan saber acerca de alimentar a sus bebés?:

¿Qué le dice a una mujer que se hizo la prueba del VIH y es positiva, acerca de alimentar a su bebé?

¿Qué hace si una mujer no quiere escuchar la información?

- *Pregunte si existen preguntas. Después resuma la sesión.*

¹³ La lista de comprobación de Prenatal se adjunta al final de la sesión.

Sesión 3 Resumen

- La mujer embarazada necesita comprender que:
 - la lactancia es importante para ella y el bebé;
 - se recomienda la lactancia exclusiva por 6 meses;
 - la lactancia frecuente, continua siendo importante después de haber añadido la alimentación complementaria.
 - las prácticas tales como el contacto precoz, piel a piel después del nacimiento, inicio de la lactancia inmediata, alojamiento conjunto, lactancia a demanda, buena posición y agarre, y lactancia exclusiva sin suplementos son beneficiosas y pueden ayudar a establecer la lactancia;
 - el apoyo está disponible para ella.
- La preparación prenatal es la que construye la confianza de la mujer en su habilidad para amamantar. La preparación del pecho y pezón no se necesitan y pueden ser dañinas.
- La mujer necesita atención adicional si tiene experiencias previas negativas de lactancia o están en riesgo de dificultades.
- Ofrecer a todas las embarazadas la prueba voluntaria y confidencial de la prueba de VIH y la consejería.
- Una mujer que está infectada por el VIH necesita la consejería individual para ayudarle a decidir la mejor forma de alimentar a su bebé que sea aceptable, factible, asequible, sostenible y segura (AFASS) en sus circunstancias.

Sesión 3 Revisión de Conocimiento

Cite dos ejemplos de porqué la lactancia es importante para el niño.

Cite dos ejemplos de porqué la lactancia es importante para la madre.

¿Que información necesita usted para con la embarazada que le ayudara a alimentar a su bebé?

¿Citar dos prácticas prenatales que son útiles para la lactancia y otras prácticas que son peligrosas.

Si una mujer se hizo la prueba para el VIH y está infectada con el VIH, ¿dónde puede encontrar la consejería?

Lista de verificación Prenatal – Alimentación Infantil

Todo lo siguiente debe abordarse con todas las embarazadas de 32 semanas de embarazo. El trabajador de salud que cumple con la actividad debe firmar y poner la fecha.

Nombre:

Fecha probable del parto:

Tópico	Se abordó el tema o la madre declinó la discusión	Firmado	Fecha
Importancia de la lactancia exclusiva para el bebé (protege contra muchas enfermedades tales como las infecciones respiratorias, diarrea, infecciones de oído, ayuda al bebé a crecer y desarrollarse bien, satisface todas las necesidades de los bebés hasta los seis meses. Los bebés que no amamantan están en mayor riesgo de enfermedad.)			
Importancia de la lactancia para la madre (protege contra el cáncer de mama, y fracturas de cadera en edades posteriores, ayuda a la madre a formar una relación cercana con el bebé, la leche artificial cuesta más dinero.)			
Importancia del contacto inmediato piel a piel después del nacimiento (mantiene al bebé caliente y tranquilo, promociona el apego, ayuda al inicio de la lactancia)			
Importancia de la buena posición y agarre (buena posición y agarre le ayuda al bebé a obtener más leche, le ayuda a la madre a evitar las grietas en el pezón, el dolor. Se encuentra ayuda para amamantar en...)			
Lograr que la lactancia tenga un buen comienzo - Lactancia guiada por el bebé - Conocer cuando el bebé está obteniendo leche suficiente - Importancia del alojamiento conjunto/mantener al bebé cerca. - Problemas al utilizar biberones y chupones artificiales.			
No se necesita otro alimento o bebida durante los seis meses – sólo leche materna Importancia de continuar la lactancia después de los 6 meses mientras se da otros alimentos			
Riesgos y peligros de no amamantar - pérdida de protección de enfermedades agudas y crónicas - contaminación, errores de preparación , - costos, - dificultad para revertir la decisión de no amamantar			

Se discuten otros puntos y la necesidad de seguimiento o referencia:

Información Adicional - Sesión 3

Educación prenatal

- La educación prenatal es especialmente importante si las estadías en la maternidad son menores a 24 horas debido a que es poco tiempo después de nacimiento para aprender acerca de la lactancia. Durante las visitas prenatales, los trabajadores de salud pueden averiguar que saben de lactancia y empezar a ayudarles con el manejo de lactancia.
- Es más, la mujer necesita tener confianza en poder amamantar. Esto significa hablar respecto a las inquietudes que ella tiene, y hablar acerca de las prácticas que ayudara establecer la lactancia.
- Las mujeres embarazadas no son niños en la escuela que necesitan a un profesor en frente de la clase. Los adultos aprenden mas cuando la información es relevante a sus necesidades, pueden vincular esta información con otra que ya conocen, y pueden hablar con otras en su grupo. La discusión de grupo también puede ser útil para que surjan los problemas culturales tales como la vergüenza frente al hombre, temor a perder la figura, preocupación de no poder separarse del bebé si están amamantando, que piensan los padres/parejas y para equilibrar el trabajo fuera o dentro el hogar con la lactancia. Es mejor analizar como parte de un grupo de pares que en una conversación de uno a uno con el trabajador de salud.
- Recordar incluir a las mujeres que están internadas durante su embarazo en las discusiones individuales o en grupo.
- Si el bebé necesita atención especial después del nacimiento, por ejemplo, si se espera un parto prematuro, es bueno hablar con la mujer embarazada más acerca de la importancia de amamantar a su bebé y apoyo que está disponible para que ella reciba ayuda para alimentar a su bebé en cuidados especiales.
- Lamentablemente, algunas mujeres no acuden a muchas sesiones de preparación prenatal, y cuando lo hacen tienen poco tiempo para la discusión.
- Si la mujer pide, se le puede dar información sobre la diferencia entre la leche humana y la fórmula infantil¹⁴, el costo de utilizar fórmula y la necesidad de aprender a preparar la fórmula de manera segura si esta se utiliza.
- Una sesión de grupo prenatal NO es el lugar para que se enseñe la preparación de fórmula. Las madres que deciden no amamantar necesitan aprender la preparación segura de alimento de sustitución de forma individual, uno a uno, con un trabajador de salud, de manera que es capaz de aprender a su propio paso, y hacer preguntas relacionadas con su propia situación. Ellas puede aprender mejor cerca del momento en el que necesitaran conocer la información (cerca del momento del parto), no muchas semanas antes del parto.
- Además, el enseñar la alimentación de sustitución, como una rutina en el prenatal, da la impresión a las mujeres que se espera que se prepare fórmula para el bebé. Esto influye en algunas mujeres que pueden amamantar para que usen la fórmula.

¹⁴ Recordar utilizar la leche humana como ideal o la norma y comparar la fórmula con la lactancia, en lugar de comparar la leche humana a la fórmula. Puede que tenga un alto nivel de ciertos ingredientes particulares pero no significa que una cantidad alta sea mejor que la cantidad en la leche humana.

La importancia de la lactancia y la leche humana

- La lactancia es importante para los beneficios a corto y largo plazo para las mujeres y los niños. Tanto la acción de amamantar como la composición de la leche humana es importante.

La acción de amamantar

- La acción de lactancia ayuda al desarrollo de la mandíbula así como de los músculos de la lengua y los músculos de la trompa de Eustaquio. Este desarrollo :
 - Reduce la incidencia de las infecciones de oído;
 - Ayuda con lenguaje claro;
 - Protege contra la caries dental y reduce el riesgo de problemas de ortodoncia.
- Los lactantes parecen ser capaces de auto regular al ingesta de leche. Esto puede tener un efecto en la regulación del apetito y la obesidad. Este control del apetito no sucede con los biberones de leche, donde la persona controla la alimentación del bebé, y no por el bebé.
- La lactancia también otorga calor, cercanía, y contacto, que puede ayudar con el desarrollo físico, emocional del niño. Las madres que amamantan tienen menos posibilidad de abandonar o abusar a sus bebés.

La lactancia es importante para los niños.

- Leche humana:
 - Provee nutrición ideal para satisfacer las necesidades de crecimiento y desarrollo;
 - Protege contra muchas infecciones, y puede prevenir muchas muertes infantiles;
 - Reduce el riesgo de alergias y de enfermedades como diabetes juvenil en familias con antecedente de esta enfermedad;
 - Programar los sistemas que participan en la regulación de la presión arterial y en la reducción del riesgo de obesidad en posteriormente en la vida.
 - Está disponible, no necesita preparación.
- La leche de la madre es específica para su bebé, y cambia para cubrir las necesidades del bebé.
- Muchos de los efectos de la lactancia son “dosis respuesta”. Esto significa que la mayor duración de la lactancia, y que sea exclusiva, muestra mayor beneficio.
- Los niños que no amamantan ni reciben leche materna pueden estar expuestos a mayor riesgo de:
 - Infecciones como diarrea e infección gastrointestinal, infección respiratoria, y la infección de tracto urinario.
 - Eczema y otras enfermedades atópicas,
 - Enterocolitis necrosante, en prematuros,
 - Menor desarrollo y menor logro educacional, así reduce su capacidad de ganancia,
 - Desarrollo de diabetes mellitus juvenil, presión alta, y obesidad en los niños, todos marcadores de enfermedad cardíaca posterior,
 - Muerte infantil y en la niñez temprana.
- Los peligros de no amamantar ocurren en todos los niveles sociales y circunstancias económicas. Muchos estudios indican que un bebé no amamantado, que vive en un medio donde prevalecen las enfermedades y las condiciones no higiénicas, tiene de 6 a 25 veces más posibilidades de morir con diarrea y cuatro veces más posibilidades de morir por neumonía que los bebés amamantados. Los riesgos son aun menores con la lactancia exclusiva.

- Si cada bebé fuera exclusivamente amamantado desde el nacimiento hasta los 6 meses, se estima que 1.3 millón de vidas se podrían salvar en el mundo y millones de vidas mejorarían cada año.

La lactancia es importante para las madres, familias y comunidades

- En comparación a las mujeres que amamantan, el no amamantar incrementa el riesgo de:
 - Cáncer de mama. y algunas formas de cáncer de ovario,
 - Fracturas de cadera a mayor edad,
 - Retención de la grasa depositada durante el embarazo que puede resultar en obesidad posterior
 - Anemia debido a las contracciones poco útiles del útero después del parto y retorno de ciclos menstruales muy pronto
 - Embarazos frecuentes debido a la falta del efecto espaciador de embarazos de la lactancia,
 - Menos oportunidades de estar cerca de su bebé.
- Las familias también se afectan. Cuando un bebé no es amamantado puede haber:
 - Pérdida de ingreso porque uno de los padres debe atender a un niño enfermo,
 - Mayores gastos familiares para la adquisición y preparación de la alimentación artificial, como tiempo extra para dar esta alimentación, así como gasto adicional por enfermedad de los niños.
 - La preocupación de obtener la fórmula, o la enfermedad del bebé.
- Los niños no amamantados tienen incremento de enfermedades, que a su vez incrementa el uso de los servicios de salud y los costos de los servicios de salud, tanto como lactantes y posteriormente. Además, los lactantes sanos crecen para convertirse en niños sanos, adultos inteligentes en la fuerza de trabajo, contribuyendo al bienestar de su comunidad.

Los riesgos de no amamantar

- Los riesgos de no amamantar se deben a :
 - la falta de elementos protectores de la leche, que resulta en mayores tasas de enfermedad,
 - la falta de un balance óptimo de nutrientes, por ejemplo de aquellos que se necesitan para el crecimiento del cerebro y el desarrollo del intestino.
- Es más, existen peligros por el uso de los propios sucedáneos de la leche materna. Estos danos incluyen:
 - la fórmula infantil que puede estar contaminada por error de fabrica,
 - La formula infantil en polvo no es estéril y durante la fabricación puede ser contaminada con bacterias tales como *Enterobacter sakazakii* y *Salmonella entérica*, las que se han asociado con enfermedad grave y muerte en lactantes. La OMS ha desarrollado guías¹⁵ para la preparación cuidadosa de la fórmula a fin de minimizar los riesgos para los lactantes.
 - la fórmula infantil puede contener ingredientes no seguros y le pueden faltar ingredientes vitales,
 - el agua utilizada para lavar los biberones, o para mezclar la leche con agua, puede estar contaminada,
 - los errores para mezclar la fórmula, especialmente en la concentración, mayor o menor puede causar enfermedad,

¹⁵ Guías para la preparación, almacenamiento y manipulación seguros de la formula infantil en polvo.. Seguridad Alimentaria. OMS (2007)

- las familias pueden diluir la fórmula para hacerla durar más tiempo,
 - se puede administrar la fórmula para tranquilizar a un bebé, esto a su vez, puede conducir al sobrepeso, y la percepción de que la comida es la solución a la infelicidad,
 - el agua y tés pueden darse en lugar de leche materna o fórmula con el resultado de menos leche consumida en total y peso bajo,
 - la compra de fórmula infantil crea gastos innecesarios para la familia, y menos alimentos para el resto de la familia,
 - los embarazos frecuentes que son una carga para la familia y la sociedad,
 - los costos del hospital son más altos para el personal así como los suministros para tratamiento de las enfermedades.
- Algunos de los riesgos del uso de sucedáneos de la leche materna, pueden reducirse por el *proceso* de usar los sucedáneos, la preparación y los elementos de higiene. Sin embargo, las diferencias en los constituyentes de la leche materna y de la leche artificial permanecen.

Discusión de clase

Existe alguna diferencia cuando usted dice, “Los bebés amamantados tienen menos infección” o si usted dice, “¿Los bebés que no están amamantando pueden tener más infecciones”? *Comente que la primera frase implica que la enfermedad es “normal” en bebés, tienen menos enfermedad que los bebés que no están amamantando. La segunda frase implica que la lactancia es la norma y no que la lactancia sea el riesgo.*

¿Como usted respondería a un colega que le dice “Usted hace que las mujeres se sientan mal, si le dice que hay peligro si no amamanta”?
El trabajador de salud no duda al decirle a una mujer que existe riesgo si fuma durante el embarazo, si no hay personal entrenado para la atención de su parto o cuando deja a su bebé solo en el hogar. Existen muchos riesgos para un bebé, que le decimos a la madre trate de evitar. Las mujeres tienen el derecho de saber qué es mejor para el bebé y pueden enojarse si se evita comunicarles esta información.

Actividad Opcional- se necesitará tiempo adicional

Pregunte a los participantes si conocen los costos para la familia del uso de sucedáneos de la leche materna durante los 6 meses. La Hoja de Trabajo 3.1 al final de la sesión puede utilizarse para fomentar mayor discusión. El tiempo para la discusión no está incluido en este horario.

Lactancia en las situaciones de emergencias

- De manera creciente las madres y sus bebés son afectadas por situaciones de emergencia en el mundo, desastres naturales como terremotos, tormentas, e inundaciones, así como los conflictos armados desplazan millones de familias, y les interrumpe el suministro de los alimentos comunes.
- En muchos casos, el problema inmediato de la seguridad alimentaria se complica con brotes de enfermedades como el cólera, la difteria, y malaria luego de la interrupción de agua, y servicio de alcantarillado, como interrupción de la corriente eléctrica.
- En estas situaciones de emergencias, la lactancia, especialmente la lactancia exclusiva, es la única fuente de alimentación confiable y segura para los lactantes y niños pequeños. Provee de nutrientes y protección de las enfermedades así como evita el costo financiero elevado y no necesita de más agua para la preparación de la fórmula.
- Una madre no necesita la calma total para amamantar. Muchas mujeres amamantan en situaciones muy estresantes. Algunas mujeres encuentran que la lactancia tranquiliza y les ayuda a combatir el estrés. Por otra parte, el estrés podría disminuir el reflejo de bajada, así que es importante crear áreas de seguridad en los escenarios de emergencia donde las mujeres embarazadas y las que están amamantando pueden juntarse para apoyarse mutuamente. Si el trabajador de salud apoya a construir la confianza de la madre, ayudaría a que fluya la leche.
- Cualquier lactante que no amamanta está en riesgo muy alto cuando se produce la situación de emergencia. Las madres de estos bebés, deben ser referidas para una evaluación de su riesgo, para relactar si es posible, y para otro tipo de apoyo.

Porque la leche materna es única

- La leche materna tiene como 200 constituyentes así como otros constituyentes que aun no se han identificado. Cada animal tiene la leche específica para las necesidades de su especie – los terneros crecen rápidamente con músculos y huesos largos, los bebés crecen lentamente con desarrollo del cerebro muy rápido.
- La leche de la madre es especial para su propio bebé. Cambia para proveer de nutrición exacta que el bebé necesita. El calostro y la leche materna se adaptan a la edad gestacional, cambia de mamada a mamada, día a día, y mes a mes para satisfacer las necesidades del bebé. La lactancia es un fluido vivo que protege activamente en contra de la infección.

Como protege la lactancia

- El sistema inmune del bebé, no está desarrollado completamente en el momento del nacimiento y le toma tres años o más para desarrollarlo completamente. La leche materna provee de protección para el bebé de diferentes maneras:
 - Cuando la madre se expone a una infección su madre produce anticuerpos (substancias que combaten la infección) para esa infección. Estos anticuerpos pasan al bebé a través de la leche materna.
 - La leche de la madre estimula el sistema inmune del bebé.
 - Los factores en la leche materna ayudarán al crecimiento de la pared celular del intestino del bebé ayudando a desarrollar una barrera para los microorganismos y alérgenos, así como ayudando a reparar el daño de las infecciones.
 - Los glóbulos blancos presentes en la leche pueden destruir bacterias.
 - Los componentes de la leche materna pueden evitar que los microorganismos se adhieran a la pared celular. Si no se adhieren se expulsan del sistema del bebé.

- El crecimiento de bacterias beneficiosas, en el sistema del bebé (*Lactobacillus bifidus*) deja muy poco espacio para el crecimiento de bacterias dañinas.
- Los nutrientes para que crezcan las bacterias dañinas no existen, por ejemplo la lactoferrina que capta el hierro, de esta manera previene la enfermedad causada por las bacterias que utilizan el hierro para multiplicarse.
- La fórmula artificial no contiene células vivientes, no anticuerpos, no tiene factores anti infecciosos vivos, y no puede proteger activamente de las infecciones.

¿Qué es la leche materna?

Calostro: La primera leche

- El calostro se produce en los pechos a partir del séptimo mes de embarazo y continúa durante los primeros días después del nacimiento. El calostro es denso, pegajoso, y de un color claro a un color amarillento.
- El calostro actúa como una pintura de protección que recubre el intestino del bebé para protegerlo. Si se le da agua o alimento artificial, se podría remover esta “pintura”, permitiendo que las infecciones ingresen al sistema del bebé. El calostro es la primera inmunización en contra de las bacterias y virus. El calostro ayuda a establecer el crecimiento de las bacterias favorables en el intestino del bebé.
- El calostro es el primer alimento perfecto para los bebés, tiene más proteína y vitamina A que la leche madura. El calostro es un laxante, y ayuda al bebé a eliminar el meconio (la primera deposición negruzca y pegajosa). Esto ayuda a prevenir la ictericia.
- El calostro viene en pequeñas cantidades. Lo cual se adapta al estómago muy pequeño del bebé, y el riñón inmaduro que no puede manejar grandes volúmenes de líquidos. Los recién nacidos amamantados no deben recibir agua ni glucosa a no ser que estén médicamente indicados.

Leche materna pre término

- La leche de una madre que da a luz antes de las 37 semanas de gestación, leche prematura, tiene más proteína, niveles mayores de algunos minerales como hierro, y más propiedades inmunes que la leche madura, haciéndola más conveniente para las necesidades de un bebé prematuro.
- La leche de la madre puede ser utilizada antes que el bebé se pueda alimentar. La madre puede extraerse su leche y se puede administrar al bebé con taza, cucharilla, o sonda.

La leche madura

- La leche madura contiene todos los nutrientes mayores, proteína, carbohidratos, grasas, vitaminas, y agua en las cantidades que el bebé necesita. La leche materna cambia en relación al momento del día, la duración de la lactancia, las necesidades del bebé y las enfermedades con las que la madre tiene contacto.
- Los componentes de la leche materna proveen nutrientes así como sustancias que ayudan a la digestión, crecimiento y desarrollo y proveen protección en contra de infección. La lactancia materna continúa otorgando estos, protección y otros beneficios a medida que crece el bebé, estos componentes no desaparecen a cierta edad.

Nutrientes en la leche materna

Proteína

- La cantidad de proteína en la leche materna es perfecta para el crecimiento del bebé y el desarrollo de su cerebro. Es fácil de digerir y puede de esta manera otorgar los nutrientes al bebé. Las fórmulas artificiales tienen proteínas diferentes a las proteínas de la leche humana que pueden ser de digestión difícil y lenta, lo que provoca una tensión en el sistema del bebé. Algunos bebés pueden desarrollar intolerancia a la proteína en la fórmula que da como resultado erupción dérmica, diarrea, y otros síntomas. El nivel de proteína en la leche materna, no se afecta con el consumo de alimento de la madre.

Grasa

- La grasa es la fuente principal de energía (calorías) para el lactante. Las enzimas en la leche materna (lipasa) empiezan la digestión de la grasa, para que esté disponible rápidamente para el bebé como energía.
- La grasa en la leche materna contiene los ácidos grasos de cadena muy larga para el crecimiento del cerebro del bebé y el desarrollo de la vista, así como el colesterol y vitaminas. El nivel elevado de colesterol puede ayudar a desarrollar los sistemas del cuerpo del bebé que manejen el colesterol durante la vida.
- El nivel de la grasa es bajo en la leche al comienzo de la succión — es la leche del inicio y satisface la sed del bebé. El nivel de grasa es más alto después, al final de la mamada — se llama la leche del final, y otorga la saciedad. El contenido de grasa puede variar de mamada a mamada.
- La fórmula artificial no cambia durante la alimentación y la falta de enzimas digestivas. Las fórmulas artificiales tienen poco o ningún colesterol. Algunas marcas tienen ácidos grasos añadidos, sin embargo proviene de aceites de pescado, huevos o de fuentes vegetales.
- El tipo de grasa en la leche materna puede afectar la dieta de las madres. Si una madre tiene un nivel elevado de grasas polinsaturadas en su dieta, su leche tendrá un alto contenido de grasas poli insaturadas. Sin embargo la cantidad total de grasa en la leche no está afectada por la dieta de la madre a no ser que la madre este severamente desnutrida sin ninguna reserva de grasa en el cuerpos.

Carbohidratos

- La lactosa es el principal carbohidrato de la leche materna. Se produce en la mama, y es constante a través del día. La lactosa ayuda a la absorción de calcio, provee de energía para el crecimiento del cerebro y retarda el crecimiento de organismos peligrosos en el intestino. La lactosa se digiere lentamente, La lactosa presente en las deposiciones del bebé no es un signo de intolerancia.
- No todas las fórmulas artificiales contienen lactosa. Los efectos de alimentar al bebé con sucedáneo de leche sin lactosa se desconocen.

Hierro

- La cantidad de hierro en la leche materna es baja. Sin embargo se absorbe bien del intestino del bebé si amamanta exclusivamente, en parte porque la leche materna provee la transferencia especial de los factores para ayudar en el proceso. Existe un nivel alto de hierro añadido a la fórmula porque no se absorbe bien. El exceso de hierro añadido puede alimentar el crecimiento de las bacterias dañinas.

- La anemia por deficiencia de hierro es rara en los primeros seis a ocho meses en los bebés alimentados exclusivamente que nacieron a término y sanos sin la ligadura prematura del cordón.

Agua

- La leche materna es muy rica en agua. Un bebé, a quien se le permite amamantar cuando quiere, no necesita agua suplementaria en climas secos y calientes. La leche materna no sobrecarga el riñón del bebé, y el bebé no retiene líquidos innecesarios.
- Dar el agua u otros fluidos como té, puede alterar la producción de leche, provocar la disminución de la ingesta de nutrientes del bebé, y el incremento del riesgo de infecciones.

Sabor

- El sabor de la leche materna se modifica con la ingesta de la madre. La variación en el sabor puede ayudar al bebé a acostumbrarse a los sabores de los alimentos de familia y facilitar la transición a estos alimentos después de los seis meses. La leche artificial tiene el mismo sabor en cada alimentación y durante toda la alimentación. El sabor de la fórmula no se relaciona con ningún alimento que el bebé consumirá de mayor.

La lactancia exclusiva en los seis primeros meses

- La lactancia exclusiva provee todos los nutrientes y agua que el bebé necesita para crecer y desarrollarse en los seis primeros meses. Esto significa al final de los seis meses completos – 26 semanas o 180 días, no al inicio de los seis meses.
- La lactancia exclusiva significa que no se debe dar alimentos ni bebidas que no sean leche materna al bebé. Las vitaminas, minerales o medicinas pueden darse si fuera necesario. La mayoría de los bebés amamantados exclusivamente, maman ocho a doce veces en 24 horas, incluyendo la noche.
- Cualquiera de lo siguiente interfiere con la lactancia exclusiva:
 - Que el bebé reciba líquidos o alimentos diferentes a la leche materna.
 - Que el bebé utilice chupones y chupones de distracción.
 - Que se ponga límites al número de mamadas.
 - Que se limite el tiempo de succión o la duración de la mamada.
- Después de los seis meses, los niños deben recibir la alimentación complementaria además de leche materna. La leche materna continúa siendo importante, generalmente contribuyendo con un tercio a una mitad de las calorías para el niño a los doce meses de edad y debe continuar hasta los dos años o más.

Recomendaciones relacionadas con la lactancia para mujeres infectadas con el VIH

- Si una mujer está infectada por el VIH, existe un riesgo de transmisión para el bebé durante el embarazo y nacimiento, así como durante la lactancia. Cerca del 5-15% de los bebés (uno en 20 a uno en siete) nacidos de mujeres infectadas con el VIH serán VIH positivos a través de la lactancia¹⁶. Para reducir este riesgo, las madres pueden escoger evitar la lactancia completamente o alimentar al bebé con lactancia exclusiva y suspender tan pronto como a alimentación de sustitución sea posible.

¹⁶ Para estimar el porcentaje de bebés en riesgo de contraer el VIH a través de la lactancia en la población, multiplicar la prevalencia del VIH por 15%. Por ejemplo, si el 20% de las mujeres embarazadas están infectadas por el VIH y cada mujer amamanta, cerca del 3% de los bebés se infectarán por la lactancia. (*Alimentación Infantil en Emergencias, Módulo 1*)

- En algunas localidades, el riesgo de no amamantar exclusivamente es tan alto o más que el riesgo de transmisión de VIH por la lactancia. Esta es parte de la razón de por qué es tan importante la consejería individual.
- En la situación donde la mujer que se hace la prueba resulta estar infectada con el VIH, la recomendación es:

Recomendación sobre alimentación infantil para la mujer infectada por el VIH

La lactancia materna exclusiva esta recomendada para mujeres infectadas por el VIH durante los primeros seis meses de vida, a menos que la alimentación de sustitución sea aceptable, factible, accesible, sostenible y segura para ellas y sus niños antes de cumplir este tiempo.. Cuando la alimentación de sustitución es aceptable, factible, asequible, sostenible y segura se recomienda que las madres infectadas por el VIH no amamenten en lo absoluto.

- Esta recomendación no establece que todas las mujeres que están infectadas con el VIH deben evitar la lactancia. La decisión de no amamantar tiene sus desventajas, incluyendo el incremento de los riesgos para la salud del bebé.
- Es importante asegurar que la alimentación de sustitución es
 - aceptable,
 - factible,
 - asequible,
 - sostenible, y
 - segura, en la familia en especial.
- Cada mujer infectada por el VIH necesita una discusión individual con personal capacitado para ayudarle a decidir la mejor forma de alimentar a su bebé en su situación individual.
- La mayoría de las mujeres no están infectadas con el VIH. Se recomienda la lactancia para:
 - Mujeres que no conocen su estado, y
 - Mujeres que no están infectadas con el VIH.
- Si la prueba del VIH no es posible, todas las madres deben amamantar. La lactancia debe continuar siendo protegida, promovida y apoyada como una recomendación general.

Discusión de clase

Que respondería a su colega que le dice, “Sería mejor que cualquier mujer en riesgo de estar infectada por el VIH fuera orientada para que no amamante. Esto protegería a más bebés.”

Lactancia modificada

- Si la madre está infectada con el VIH, su propia leche extraída puede tratarse con calor, lo cual mata el virus de VIH. La leche extraída de otras mujeres puede utilizarse también, ya sea a través de un banco de leche organizado que analice y trate la leche con calor, o informalmente de una mujer que se hubiera hecho la prueba y sea VIH negativa.

Opciones de alimentación de sustitución –fuentes de leche

- Las opciones de alimentación de sustitución incluyen:

- La fórmula preparada de la leche en polvo, (o a veces líquido concentrado) que solo necesita que se añada el agua;
- La fórmula preparada de leche animal con azúcar, agua, y micronutrientes.
- La fórmula comercial infantil se obtiene de leche de animal. El contenido de grasa se altera y generalmente se añade grasa además de una forma de azúcar y de nutrientes. Usted puede tener una fórmula genérica disponible; que tiene la misma composición que la fórmula comercial. Se etiqueta simplemente y se distribuye sin comercialización.
- La fórmula de la leche de vaca puede ser procesada para tener contenido de proteínas del suero. Esta fórmula es de más fácil absorción para el lactante. La fórmula que es alta en la proteína de caseína puede ser más difícil de digerir para los lactantes, porque forma cuajos en el estómago del lactante. Cuanto mayor sea el contenido de proteína y minerales es menos adecuado para el bebé menor.
- La leche utilizada como base de la fórmula preparada en domicilio puede ser :
 - Leche fresca que está tratada en el domicilio,
 - Leche entera comercial tratada por el calor (tal como leche esterilizada o UHT),
 - Leche en polvo entera, o
 - Leche evaporada no endulzada.
- Las leches animales utilizadas pueden ser de vacas, búfalo, cabra, oveja, camello u otro animal. En las leches con toda la crema, el nivel de proteína y algunos minerales es muy alto, y es difícil para los riñones inmaduros del lactante excretar el exceso de residuos. Estas leches requieren alguna modificación para que las proporciones sean apropiadas.
- La fórmula comercial ha sido modificada para que tenga la proporción de diferentes nutrientes para que sean apropiadas para el lactante, y se añadieron los micronutrientes. La fórmula necesita mezclarse con la correcta cantidad de agua.
- Es importante recordar sin embargo, que no obstante, las *proporciones* de los nutrientes en las fórmulas comerciales o preparadas en el domicilio pueden ser alteradas, su *cualidad* no es semejante a la leche materna. Además, los factores inmunes y los factores de crecimiento presentes en la leche humana, no están presentes en la leche animal o fórmula y no pueden ser añadidos.
- Otros tipos de fórmula están disponibles y debe discutirse solamente con las madres si el bebé tiene una necesidad médica para estos productos especializados:
 - *La fórmula infantil de soya*, utiliza la soya procesada como la fuente de proteína y viene en forma de polvo. Generalmente es libre de lactosa y tiene un azúcar diferente añadido. Los lactantes que son intolerantes a la proteína de la leche de vaca, pueden ser intolerantes a la proteína de la soya.¹⁷
 - *La fórmula para peso bajo o para los prematuros*, fabricada con altos niveles de proteínas y ciertos minerales y una mezcla de azúcares y grasas en comparación a la leche ordinaria de los bebés a término. La fórmula de bebés de bajo peso no se recomienda para los bebés sanos a término. Las necesidades nutricionales de los recién nacidos de peso bajo deben evaluarse individualmente.
 - *Las fórmulas especializadas* están disponibles para su uso en condiciones como el reflujo, requerimientos energéticos elevados, intolerancia a la lactosa, alergia, y enfermedades metabólicas como la fenilcetonuria. Estas fórmulas están alteradas

¹⁷ Existen otras leches como la de soya que no están formuladas especialmente para bebés y si se utiliza requiere modificación especial y la adición de micronutrientes. La leche de soya no es una buena leche para niños pequeños, no tiene suficiente calcio y otros productos animales para el crecimiento adecuado.

en uno o más nutrientes y deben ser utilizadas para problemas específicos bajo supervisión médica/nutricional.

- *Leches de seguimiento* se venden para los lactantes mayores, (por encima de los seis meses). Ellos contienen niveles altos de proteína que no son modificados en comparación a la fórmula. Las leches de seguimiento no son necesarias. Un rango de productos derivados de la leche se pueden usar después de los 6 meses de edad, y también se pueden utilizar suplementos de los micronutrientes si se necesitan.

Los productos que no son convenientes para hacer fórmula infantil incluyen:

- Leche descremada – fresca o seca en polvo
- Leche condensada (muy alta en azúcar y el contenido de grasa puede ser bajo)
- Cremas en polvo para “atenuar el té o café

Agua para preparar la fórmula

- La fórmula infantil requiere la adición de agua. Toda el agua utilizada para preparar la fórmula necesita hervirse enérgicamente. Dejar correr el agua de la pila antes de recibir agua para hervir.
- Use agua que tiene bajos niveles de contaminación de los organismos que pueden causar enfermedad así como de bajos niveles de contaminación por pesticidas, plomo, y otros contaminantes. El agua ‘mineral’ que se vende en botellas puede tener altos niveles de sodio (encima de los 20 miligramos de sodio por litro de agua que es muy alto para los bebés) u otros minerales. No utilizar agua suavizada artificialmente para preparar alimentos.
- Las proporciones correctas de agua para la fórmula son en extremo importantes para la salud de los niños.

Actividad opcional: Costo de no amamantar

El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna demanda que todo trabajador de salud conozca las implicaciones económicas de la decisión de no amamantar y de informar a los parientes. ¿Sabe usted? Esta hoja de trabajo se basa en una actividad de capacitación¹⁸ de UNICEF/OMS y ha sido simplificado para solo incluir el costo directo de preparar los alimentos. El valor de la lactancia se extiende hasta después de los seis meses. Para hacer los cálculos más fáciles la tabla solo se extiende hasta los seis primeros meses.

Costo de leche

Una lata de fórmula _____ por _____ gramos.

Para los primeros seis meses, se necesitan cerca de 20 kg.de fórmula en polvo.

Esto costará _____

Costo de la fórmula infantil _____

Costo de combustible

Siguiendo las instrucciones de la etiqueta, la madre debe dar cerca de _____ veces la alimentación con leche artificial durante los primeros seis meses. _____ Litros de agua serán hervidos para preparar esta leche, más el agua para calentar y lavar _____ (aprox. 1 litro por vez de lavado y entibiado) Cuesta _____ hervir un litro de agua x _____ litros por día, multiplicado por 180 días

Costo del combustible _____

Tiempo del cuidador:

Siguiendo las instrucciones de la etiqueta, el cuidador debe preparar la alimentación _____ veces al día, y la preparación toma _____ minutos cada vez, o un total de _____ horas por día.

Costo de preparar alimentación artificial para un bebé de 6 meses

Salario mínimo de una enfermera es _____

El salario mínimo de una empleada de fabrica _____

Alimentación artificial para 6 meses cuesta _____ % del salario de enfermería
 _____ % del salario de empleado de

fábrica mas el tiempo adicional de preparación que aleja a la madre de su familia y de las ganancias financieras.

Existen costos a largo plazo por no amamantar. Si no se amamanta, los costos de atención de salud se incrementan, ello afecta a la familia, los servicios de salud y bienestar social, y los pagos de impuestos. Respecto al costo psicológico de la enfermedad o muerte del bebé o la madre no pueden tener un monto asignado, no obstante este es grande, ya sea por infección aguda o por enfermedad crónica.

El uso de biberones no se recomienda, porque son difíciles de mantener limpios. Sin embargo cuando son utilizados, los costos son:

Costos de equipamiento

_____ biberones, a _____ cada uno, costará _____	Biberones	_____
_____ chupones a _____ cada uno, costará _____	Chupones	_____
_____ cepillo de biberones o limpieza a _____ c/u con costo _____	Cepillo	_____

Costos de esterilización

Costo _____ por día por uso de solución química x 180 días. /Esterilización _____

Si se utiliza esterilización química, otro litro de agua hervida se necesitará por biberón para enjuagar el esterilizante de los biberones sus chupones antes de su uso
 (o calcular otros métodos tales como hacer hervir los biberones y chupones)

¹⁸ Adaptado de Helen Armstrong, *Curso de Capacitación en el Manejo de Lactancia*, IBFAN/UNICEF. Nueva York, 1992, p.43. Mayor actividad sobre el costo de no amamantar puede encontrarse en *Consejería sobre VIH y Alimentación Infantil: Curso de capacitación*, Sesión 13. OMS/FCH/CAH/2000, UNICEF/PD/NUT/(J)2000

SESIÓN 4

PROTEGIENDO LA LACTANCIA

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces:

- | | |
|--|------------|
| 1. Analizar el efecto de la comercialización de la alimentación infantil, | 5 minutos |
| 2. Resaltar los puntos clave del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la leche Materna, | 15 minutos |
| 3. Describir la acciones que el trabajador de salud puede adoptar para proteger a las familias de la comercialización de sucedáneos, | 5 minutos |
| 4. Subrayar el cuidado necesario para las donaciones de sucedáneos de leche en situaciones de emergencia, | 5 minutos |
| 5. Debatir cómo responder a las prácticas de comercialización | 15 minutos |

Tiempo total de la sesión

45 minutos

Materiales:

Diapositiva 4/1: foto de madres en la clínica de prenatal

Diapositiva 4/2: Objetivo del Código

Juntar ejemplos de propagandas de sucedáneos de leche a las madres y a los profesionales de salud.

Juntar ejemplos de regalos/obsequios al trabajador de salud de las compañías.

Documentos de lectura para los facilitadores:

El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de Leche Materna. OMS, 1981 y las resoluciones relevantes de la AMS en:

<http://www.ibfan.org/English/resource/who/fullcode.html>

El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de Leche Materna. Marco estratégico para revisión y evaluación cotidianas. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1996

Alimentación Infantil en Emergencias – Manual de capacitación www.enonline.net

Libro de bolsillo (no está disponible en el internet): *Protegiendo la Salud Infantil. Una Guía al Código Internacional de Comercialización de los Sucedáneos de Leche Materna, para el Trabajador de salud. Guide to the International Code of Marketing of Breastfeeding Substitutes*, 10th edition, IBFAN/ICDC, 2002

Introducción

- *Mostrar la Foto 1 de Miriam y Fátima y cuente la historia.*

Miriam está esperando a su segundo bebé. El primer bebé de Miriam nació en un hospital diferente. En ese hospital, Miriam recibió trípticos a colores acerca del uso de la fórmula, incluyendo cupones de descuento durante su embarazo. También le regalaron una lata de fórmula, y un biberón de alta calidad y un juego de chupones, cuando se fue con alta después del nacimiento.

1. El efecto de la comercialización en la alimentación infantil 5 minutos

Pregunta; ¿Cuál será el efecto de estos regalos en las decisiones de Miriam sobre cómo alimentar a su bebé?

Espere algunas respuestas

- La comercialización y promoción comercial de sucedáneos de la leche materna pueden desalentar la lactancia y ha contribuido substancialmente a la declinación mundial de la lactancia.
- *Pregunte a los participantes que mencionen algunas maneras de promocionar, hacer propaganda o vender localmente los sucedáneos de la leche materna localmente. Las siguiente es una lista de comprobación, solo mencionar estas estrategias si los participantes no las incluyen.*

LISTA DE PRÁCTICAS DE COMERCIALIZACION

- propaganda por televisión y radio
- propaganda en periódicos y revistas
- propagandas en gigantografías
- sitios Web promocionales
- ofertas especiales
- precios reducidos
- correo para mujeres embarazadas y madres
- cupones de descuento
- líneas telefónicas de ayuda
- pósters, calendarios etc. en los consultorios médicos y hospitales
- endoso de médicos y enfermeras
- regalos gratuitos
- muestras gratuitas
- ofertas especiales
- materiales educativos

- Las mujeres no son capaces de tomar las decisiones informadas sobre la alimentación infantil si reciben información sesgada e incorrecta. La compañía provee de información de sus productos con el objetivo de vender más productos, por ello las compañías son fuentes de información sesgadas.

- Más aun, si la buena información y educación de lactancia no alcanza a la sociedad como un todo, las mujeres informadas no tendrán el apoyo personal y social para amamantar exclusivamente. Las familias mal informadas, amigos y profesionales de salud pueden minar la confianza aún de mujeres bien informadas, las presiones conflictivas y sutiles pueden hacerle dudar de su habilidad para alimentar a su bebé.

2. El Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la leche Materna **15 minutos**

- Un Hospital Amigo del Niño se rige por el Código Internacional de Comercialización de los Sucedáneos de la Leche Materna (el Código). El Código fue adoptado en la Asamblea Mundial de la Salud (AMS) en 1981 por los Estados miembros, como un paso para proteger la lactancia y para proteger a la minoría de lactantes que pueden necesitar la alimentación artificial. Las resoluciones subsecuentes (casi cada dos años) son también adoptadas por la AMS y tienen el mismo rango que el Código original.
- El Código Internacional no es una ley, es una recomendación basada en el juicio del colectivo de miembros del mayor representante internacional en el campo de la salud, La Asamblea Mundial de la Salud
- *Mostrar la Diapositiva 4/2 y leer en voz alta los puntos debajo.*
- El objetivo ulterior del Código Internacional de Comercialización de los Sucedáneos de la Leche Materna es la nutrición segura y adecuada para todos los lactantes. Para alcanzar este objetivo debemos:
 - Proteger, promover y apoyar la lactancia.
 - Asegurar que los sucedáneos de la leche Materna (SLM) son utilizados adecuadamente cuando son necesarios.
 - Proveer información adecuada acerca de la lactancia infantil
 - Prohibir la propaganda u otra forma de promoción de los SLM.
- El Código no tiene el objetivo de obligar a la madre a amamantar contra su voluntad. El Código tiene la intención de asegurar que cada uno reciba información correcta y sin sesgo acerca de la alimentación infantil.
- El Código también protege a los lactantes alimentados artificialmente asegurando que la elección de los productos sea imparcial, científica y protege la salud de estos niños. El Código asegura que las etiquetas lleven advertencias y las instrucciones correctas para su preparación, para que si se usan sean preparadas de una manera segura.
- El Código es claro respecto a la fabricación de SLM y disponer de productos apropiados y seguro es una práctica aceptable, pero promoverlos de la manera que la mayoría de los productos de consumo se promueven es inaceptable.

El Código y la implementación local

- Los Estados Miembros (países individuales) tienen un compromiso de honor para implementar el Código, pero ellos pueden implementarlo en la forma que piensen que es mejor para sus países. Si un Estado Miembro utiliza la ley para reforzar las prácticas, se puede promover el Código como ley, pero si la costumbre del país es hacer edictos de la cabeza del estado o hacer regulaciones al nivel del Ministerio, también pueden hacerlo.

- El Código fue adoptado como un estándar MÍNIMO y los Estados Miembros pueden implementar los principios básicos y fortalecer las provisiones de acuerdo a las necesidades de su sociedad. Ellos pueden fortalecer al Código en cualquier forma que proteja la salud y supervivencia de los niños, pero que no se debilite ni omita provisión alguna.
- La responsabilidad para el monitoreo de la aplicación del Código yace en los Gobiernos, no obstante los fabricantes y distribuidores, grupos profesionales y ONG deben colaborar con el gobierno para este fin. El monitoreo debe estar libre de la influencia comercial.
- *Mencionar cualquier ley nacional, decretos u otra implementación del Código Internacional que se aplique al país.*

Productos que están cubiertos por el Código (Ámbito del Código)

- El Código se aplica al Comercialización, y prácticas relacionadas, de los siguientes productos:
 - los sucedáneos de la leche materna, incluyendo la fórmula infantil;
 - otros productos lácteos, alimentos(cereales), y bebidas (tes y jugos para bebés), promovidos o representados como adecuados para la sustitución parcial o total de la lactancia;
 - biberones, y chupones.
- De acuerdo a las recomendaciones de la alimentación infantil óptima, los lactantes deben ser amamantados exclusivamente por los 6 meses. Esto significa que cualquier otro alimento o bebida, administrado antes de esa edad sustituirá la leche materna y es por lo tanto un sucedáneo de la leche materna.
- Después de la edad de 6 meses, cualquier cosa que sustituya la leche de la dieta del lactante, quien en condiciones ideales debía seguir amamantando, es un sucedáneo de la leche materna, por ejemplo las leches de seguimiento o continuación, o los cereales promovidos para que se tomen en biberón.
- El Código no:
 - Prohíbe la producción y disponibilidad de los sucedáneos de la leche materna,
 - Afecta el uso apropiado de los alimentos complementarios después de 6 meses.

Promoción y provisión de la información

- Las etiquetas del producto deben establecer claramente la superioridad de la lactancia, la necesidad de orientación de un trabajador de salud, y la advertencia acerca de los peligros para la salud. No deben mostrar fotos de bebés u otras fotos o texto que idealice el uso de fórmula infantil.
- La propaganda de los sucedáneos de la leche materna al público no está permitida en el ámbito del Código.
- Las compañías pueden proveer la información necesaria al trabajador de salud de los ingredientes y uso de los productos. Esta información debe ser científica y factual, no material de comercialización. La información del producto no debe darse a las madres.
- Si se provee de material educacional a los padres, el material debe explicar:
 - la importancia de la lactancia,
 - los peligros asociados con la alimentación del biberón,

- el costo de utilizar la fórmula infantil,¹⁹ y
- la dificultad para revertir la decisión de no amamantar.

Muestras y suministros

- No deben haber muestras gratuitas o a bajo costo de sucedáneos de la leche materna en ningún establecimiento del sistema de salud. Los establecimientos de salud, deben comprar la cantidad pequeña de fórmula necesaria para los bebés que no están amamantando de acuerdo a los procedimientos regulares de compra.
- Las muestras gratuitas no deben entregarse a las madres, sus familiares o a los trabajadores de salud. Las pequeñas cantidades de fórmula que se dan a las madres como presente u obsequio cuando se van con alta del hospital o en la comunidad no son permitidas, son muestras que alientan a las madres para usar esos productos,
- Algunas veces los gobiernos adquieren sucedáneos para que se entreguen en forma gratuita o a precio rebajado a madres o cuidadores para propósitos de bienestar social, (por ejemplo, las madres que están infectadas por el VIH-y han tomado la decisión informada de no amamantar). En esta situación, el suministro debe ser sostenido para cada lactante por el tiempo que lo necesite.
- Los suministros entregados para un bebé no deben depender de donaciones. Las donaciones puede suspenderse en cualquier momento y el bebé no tendría fórmula. Un bebé que no amamanta necesitaría 20 kg de leche en polvo en los seis primeros meses y un sucedáneo aceptable hasta los 2 años de edad.
- Todos los productos deben ser de alta calidad y tomar en cuenta las condiciones climáticas y de almacenamiento del país donde se usan. Los productos con fecha de vencimiento pasada no deben utilizarse.

3. Como el trabajador de salud puede proteger a las familias del Comercialización 5 minutos

Cómo se canaliza la promoción a través del Sistema de Salud

- *Pida a los participantes que mencionen algunas formas de promoción, propaganda o Comercialización de los sucedáneos de la leche materna a través de los hospitales y establecimientos de salud. La siguiente es su lista, mencione los métodos de Comercialización que los participantes no citen.*

LISTA DE COMERCIALIZACIÓN EN ESTABLECIMIENTO DE SALUD

- muestras gratuitas
- suministros gratuitos a los hospitales y a los profesionales de salud individuales.
- pequeños regalos como bloque de recetarios, cartillas de crecimiento, calendarios, pósters, y equipo médico menos costoso.
- grandes regalos como incubadoras, máquinas, refrigeradores, acondicionadores de aire, computadoras

¹⁹ Mencionar el costo de utilizar la fórmula infantil, si se conoce.

- regalos de servicios profesionales, tales como diseño arquitectónico de los hospitales, organización de eventos o servicios legales
- regalos personales como viajes de fin de año, bienes eléctricos, comidas, y entretenimiento

- auspicio para hospitales, clínicas, proyectos, asociaciones de trabajadores de salud.
- apoyo financiero para investigaciones y salarios. Apoyo para la asistencia a eventos profesionales y para asociaciones profesionales
- auspicio financiero de estudiantes y la presencia de representantes de compañías en establecimientos de capacitación de salud, que pueden incluir capacitación en alimentación infantil
- auspicio de conferencias, seminarios y publicaciones
- anuncios en revistas y publicaciones similares, ‘propagandas’ o artículos que parecen informativos pero son en realidad propaganda,
- informes de investigación que son en realidad material de promoción,
- relaciones amigables que alientan al trabajador de salud a sentirse predispuesto hacia la compañía, enviando tarjetas, dulces y otros alimentos para el personal en el trabajo
- relaciones cercanas con los Ministerios de Salud y sus empleados
- visitas de representantes de las compañías en los consultorios privados de los doctores, instituciones de salud, y ministerios.

Pregunte: ¿Qué se puede hacer para ayudar a proteger a los bebés y sus familias de las prácticas de Comercialización?

Espere algunas respuestas.

Qué puede hacer el trabajador de salud:

- Los trabajadores de salud como individuos y como grupo pueden ayudar a proteger a los lactantes y sus madres de la comercialización. Ellos pueden y deben:
 - remover los pósters que hacen propaganda de fórmula, tes, jugos o cereales de bebés, así como cualquier anuncio de biberones y tetinas, rechazar nuevos pósters.
 - rechazar los regalos o muestras gratuitas de las compañías.
 - evitar que las muestras gratuitas, regalos o trípticos se entreguen a las madres.
 - eliminar la orientación prenatal de la preparación de fórmulas para las embarazadas, particularmente si el personal de la compañía provee de enseñanza.
 - si un bebé necesita la alimentación artificial, oriente a la madre individualmente en el uso de la fórmula.
 - informe sobre las violaciones al Código, (y/o leyes locales) a las autoridades locales.
 - acepte solamente información del producto de las compañías, para su propia

información que es científica, factual, no de Comercialización.

- Los hospitales deben obedecer las disposiciones del Código Internacional y las resoluciones subsecuentes para ser reconocido como amigo del Niño.

4. Donaciones en situaciones de emergencia

5 minutos

- Durante la emergencia los recursos básicos necesarios para la alimentación artificial, tales como el agua limpia y combustible, son escasos o inexistentes. Los intentos de alimentar artificialmente en tales situaciones, puede incrementar el riesgo de desnutrición, enfermedad y muerte. En suma, los niños pequeños que no amamantan pierden los efectos protectores y son mucho más vulnerables a la infección y la enfermedad.
- En las emergencias, las donaciones de la fórmula infantil, alimentos y biberones, pueden venir de muchas fuentes, incluyendo grupos o individuos bien intencionados pero con poca información. Los medios de comunicación que cubren los desastres, podrían haber promovido que estos donadores crean que las mujeres no pueden amamantar en las crisis.
- Estas donaciones deben evitarse puesto que pueden dar como resultado:
 - Demasiada fórmula infantil enviada, que pueden resultar en bebés que no necesitan fórmula, la estén recibiendo, así como los problemas con el almacenamiento y eliminación del exceso de fórmula y eliminación de los residuos de la caja.
 - Las propagandas de las marcas de leche, que las madres piensan que son las recomendadas.
 - Donaciones de productos vencidos, inadecuados, lo cual hace el uso inseguro.
- Los problemas adicionales pueden surgir:
 - Sin instrucciones en los idiomas locales para la preparación de la fórmula.
 - Los biberones y chupones incluidas, por lo cual se recomienda la alimentación con taza en situaciones de emergencias.

Peligros adicionales de suministros ilimitados en emergencias

- Si los suministros de la fórmula infantil son ampliamente disponibles y descontrolados, puede haber la *dispersión (spillover)*. **Dispersión (Spillover)** significa que las madres, que de otra forma podrían amamantar, pierden la confianza e innecesariamente empiezan a dar alimentación artificial.
- **Los lactantes y sus familias se hacen dependientes** de la fórmula infantil. Si las muestras gratuitas no son confiables, se ponen en riesgo de desnutrición además de los riesgos de salud de la leche artificial.
- Las donaciones grandes que vienen de compañías que donan fórmula a las áreas en crisis para **crear un nuevo mercado** para la venta posterior de sus productos a la población afectada por la emergencia – o la población en los albergues.
- Si las donaciones son inevitables, deber ser utilizadas para preparar alimentos cocinados, o mazamorras para los niños mayores, u otros, o ser utilizados con un relactador para relactar o inducir la lactancia.

5. Cómo responder a las prácticas de comercialización 15 minutos

Discusión de clase

Una compañía representativa visita a la nutricionista en el centro de rehabilitación nutricional, para promover una nueva fórmula mejorada. El dice que esta fórmula es especialmente útil para los bebés desnutridos. Ofrece dotar de suficiente leche para que cada madre reciba dos latas gratuitas. Si el personal está implementando el Código, ¿cómo puede responder?

- *Escriba las respuestas en la pizarra o en el papelógrafo.*
- *Puntos clave: El personal debe evitar la donación. Se debe alentar la lactancia para estos bebés. Dos latas le servirán para alimentar al bebé un tiempo corto. ¿Qué pasaría después de terminar las dos latas?*

Wambui administra una maternidad privada. Su amiga, Wanjike, trabaja para una compañía de fórmula infantil y ofrece entregar pósters para domicilio, trípticos referidos a la lactancia y alimentación con biberón, y muestras de fórmula. ¿Qué puede decirle Wambui a su amiga?

- *Escriba las respuestas en la pizarra o en el papelógrafo.*
- *Puntos clave: Wambui puede explicar a su amiga que la lactancia es importante para la salud de los bebés y sus madres. Los pósters y las muestras de fórmula debilitan la importancia de la lactancia. Si existen madres que no amamantan, la fórmula gratuita solo durará un tiempo corto. Estas madres necesitan conversar con un consejero de alimentación infantil sobre las formas sostenibles de alimentar a su bebé. Los pósters y la fórmula gratuita no son necesarios.*

Sam está capacitándose para ser pediatra. El está muy interesado en la nutrición infantil. La compañía de fórmula ofrece financiar su viaje a una conferencia gratuita que la compañía está llevando a cabo y además le pagaran su estadía en el hotel de la conferencia. Si Sam acepta este financiamiento, ¿qué podría pasar?

- *Escriba las respuestas en la pizarra y el papelógrafo.*
- *Puntos clave: Sam necesita pensar cuidadosamente si aceptara este financiamiento. ¿Durante la conferencia el escuchará información que es científica y factual o la información de Comercialización de los productos de la empresa? ¿Habrán ‘regalos’, en la conferencia, como bolígrafos, bloques de recetas, pósters y otro material de Comercialización de los productos de esa compañía? ¿Sam podrá evitar aceptar estos ‘regalos’ o los llevara a su trabajo? ¿Los representantes de la compañía visitarán a Sam después de la conferencia esperando que les ayude a que sus productos se utilicen en el establecimiento de salud porque ellos le ayudaron a asistir a la conferencia? El Artículo 7 del Código, establece que no se debe ofrecer ningún estímulo financiero o material para la promoción de sus productos a los trabajadores de salud o que ellos acepten estos estímulos. Si se donan fondos para una conferencia, la compañía debe revelar el financiamiento para el establecimiento donde la persona trabaja. El trabajador de salud quien recibe el apoyo financiero también debiera informar a su superior.*
- *Pregunte si existen dudas. Resuma la sesión.*

Sesión 4 Resumen

- La comercialización de los sucedáneos de la leche materna y los biberones pueden minar la confianza en la lactancia de las madres y de la comunidad entera.
- El Código Internacional y sus resoluciones subsecuentes apoyan la nutrición segura y adecuada de los lactantes, mediante la reducción de la exposición de las madres y trabajadores de salud a la mala información que mina la lactancia, asegura que los sucedáneos de la leche materna sean utilizados apropiadamente cuando sea necesario, provean de información adecuada acerca de la alimentación infantil, la comercialización y distribución adecuados de los sucedáneos de la leche materna.
- Los trabajadores de salud pueden ayudar a proteger a las familias de la comercialización de los sucedáneos si se adhieren al Código, rechazando el endoso accidental de la fórmula aceptando los regalos de las compañías y rechazando la distribución de objetos con marcas de leche, comercialización de materiales y muestras para las madres.
- Las donaciones de sucedáneos de la leche materna requieren especial consideración puesto que pueden empeorar la nutrición y la salud de los lactantes.

Sesión 4 Revisión de Conocimiento – marque la respuesta Verdadero (V) o Falso (F)

1. Dar a las madres trípticos producidos por las compañías de leche materna que pueden afectar las prácticas de alimentación infantil	V	F
2. Los sucedáneos de la leche materna incluyen a la fórmula, tes, y jugos (así como otros productos)	V	F
3. El Código Internacional y la IHAN prohíben el uso de la fórmula para los recién nacidos en la sala de las maternidades	V	F
4. El trabajador de salud puede recibir cualquier publicación o materiales de las compañías siempre que no se comparta este material con las madres.	V	F
5. Las donaciones de fórmula deben entregarse a las madres en situaciones de emergencia.	V	F

Respuestas:

1. V El propósito de los trípticos elaborados por las compañías es incrementar la venta de sus productos.
2. V Los sucedáneos de la leche materna incluyen la fórmula infantil, otros productos lácteos, alimentos y bebidas (tes y jugos para los bebés) alimentos complementarios administrados en biberón, (cereales y mezclas vegetales para su uso antes de los 6 meses de edad) cuando se promocionan o se presentan como adecuados, con o sin modificación, para la sustitución total o parcial de la lactancia.
3. V Los lactantes que no amamantan pueden recibir fórmula que la maternidad ha adquirido de manera similar a otras compras de alimentos, no donadas por una compañía de fórmula.
4. V Las publicaciones para los trabajadores de salud de las compañías pueden contener solo información sobre los productos que son científicos y basados en hechos.
5. V Las donaciones pueden incrementar la enfermedad. No se deben distribuir de manera indiscriminada.

SESIÓN 5

PRÁCTICAS DE ATENCIÓN DEL PARTO Y LACTANCIA

PASO 4

Objetivos de Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Describir cómo las prácticas durante el trabajo de parto y el parto pueden apoyar la lactancia inmediata; | 30 minutos |
| 2. Explicar la importancia del apego precoz entre la madre y su bebé, | 15 minutos |
| 3. Explicar las formas de ayudar a iniciar la lactancia inmediata; | 5 minutos |
| 4. Citar las formas de apoyar la lactancia después de la cesárea, | 15 minutos |
| 5. Debatar como las prácticas de la IHAN pueden aplicarse a mujeres que no están amamantando. | 10 minutos |

Tiempo total de la sesión: **75 minutos**

Materiales:

Diapositivas 5/1 – 5/3: Contacto piel a piel

Lista de prácticas para la atención del parto (opcional)

Documentos para la lectura de los facilitadores:

OMS, *Embarazo, parto, post parto y atención neonatal – Guía para la práctica esencial*. (2003)

Departamento de Salud Reproductiva e Investigación (SRI), OMS

Coalition for Improving Maternity Services (CIMS), Coalición para Mejorar los Servicios de Maternidad

National Office, PO Box 2346, Ponte Vedra Beach, FL 32004 USA

www.Madrefriendly.org info@Madrefriendly.org

Libro opcional - Kroeger M, Smith L. *Impact of Birthing practices on breastfeeding – protecting the mother and baby continuum*. Jones & Bartlett Publishers. 2004

1. Prácticas del trabajo de parto y parto que apoyan la lactancia inmediata 30 minutos

En una sesión previa, la madre de nuestra historia, Miriam, visita la clínica prenatal. Unas semanas después, el bebé está listo para nacer. Ella acude a la maternidad.

Pregunte: ¿Qué prácticas durante el trabajo de parto e inmediatamente después de nacer ayudarían a Miriam y su bebé a iniciar la lactancia adecuadamente?

Espere algunas respuestas.

- La atención que la madre recibe durante el trabajo de parto y el parto pueden afectar la lactancia y como ella atiende a su bebé.
- El paso 4 de los Diez Pasos para una lactancia exitosa establece:
Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la media hora después del parto.
 Para focalizar la importancia del contacto piel a piel, y vigilar la disposición del recién nacido para amamantar, se interpreta como:
Colocar a los bebés en contacto piel a piel con sus madres inmediatamente después del parto por al menos una hora y alentar a la madre a reconocer cuándo sus bebés están listos para amamantar, ofreciendo su ayuda si es necesario.

Pregunte: ¿Qué prácticas pueden ayudar a la mujer a iniciar la lactancia inmediatamente después del nacimiento?

Espere algunas respuestas

- Las prácticas que pueden ayudar a una mujer a sentirse competente, en control, apoyada y lista para interactuar con su bebé que está alerta, para cumplir con este Paso son:
 - Apoyo emocional durante el trabajo de parto
 - Atención a los efectos de la medicación para el dolor en el bebé.
 - Ofrecer alimentos ligeros y líquidos durante el inicio del trabajo de parto.
 - Libertad de movimiento durante el trabajo de parto
 - Evitar las cesáreas innecesarias
 - Contacto piel a piel inmediatamente después del nacimiento
 - Facilitar la primera succión.

Pregunte: ¿Qué prácticas pueden impedir el contacto piel a piel inmediato entre la madre y su recién nacido?

Espere algunas respuestas.

- Las prácticas que pueden impedir el contacto precoz piel a piel entre la madre y su recién nacido y el establecimiento de la lactancia incluyen:
 - Disponer que la madre se quede en cama durante el trabajo de parto y el parto,
 - Falta de apoyo,
 - Evitar la ingesta de líquidos o alimentos livianos al inicio del trabajo de parto,
 - Medicación para el dolor que puede sedar a la madre o el bebé, episiotomías²⁰, canalizaciones, monitoreo continuo fetal y otras intervenciones utilizadas como rutina sin razones médicas;

²⁰ El periné se corta para dar más espacio a la cabeza del bebé. Luego del parto el periné se sutura.

- Envolver firmemente al bebé luego del parto;
- Separar a la madre y el recién nacido inmediatamente después del parto.
- Permitir el uso de estas prácticas que impiden el contacto precoz, solo si fuera médicamente necesario.

La hermana de Miriam le acompaña a la maternidad. Miriam quiere que su hermana se quede con ella durante el trabajo de parto y el parto.

Pregunte: ¿Que diferente sería para Miriam si su hermana se queda con ella durante el trabajo de parto y el parto?

Espere unas cuantas respuestas.

Apoyo durante el parto

- Una compañía durante el trabajo de parto y el parto podría:
 - Reducir la percepción de dolor severo
 - Alentar la movilización
 - Reducir el estrés
 - Acelerar el trabajo de parto y el parto
 - Reducir la necesidad de intervenciones médicas
 - Incrementar la confianza de la madre en su cuerpo y sus habilidades.
- El apoyo puede resultar en:
 - Incremento del alerta del bebé debido a que menos medicación para el dolor de la madre llegue al bebé
 - Riesgo reducido de hipotermia e hipoglicemia del recién nacido por menor estrés, y uso de menos energía
 - Lactancia inmediata y frecuente
 - Apego fácil con el bebé.
- La acompañante para el trabajo de parto y el parto puede ser una madre, hermana, amiga, miembro de la familia o el padre del bebé o un miembro del personal de la maternidad. El personal de apoyo necesita permanecer continuamente con la mujer a través del trabajo de parto y el parto.
- La acompañante puede dar el apoyo no médico que incluye:
 - Aliento para caminar y moverse durante el trabajo de parto
 - Ofrecer alimento ligero y líquidos
 - Construir la confianza de la madre haciéndole notar lo bien que está progresando.
 - Sugiriendo formas para manejar la ansiedad y el dolor
 - Darle masajes, sujetarle las manos, darle ropa liviana,
 - Utilizando palabras positivas.

Alivio del dolor

Miriam pregunta sobre el alivio del dolor y su efecto en el bebé y la lactancia.

Pregunte: ¿Que puede decirle acerca del alivio del dolor?

Espere unas cuantas respuestas.

- Ofrezca métodos no médicos para el alivio del dolor antes que medicamentos. Estos métodos no médicos incluyen:
 - Apoyo durante el trabajo de parto
 - Caminar y moverse
 - Masaje

- Agua tibia
- Reafirmación verbal y física
- Ambiente tranquilo sin luces brillantes y con tan pocas personas como fuera posible
- Posición de trabajo de parto y parto que la madre elija.
- La medicación para el dolor puede incrementar el riesgo de:
 - Trabajo de parto prolongado
 - Intervenciones quirúrgicas
 - Retraso en el contacto de la madre y su recién nacido y retraso de la lactancia.
 - Separación de la madre y el recién nacido después del parto
 - Bebé somnoliento, difícil de despertar
 - Disminución del reflejo de succión
 - Reducción de la ingesta de leche incrementando el riesgo de ictericia, hipoglicemia y baja ganancia de peso.
- Se necesitara tiempo y apoyo adicionales para iniciar el apego y la lactancia si se utiliza la medicación del dolor.
- Debatir las formas de aguantar el dolor y la ansiedad y sus riesgos y beneficios durante el prenatal. La necesidad de calmar el dolor se afecta por el estrés, falta de apoyo y otros factores en la sala de parto.

Alimentos livianos y líquidos durante el trabajo de parto

Miriam está progresando bien al inicio del trabajo de parto y no existen problemas médicos. Ella le pregunta si puede seguir tomando agua.

Pregunta: ¿Qué efecto puede tener darle líquidos o suspender los líquidos en el trabajo de parto de Miriam?

Espere algunas respuestas.

- El trabajo de parto y el parto son difíciles. La mujer necesita energía para hacer este trabajo. No existe evidencia que suspendiendo la ingesta de alimento o comida ligera en mujeres de bajo riesgo durante el trabajo de parto será beneficioso como una práctica de rutina. El deseo de comer y tomar varía y se le debe permitir a la mujer decidir si quiere tomar líquidos o comer. La restricción de líquidos y alimentos puede alterar a la mujer en el trabajo del parto.
- Las soluciones intravenosas (IV) para una mujer en trabajo de parto deben utilizarse solamente ante una indicación médica clara. La sobrecarga de líquidos por la venoclisis puede conducir a un desequilibrio electrolítico en el bebé, y mayor pérdida de peso cuando el recién nacido elimina el exceso de fluidos. La venoclisis puede impedir la movilización de la mujer.
- Luego de un parto normal, la mujer puede tener hambre y debiera recibir alimentos. Si da a luz durante la noche, debiera disponerse de alimentación para ella para que no espere hasta que la próxima comida esté disponible.

Prácticas de atención del parto

Pregunte: ¿Qué prácticas de atención pueden ayudar y cuales debemos evitar a no ser que hubiera una razón médica?

Espere algunas respuestas.

- Cuando la mujer da a luz, necesita:
 - Atención calificada del parto,
 - Uso mínimo de procedimientos invasivos como la episiotomía²¹,
 - Adopción de las Precauciones Universales para prevenir la transmisión del VIH y las infecciones por la sangre,²²
 - Las cesáreas y otras intervenciones deben utilizarse sólo si tienen indicaciones médicas.
- Los partos instrumentados (fórceps o extractor por vacío) pueden ser traumáticos, pueden afectar la alineación de los huesos de la cabeza del bebé y afectar la función nerviosa o muscular, con repercusiones en la alimentación.
- El parto vaginal normal se atiende con la mujer que se moviliza durante el inicio del trabajo de parto, tiene acceso a líquidos y alimentos ligeros, y se coloca en posición erecta o en cuclillas para dar a luz.
- La episiotomía provoca dolor y dificultad para sentarse durante los primeros días postparto, afectará el contacto precoz piel a piel, la lactancia, y el contacto de la madre con su recién nacido. Si la mujer está adolorida, aliéntela para que se acueste para amamantar y abrace suavemente a su bebé.
- El cordón debe pinzarse cuando deja de latir y el bebé ha recibido sangre adicional que refuerce su depósito de hierro
- Cuando considere las prácticas de atención del parto, recuerde que las prácticas tienen un efecto en el bebé así como en la madre.

2. Importancia del contacto piel a piel

15 minutos

Miriam tuvo su bebé. Es una niña sana.

Pregunte: ¿Cuales son las prácticas inmediatas después del parto que pueden ayudar a la madre y al bebé?

Espere algunas respuestas

Contacto piel a piel

- Asegure el contacto precoz piel a piel, ininterrumpido, sin prisas, entre la madre y su bebé sano sin envolver, empiece inmediatamente, aún antes de pinzar el cordón, o tan pronto como sea posible en algunos minutos después del nacimiento. Arregle que el contacto piel a piel continúe por lo menos por una hora después del nacimiento. Se recomienda un período mas prolongado de contacto piel a piel si el bebé no ha succionado en la primera hora después del nacimiento.
- *Muestre las fotos del contacto piel a piel y señale que el bebé no está envuelto y que ambos madre y bebé están cubiertos.*
- Contacto piel a piel:
 - Tranquiliza a la madre y al bebé y ayuda a estabilizar la frecuencia cardíaca y

²¹ Los procedimientos invasivos incluyen tactos vaginales, amniocentesis, cardiocentesis o muestras de la placenta, ruptura artificial de las membranas, episiotomía y transfusión sanguínea así como la aspiración del recién nacido.

²² Las Precauciones Universales protegen al personal que atiende el parto para que no teman a la mujer infectada con el VIH y también protegen a la mujer de cualquier infección que el personal tenga.

- respiratoria del bebé.
- Ayuda a mantener caliente al bebé con el calor que irradia el cuerpo de la madre.
 - Ayuda con la adaptación metabólica y estabilización de la glicemia en el bebé,
 - Permite la colonización del intestino del bebé con las bacterias normales que tiene la madre, siempre que ella sea la primera persona que sostenga al bebé y no la enfermera, médico u otros, lo que podría resultar en que las bacterias de estas otras personas colonicen el bebé.
 - Reduce el llanto del bebé, reduce el estrés y el gasto energético,
 - Permite la colonización del tracto intestinal del bebé con las bacterias normales de la madre, considerando que es la primera persona que sujetará al bebé y no el doctor, enfermera u otros, que pueden colonizar al bebé con sus bacterias ,
 - Facilita el apego entre la madre y su recién nacido, porque el bebé está alerta en la primera hora o dos horas. Después de dos a tres horas es frecuente que el bebé se duerma por períodos largos de tiempo.
 - Permite que el bebé encuentre el pecho y se pegue, lo cual tiene más posibilidades de terminar en una succión efectiva que cuando el bebé se separa de su madre en las primeras horas.
- Todos los bebés sanos y sus madres se benefician del contacto piel a piel inmediatamente después del parto. Todos los bebés deben secarse al ponerles en contacto con la piel de la madre. El bebé no necesita ser bañado inmediatamente después del parto. El sostener al bebé no está implicado en la transmisión del VIH. Es importante para una madre infectada con el VIH abrace a su bebé y tenga contacto físico con su bebé para que sienta el contacto físico con su bebé, se sienta cerca y cariñosa.
 - Bebés, que no están estables inmediatamente después del parto reciben el contacto piel a piel una vez que estén estables. (*Diapositiva 5/3*)

Pregunte: ¿Cuáles serían las barreras para asegurar el contacto precoz, piel a piel, sea la práctica de rutina después del parto y como se pueden vencer las barreras?

Espere unas cuantas respuestas.

Superando las barreras para el contacto precoz piel a piel

- Muchas de las barreras al contacto piel a piel se relacionan con las prácticas arraigadas más que con una razón médica. Algunos cambios a las prácticas pueden facilitar el apego piel a piel.
 - **Temor que el bebé se enfríe.** Secar al bebé y colocarlo desnudo en el pecho de la madre. Cubrirlos con una frazada o cobertor sobre ambos la madre y el bebé. Si la habitación está fría, cubra la cabeza del bebé con un gorrito para evitar la pérdida de calor. Los bebés en contacto piel a piel tienen mayor regulación de temperatura que los que se quedan debajo del calefactor o la estufa.
 - **El bebé necesita examinarse.** La mayoría de los exámenes pueden realizarse en el pecho de la madre, donde el bebé yacerá tranquilo. El peso se tomará después.
 - **La madre necesita que la suturen.** El bebé puede permanecer en el pecho de la madre si la episiotomía o la cesárea necesitan suturarse.
 - **El bebé necesita bañarse.** Retrasar el primer baño permite que el unto sebáceo (vernix) humecte la piel del bebé, la lubrique y la proteja. Retrasar el baño también previene la pérdida de temperatura. El bebé quedaría sin esta protección.
 - **La sala de parto está ocupada.** Si la sala de parto está ocupada, la madre y el bebé pueden ser transferidos a la sala en contacto piel a piel, y el contacto

continuará en la sala.

- **No hay personal disponible para permanecer con la madre y su recién nacido.** Un miembro de la familia puede permanecer con la madre y el bebé.
- **El bebé no está alerta.** Si el bebé está letárgico debido a la medicación materna es aun más importante que esté en contacto con su madre porque necesita apoyo extraordinario para el apego y su alimentación.
- **La madre está cansada.** Rara vez la madre está tan cansada que no quiere sostener a su bebé. El contacto con su recién nacido puede ayudarle a la madre a relajarse. Revisar las prácticas de trabajo de partos como la prohibición de líquidos y alimentos, y prácticas que pueden incrementar la duración del parto que puede cansar a la madre.
- **La madre no quiere sostener a su bebé.** Si la madre no quiere sostener a su bebé, puede ser indicativo de depresión de la madre y un mayor riesgo de abandono, negligencia o abuso del bebé. Alentar el contacto es importante porque puede reducir el riesgo de daño en el bebé.²³
- Con los gemelos, el intervalo entre los nacimientos varía. Generalmente, el primer bebé puede tener contacto piel a piel con su madre hasta que se inicia el trabajo de parto para el segundo nacimiento. El primer gemelo puede continuar en contacto piel a piel con un miembro de la familia para mantenerse caliente y en contacto hasta que el segundo bebé nazca. Entonces ambos bebés se colocan en contacto piel a piel con la madre y se le ayudará cuando estén listos para amamantar.
- Puede ser útil añadir un ítem al registro del trabajo de parto/parto para registrar la hora de inicio de contacto piel a piel y cuando concluye. Este es un indicador que el contacto piel a piel es tan importante como otras prácticas para las cuales se requiere registro.
- *Opcional: Analizar la lista de las prácticas de atención del parto (al final de la sesión).*

3. Ayudando a iniciar la lactancia

5 minutos

Miriam escuchó sobre el contacto piel a piel durante su embarazo y está feliz de tener este contacto. Cuando Miriam tuvo su primer bebé en otro hospital, el bebé fue envuelto y llevado a la sala de observación de recién nacidos inmediatamente, lo que no le gustó. Miriam también escuchó que era bueno comenzar a amamantar inmediatamente después del parto.

Pregunte: ¿Cómo podría usted ayudar a Miriam y su hija a iniciar la lactancia?

Espere algunas respuestas.

¿Cómo ayudar a comenzar el amamantamiento?

- Cuando el bebé se encuentra en el pecho materno, en contacto piel a piel, el olor del pecho lo animará a moverse hacia el pezón
- **Ayude a la madre a reconocer el comportamiento pre alimentario o las señales.** Cuando la madre y el bebé se mantienen en apego piel a piel calmados, el bebé manifiesta típicamente una serie de conductas pre alimentarias. Pueden tomar unos minutos o hasta una hora o más. Las conductas incluyen:

²³ Si existe el riesgo de daño al bebé se necesita un apoyo para que esté presente y aliente a la madre a sostener a su bebé y a la vez protegerá al bebé.

- un corto descanso en el estado de alerta para acostumbrarse al nuevo ambiente.
- Llevar sus manos a su boca y hacer movimientos de succión, sonidos y tocar el pezón con la mano,
- Se focaliza en el área más oscura del pecho, que es como un objetivo,
- Se mueve hacia el pecho y busca,
- Encuentra el área del pezón y se agarra con la boca bien abierta.
- **No debe haber presión a la madre ni al bebé** respecto a cuán pronto succione, o cuánto dura la primera succión, o si tiene buen agarre o cuanto calostro ingiere el bebé. La primera vez que mama el bebé debe considerarse más como un preámbulo que una *alimentación*.
- En la siguiente alimentación se otorgará mayor apoyo con la lactancia para ayudar a la madre con la posición, el agarre, las señales de buena ingesta, y otras habilidades que ella necesita.
- El rol del trabajador de salud en este momento es de:
 - Proveer de tiempo y una atmósfera tranquila,
 - Ayudar a la madre a encontrar una posición cómoda,
 - Identificar las conductas positivas del bebé como el estado alerta y la búsqueda,
 - Construir la confianza de la madre,
 - Evitar apresurar al bebé a que agarre el pecho o meter el pecho en la boca del bebé.

4. Formas de apoyar la lactancia después de una cesárea 15 minutos

Miriam y el bebé están felices luego del primer contacto precoz y la lactancia. Ambos descansan en la sala de puerperio. Sin embargo, Fátima llega a la maternidad. Su bebé nacerá en unas semanas pero se presentaron algunas dificultades. El doctor decide que el bebé de Fátima necesita nacer y que requiere una cesárea.

Pregunte: ¿Qué efecto podrá tener la cesárea en Fátima y su bebé respecto a la lactancia?

Espere algunas respuestas.

- Una cesárea es cirugía mayor. La madre puede:
 - Sentirse asustada y estresada,
 - está canalizada y tiene una sonda vesical,
 - confinada a la cama y con movimiento restringido,
 - con restricción de líquidos y alimentos antes y después del parto, de esta manera está privada de energía para atender a su bebé,
 - recibir anestésicos y analgesia para el dolor, que puede afectar las respuestas de ambos madre y bebé,
 - tener niveles alterados de oxitocina y prolactina, las hormonas de lactancia,
 - estar expuesta a mayor infección y hemorragia
 - estar separada de su bebé,
 - tener el sentimiento de fracaso, porque su cuerpo no pudo dar a luz normalmente.
- El bebé también se afecta en una cesárea. El bebé:
 - está en alto riesgo de no amamantar o de amamantar por poco tiempo,
 - puede tener más problemas de respiración,
 - puede necesitar aspiración de secreciones, que puede dañar la boca y garganta del bebé,
 - puede estar sedado por las medicaciones maternas,
 - es menos posible que tenga contacto precoz,
 - es más posible que reciba suplementos,
 - es más posible que este en una sala de observación de recién nacido, con el riesgo de incrementar el riesgo de infección cruzada así como restringir la lactancia.

El bebé de Fátima ya nació. Es un varón. El está adelantado en cuatro semanas y es pequeño pero está respirando bien. Se le entrega a Fátima para el contacto piel a piel. Esto ayudará a su respiración y temperatura

Pregunte: ¿Puede ayudar a Fátima y su bebé a iniciar la lactancia después de una cesárea?

Espere algunas respuestas.

- La presencia de un trabajador de salud que le apoye es importante para ayudar a la madre a iniciar la lactancia después de la cesárea:
- Alentar a la madre a tener contacto piel a piel tan pronto como sea posible.
 - En general, las madres que tienen anestesia epidural o espinal están alerta y capaces de responder a su bebé inmediatamente, de manera similar a las madres que tienen parto vaginal.
 - Luego de la anestesia general, el contacto puede ocurrir en la sala de recuperación si la madre responde, aunque podría estar aún dormida o bajo la influencia de la

- anestesia.
- El padre u otro miembro de la familia puede proveer el contacto piel a piel que mantiene al bebé caliente y confortable mientras espera que la madre retorne del quirófano.
 - Si se demora el contacto, el bebé debe ser envuelto de manera que sea fácil desenvolverle para el contacto piel a piel cuando su madre este alerta.
 - Los bebés que son prematuros o nacen con alguna alteración también se benefician del contacto piel a piel, si el bebé esta inestable y necesita atención, el contacto piel se realizará cuando el bebé este mejor.
- **Ayudar con el inicio de la lactancia** cuando el bebé y la madre muestren signos de estar listos. La madre no necesita sentarse para sostener a su bebé, ni cumplir con otro criterio de movilización para amamantar. El bebé es el que encuentra el pecho y succiona. Mientras exista una persona junto a la madre y el bebé, el bebé puede alcanzar el pecho si la madre está aún somnolienta por la anestesia.
 - **Ayudar a las madres con cesárea a encontrar una posición cómoda para amamantar.** Se puede modificar la venoclisis para permitir la colocación del bebé al pecho para amamantar.
 - Recostada de lado en la cama. Esta posición le ayuda a evitar el dolor en las primeras horas y permite la lactancia aun cuando la madre debe permanecer completamente recostada y plana después de la anestesia epidural.
 - Sentada con una almohada sobre la incisión o con el bebé sujeto a lo largo del cuerpo de la madre con el brazo cercano al pecho.
 - Recostada plana con el bebé sobre la madre.
 - Apoyo (ej. almohada) bajo sus rodillas cuando se siente, o bajo la rodilla de encima y detrás de la espalda cuando esta recostada lateralmente.
 - Proveer alojamiento conjunto con la ayuda necesaria hasta que la madre pueda atender a su bebé.
 - Cuando el personal apoya y está capacitado, la estadía más larga después de una cesárea puede ayudar a establecer la lactancia.

5. Prácticas de la IHAN y las mujeres que no están amamantando

10 minutos

- Todas las madres deben tener apoyo durante el trabajo de parto y el parto. Las prácticas dañinas, deben evitarse. El contacto piel a piel precoz beneficia a las madres y sus bebés.
- A no ser que exista una razón médica aceptable para no amamantar, (por ejemplo que la mujer se hiciera la prueba para el VIH y sea positiva, luego de la consejería durante el embarazo y hubiera decidido no alimentar,) todas las madres deben alentarse a dejar a su bebé que succione el pecho. Si una madre tiene el fuerte deseo de no amamantar, puede manifestarlo en ese momento.

- El bebé que amamanta recibe calostro en pequeñas cantidades que son específicas para el tamaño del estómago del recién nacido. Si el bebé no amamanta, la leche artificial también debe administrarse en pequeñas cantidades.²⁴ Se harán arreglos para asegurar que la leche de sustitución estará disponible para los bebés que no están amamantando.
- *Analice como los alimentos de sustitución pueden prepararse y darse en las primeras horas después del parto.*
- *Pregunte se hay dudas. Resuma la sesión.*

²⁴ No existe evidencia en la investigación referida a la alimentación de un bebé de término sano que no amamanta. La mayoría de bebés que no amamantan no necesitan recibir alimento en la primera hora o dos después del parto.

Sesión 5 Resumen

- El Paso 4 de los Diez Pasos para una lactancia exitosa establece: Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la media hora después del parto. Este paso se interpreta ahora como:
Colocar a los bebés en contacto piel a piel con sus madres inmediatamente después del parto por lo menos durante una hora y alentar a las madres a reconocer cuando sus bebés están listos para amamantar, ofreciendo su ayuda si fuera necesario.
- Las prácticas que resultan en una mujer que se siente competente, en control, apoyadas y listas para interactuar con su bebé, que está alerta, ayudan a cumplir con este Paso. Aliente la atención de la maternidad centrada en la familia para la atención del parto con la participación del padre o de un miembro de la familia durante el trabajo de parto y parto.
- Las prácticas de apoyo incluyen: apoyo en el trabajo de parto, limitar las intervenciones invasivas, prestar atención a los efectos de los analgésicos, ofreciendo alimentos livianos y líquidos, evitando las cesáreas innecesarias, y facilitando el contacto precoz entre la madre y el bebé.
- El contacto precoz y ayuda con la lactancia pueden ser prácticas de rutina después de una cesárea.
- Proveer de contacto piel a piel ininterrumpido, sin prisas entre cada madre y su bebé sano. Comenzar inmediatamente o tan pronto como sea posible en los primeros minutos después del parto. El bebé debe estar desenvuelto, y la madre y el bebé juntos y ambos cubiertos. Permitir este contacto por lo menos durante una hora.
- Alentar a la madre que responda a los signos de su bebé cuando está listo para ir al pecho.
- Estas prácticas de apoyo no necesitan cambiar cuando se atiende a una madre infectada con el VIH.

Sesión 5 Revisión de Conocimiento

Elabore una lista con cuatro prácticas que pueden ayudar a la madre y su recién nacido a que su lactancia tenga un buen comienzo.

Citar tres formas de ayudar a la madre a dar el pecho.

Nombrar tres barreras posibles de contacto piel a piel y cómo vencer cada una.

Información Adicional - Sesión 5

Inicio de la lactancia

- Alentar a la madre a amamantar cuando el bebé muestra que está listo (generalmente en la hora). No es necesario apurar al bebé y forzarle a lactar. Una madre y su bebé deben mantenerse en contacto piel a piel quietamente, hasta que ambos estén listos para amamantar. Esto puede tomar minutos o una hora o más.
- El contacto precoz con el pezón y la areola produce la liberación de oxitocina. La oxitocina ayuda a :
 - a la contracción más rápida del útero lo que controlara la hemorragia. El uso rutinario de la oxitocina sintética y la ergometrina no son necesarias cuando la madre amamanta después del nacimiento.
 - la madre se sentirá más unida al bebé y más cariñosa.
- El calostro, la primera leche del pecho, es vitalmente más importante para el bebé²⁵. Tiene muchos factores inmunológicos que protegen al bebé, y ayuda a eliminar el meconio del intestino del bebé, lo cual favorece los niveles bajos de ictericia. El calostro provee de una cubierta de protección para el intestino del bebé, y le ayuda a desarrollar. De esta manera debe ser el único líquido que reciba el bebé.
- Los alimentos pre lácteos son todo líquido o alimentación que recibe el bebé antes que comience la lactancia. Se incluyen, agua, fórmula, alimentos tradicionales como la miel, dátiles, plátanos, bebidas de hierbas, y otras sustancias. Aun unas pocas cucharillas de estos fluidos o alimentos pueden incrementar el riesgo de infección y alergia del recién nacido. Si se utilizan los alimentos pre lácteos en esta área, durante el prenatal analice con la madre la importancia de la lactancia exclusiva y como ella podría lograrlo.
- Los recién nacidos no necesitan agua ni otros alimentos artificiales para ‘probar’ su habilidad de succionar y deglutir. Cuando, rara vez, el bebé tiene alguna anormalidad para deglutir, el calostro (sustancia fisiológica natural) es menos riesgosa para los pulmones del bebé que una sustancia como el agua o la fórmula artificial.
- Una madre que amamanta en la sala de parto es más probable que amamante por más meses que cuando la primera alimentación se retrasa.
- Si un bebé no ha comenzado a amamantar en la sala de parto, asegurar que el personal de puerperio sepa esto. Pídales que se aseguren que continúe el apego piel a piel, y que se vigilen los signos del apronte para succionar.

Actividad opcional

Observar a la madre bebé en el contacto piel a piel pronto después del nacimiento.
¿Qué conductas del bebé se ven que le conducen hasta el pecho?

²⁵ Ver la sección del calostro en la sección de Información Adicional de la Sesión 3

Lista de control de prácticas del nacimiento

Nombre de la Madre: _____

Fecha y hora del nacimiento del bebé: _____

Tipo de nacimiento

___ Vaginal: Eutócico ___ Extractor de vacío ___ Fórceps ___
___ Cesárea con epidural/espinal
___ Cesárea con anestesia general

Contacto piel a piel:

Hora de inicio: _____ Hora del final: _____ Duración del contacto: _____

Razón para interrumpir el contacto piel a piel: _____

Hora del primer amamantamiento: _____

Fecha y hora de la ayuda con el segundo amamantamiento: _____

Notas:

Contacto piel a piel inmediatamente después del nacimiento:

- mantiene al bebé caliente,
- calma a la madre y el bebé y regula la respiración y la frecuencia cardíaca
- coloniza el bebé con las bacterias normales de la madre,
- reduce el llanto infantil, y de esta manera el estrés y la energía,
- permite que el bebé encuentre el pecho y lo agarre para iniciar la lactancia,
- facilita el apego entre la madre y su bebé.

**No se necesitan alimentos o fluidos adicionales para el recién nacido
– solo leche materna**

SESIÓN 6

CÓMO LLEGA LA LECHE DESDE EL PECHO AL BEBÉ

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Identificar las partes del pecho y describir sus funciones; | 5 minutos |
| 2. Discutir cómo se produce la leche y cómo se regula la producción; | 15 minutos |
| 3. Describir el rol del bebé en la producción de leche, | 20 minutos |
| 4. Enseñar el cuidado del pecho | 5 minutos |

Tiempo total de la sesión:

45 minutos

Materiales:

Diapositiva 6/1: Partes del Pecho

Diapositiva 6/2: Masaje de la espalda

Diapositiva 6/3: Qué se ve – vista interior

Diapositiva 6/4: Qué se ve – vista anterior

Modelo de pecho

Muñeca (opcional)

Documentos de lectura para los facilitadores:

Sesión 3, Cómo funciona la lactancia en *Consejería de Lactancia: Curso de capacitación*.
OMS/UNICEF

Introducción

Para ayudar a Miriam y Fátima con la lactancia usted necesita saber cómo se produce la leche y cómo el bebé succiona.

En la lactancia normal, existen dos elementos necesarios para obtener leche del pecho al bebé:

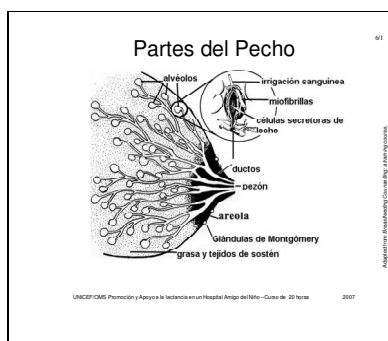
- un pecho que produce y libera la leche, y
- un bebé que es capaz de remover la leche del pecho con una succión productiva.

La manera en la cual el bebé se pega al pecho determinará cuán exitosamente estos dos elementos se ensamblan. Si la leche no es removida del pecho, se deja de producir más leche.

1. Partes del pecho involucradas en la lactancia

5 minutos

- Use la diapositiva 6/1 –para identificar las partes del pecho



- En la parte externa del pecho usted puede ver la **Areola**, un área oscura alrededor del pezón. El bebé necesita introducir una gran porción de la areola en su boca para alimentarse bien. En la areola existen las glándulas de Montgomery que proveen una sustancia aceitosa para mantener la piel sana. Las glándulas de Montgomery son la fuente del olor de la madre, que ayudara al bebé a encontrar el pecho y reconocerla.
- En el interior del pecho, están:
 - La grasa y el **tejido de sostén** que le da al pecho su tamaño y su forma,
 - **Nervios**, que transmiten mensajes del pecho al cerebro para disparar la liberación de las hormonas de la lactancia,
 - Pequeños sacos de células productoras de leche o **Alvéolos**²⁶ que producen leche,
 - Los **conductos** que transportan la leche al **pezón**. El bebé necesita tener un buen agarre para comprimir los conductos de leche que están debajo la areola para remover la leche efectivamente.
- Rodeando cada alvéolo están los pequeños músculos que se contraen para exprimir la leche a los ductos. También existe una red vascular alrededor del alvéolo que lleva los nutrientes a las células que hacen leche.

²⁶ Una glándula es un alvéolo y múltiples glándulas son los alvéolos

- Es importante reasegurar a las madres, que existen muchas variaciones en el tamaño y forma de los pechos de las mujeres. La cantidad de leche producida no depende del tamaño del pecho.²⁷ Esté seguro de decirle a la mujer que sus pechos son buenos para amamantar y evitar mencionar palabras como "problema".

2. Producción de leche materna

15 minutos

- Los primeros estadios de la producción de leche están bajo el control de hormonas o mensajeros químicos en la sangre.
 - Durante el embarazo, las hormonas ayudan a que el pecho se desarrolle y aumente de tamaño. El pecho también empieza la producción de calostro.
 - Después del parto, las hormonas del embarazo disminuyen. Las dos hormonas - prolactina y oxitocina se convierten en importantes para ayudar a la *producción y flujo* de leche. Bajo la influencia de la prolactina, los pechos empiezan a hacer grandes cantidades de leche. Generalmente toma 30-40 horas después del parto para que se produzca gran cantidad de leche. El calostro está listo cuando el bebé nace.

Prolactina

- La prolactina es una hormona que hace que los alvéolos produzcan leche. La prolactina funciona después que el bebé ha amamantado para hacer la leche de la próxima vez. La prolactina puede hacer sentir a la madre con sueño y relajada.
- La prolactina es alta en las primeras dos horas después del nacimiento. Es alta en la noche. De esta manera la lactancia en la noche permite más secreción de prolactina.

Oxitocina

- La oxitocina causa la contracción de las fibras musculares alrededor de los alvéolos para contraer y hacer que la leche fluya por los conductos. Esto es esencial para permitir que el bebé obtenga leche. Este proceso se llama reflejo de oxitocina, o reflejo de eyección de leche, o de bajada de leche. Puede suceder varias veces durante la mamada. El reflejo puede sentirse de diferente manera o ser menos notorio con el tiempo.
- Muy pronto después que nace el bebé, la madre puede experimentar ciertos signos del reflejo de la oxitocina. Estos son:
 - Contracciones uterinas dolorosas, algunas veces con una precipitación de sangre,
 - sed repentina,
 - eyección de leche del pecho, o goteo de leche del pecho que no está amamantando
 - sensación de apretón en su pecho.
 A veces, las madres no sienten sensación alguna.
- Cuando se presenta la eyección de leche, el ritmo de la succión del bebé cambia de rápida a lenta, profunda (cerca de uno por segundo) y deglute.
- Viendo, escuchando, tocando, y pensando con cariño en el bebé, ayuda al reflejo de la oxitocina. La madre puede ayudar a la oxitocina a funcionar:
 - Sintiendo contenta por su bebé y con confianza en que su leche es lo mejor,
 - Relajación y sintiendo cómoda para alimentar a su bebé,
 - Expresión de un poco de leche para la estimulación suave del pezón.

²⁷ Los pechos pequeños pueden no almacenar tanta leche como los grandes entre mamadas. Los bebés con pechos pequeños necesitan amamantar más a menudo, pero la cantidad de leche producida en el día es similar a la de los pechos grandes.

- Mantener al bebé cerca para que la madre le vea, toque, olfatee.
- Si es necesario, pedir que alguien le haga masaje de la espalda, la parte alta y especialmente a lo largo de la columna.
- *Mostrar la Diapositiva 6/2*



- La oxitocina liberada puede ser inhibida temporalmente por:
 - El dolor extremo, tal como una fisura en el pezón, o la sutura de la cesárea o la episiotomía,
 - El estrés por cualquier causa, incluyendo las dudas, vergüenza, o ansiedad
 - Nicotina y alcohol.
- Recordar que como se habla con la madre es importante para ayudar a que fluya su leche – usted aprendió al respecto en la sesión previa en las habilidades de comunicación. Si usted la preocupa por su producción de leche, esta preocupación puede afectar la liberación de la oxitocina.

Retroalimentación inhibitoria de la lactancia (RIL)

- Usted puede notar que algunas veces se produce leche de un pecho y no del otro – generalmente cuando el bebé mama de un solo lado. Esto se debe a que la leche contiene un **inhibidor** que puede reducir la producción de leche.
- Si la leche no es removida y el pecho se mantiene lleno, este inhibidor disminuye la producción de leche. Si la leche se remueve del pecho, el nivel de inhibidor disminuye y la producción de leche incrementa. Así la cantidad de leche que se produce depende de cuanta leche se remueve. Por ello, el asegurar una producción de leche completa, asegúrese que la leche se remueve eficientemente del pecho.
- Para prevenir el reflejo de inhibición de la lactancia :
 - Este seguro que el bebé tiene buen agarre,
 - Alentar la lactancia frecuente;
 - Permitir que el bebé amamante todo el tiempo que el bebé quiera en cada pecho,
 - Dejar que el bebé termine el primer pecho antes de ofrecer el segundo;
 - Si el bebé no succiona, extraer la leche para que la producción de leche continúe.

3. El rol del bebé en la transferencia de la leche

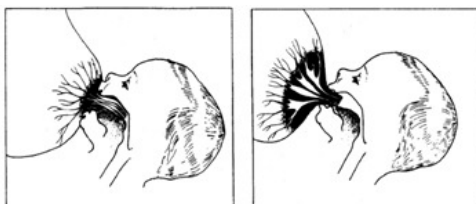
20 minutos

- La succión del bebé controla la producción de leche, el reflejo de oxitocina, y la remoción del inhibidor en el pecho. Para que una madre produzca la leche que su bebé necesita, el bebé debe succionar frecuentemente y de manera correcta. El bebé no puede obtener eche si succiona solo el pezón.

Buen y mal agarre

- Los dibujos siguientes muestran lo que sucede dentro la boca del bebé, cuando ella o el esta amamantando.

*Mostrar la
Diapositiva 6/3*

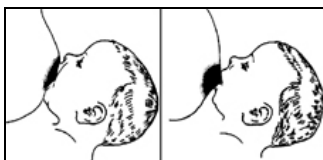


- En la figura 1: Buen agarre
 - El pezón y la areola se estiran hasta alcanzar la orofaringe del bebé.
 - Los conductos largos que yacen debajo de la areola están dentro la boca del bebé.
 - La lengua del bebé se estira hacia adelante por encima de la encía inferior para que pueda comprimir el pecho y de esta manera extraer la leche. Esto se llama succión.
 - Cuando un bebé agarra el pecho dentro su boca de esta manera, el bebé está bien pegado y puede obtener la leche fácilmente.
- En la figura 2: Mal agarre
 - El pezón y la areola no se estiran hasta la parte posterior de la oro faringe.
 - Los conductos de leche no están dentro de la boca del bebé.
 - La lengua del bebé está detrás y dentro de la boca y no puede exprimir la leche
 - El bebé tiene mal agarre. El bebé esta succionando solo el pezón, que puede ser doloroso para la madre. El bebé no puede succionar efectivamente ni sacar leche.

Como reconocer si un bebé tiene buen o mal agarre

- Usted necesita ser capaz de reconocer el agarre de un bebé observando desde afuera. Las siguientes figuras muestran el agarre por fuera.

Mostrar figura 6/4



- En la figura 1: Buen agarre
 - La **boca** del bebé está bien abierta.
 - El **labio inferior** está evertido.
 - El **mentón** está tocando el pecho (o casi).
 - Más **areola** visible por encima de la boca del bebé que por debajo.
 - Ver más o menos areola no es un signo confiable para el agarre. Algunas mujeres tiene una areola grande y otras la tienen pequeña. Es más confiable comparar cuanta areola se puede ver por encima y por debajo de la boca del bebé (si se ve).
 - Estos son signos de buen apego. Si se pueden ver todos estos signos, entonces el bebé tiene *buen agarre*. Cuando el bebé tiene buen agarre, la madre se siente cómoda y sin dolor y el bebé succiona efectivamente.
 - En la figura 2: Mal agarre
 - La **boca** no está bien abierta.
 - El **labio inferior** está invertido
 - El **mentón** está lejos del pecho.
 - Más **areola** visible por debajo de la boca del bebé. (Se puede ver igual porción de areola por encima y debajo de la boca.)
- Estos son los signos de mal agarre. Si usted ve cualquiera de estos signos, entonces el bebé tiene *mal agarre* y no puede succionar efectivamente. Si la madre siente molestia, o dolor es un signo de mal agarre.

La acción de succión

- Cuando el pecho toca los labios del bebé, (o el bebé olfatea la leche), coloca su cabeza ligeramente hacia atrás, abre ampliamente su boca, coloca la lengua por debajo, buscando el pecho. Este es el reflejo de búsqueda.
- Cuando el bebé esta cerca del pecho, el bebé agarra el pecho, abriendo bien la boca, el pecho y la areola se estiran hacia atrás, dentro la boca del bebé hasta tocar el paladar blando. Esto estimula el reflejo de succión.
- Los músculos entonces moverán la lengua como una ondulación de adelante hacia atrás dentro la boca, ordeñando la leche de los conductos debajo de la areola en la boca del bebé. Al mismo tiempo, el reflejo de la oxitocina hace que la leche fluya a lo largo de los conductos.
- El bebé deglute cuando la parte posterior de la boca se llena de leche, (el reflejo de deglución). Los reflejos de búsqueda, succión y deglución suceden automáticamente en un bebé sano a término. Tomar el pecho lo más posible no es un hecho completamente automático, y muchos bebés necesitarán ayuda.
- Un bebé que esta letárgico por los medicamentos administrados a la madre en el trabajo del parto, un recién nacido prematuro o enfermo, necesitará mayor ayuda para agarrar efectivamente el pecho.

Señales de una succión efectiva

- Si un bebé agarra bien el pecho, succionará bien y obtendrá leche durante la mamada. Las señales de una succión efectiva son:
 - El bebé succiona **lenta y profundamente**, algunas veces con pausas cortas,
 - Se puede ver y escuchar la **deglución**.
 - Las **mejillas** están llenas, no hundidas durante la succión.
 - El bebé termina de mamar y **suelta el pecho por sí mismo** y se ve contento.
 Estos signos le dicen que el bebé esta ‘tomando’ la leche y esta es una succión efectiva.

Señales de una succión NO efectiva

- Si un bebé
 - tiene solo succiones rápidas,
 - hace sonidos de chupeteo o chasqueo;
 - tiene las mejillas hundidas;
 - inquieto en el pecho, se queja, y agarra y suelta el pecho una y otra vez;
 - se alimenta muy frecuentemente – más frecuente que cada hora CADA día;²⁸
 - mama por largos períodos – por más de una hora en CADA mamada, a no ser que fuera de bajo peso;
 - no está satisfecho al final de la mamada,
 Estos son los signos que la succión inefectiva, el bebé no obtiene leche fácilmente. Cualquiera de estos signos indica que puede haber una dificultad.

Chupones artificiales y dificultad para la succión

- Los chupones artificiales pueden causar dificultades al bebé que amamanta.

²⁸ Alimentación Clúster – cuando el bebé se alimenta muy frecuentemente durante algunas horas y luego duerme por otras. Es normal.

- Después de la succión de un chupón, el bebé puede tener dificultades succionando el pecho porque la acción de la boca es diferente.
- El bebé puede acostumbrarse al chupón y luego amamantar con dificultad.
- Uso de pacificadores puede reducir el tiempo de succión del pecho, reduciendo así la estimulación, la producción de leche, y la remoción de leche.

Pregunte: Fátima le pregunta qué puede hacer para tener mucha leche. ¿Cuáles son las formas de asegurar una buena producción de leche?

Espere algunas respuestas.

- Enseñar a las madre cómo mantener una buena producción de leche:
 - Ayudar al bebé a amamantar inmediatamente después del parto,
 - Buena posición y agarre del pecho para amamantar y no dar ningún chupón artificial ni biberón que pueda confundir la succión y reducir la estimulación del pecho.
 - Lactancia exclusiva,
 - Alimentar al bebé tan frecuentemente como quiere, generalmente cada 1-3 horas, por el tiempo que quiera en cada mamada.
 - Alimentar al bebé en la noche, cuando la liberación de la prolactina en respuesta a la succión es alta.

4. El cuidado del pecho

5 minutos

Pregunte: ¿Que necesitan hacer las madres para conocer cómo cuidar sus pechos cuando están amamantando?

Esperar algunas respuestas.

- Enseñar a las madres cómo cuidar sus pechos.
 - Limpiar los pechos con agua solamente. Los jabones, lociones, aceites, y la vaselina interfieren todos con la lubricación natural de la piel.
 - El lavar los pechos una vez al día como parte de la higiene total del cuerpo es suficiente. No es necesario lavar los pechos directamente antes de las mamadas. Esto remueve los aceites protectores y altera el olor que el bebé puede identificar como del pecho de la madre.
 - Los sostenes no son necesarios, pero pueden utilizarse si así se desea. Escoger un sostén que le quede bien y no esté ajustado.

Pregunte: Algunas madres pueden no estar amamantando. ¿Existe algo más que las madres necesiten saber para el cuidado de su pecho en los días después del nacimiento?

Espere algunas respuestas.

- Una madre que no está amamantando necesita saber cómo cuidar sus pechos. Su leche se seca naturalmente, si su bebé no remueve la leche con la succión²⁹, pero esto lleva una semana o más. Puede extraerse la leche suficiente para que alivie la tensión del pecho y no sienta molestias mientras se seca la leche. Esta leche puede ser administrada solo al bebé. Si la madre está infectada por el VIH ella puede extraerse la leche y tratarla con calor para dársela al bebé.

- *Pregunte si tienen dudas. Resuma la sesión.*

²⁹ La producción de leche se interrumpe debido al factor inhibidor de la lactancia (FIL) que frena la producción si el pecho está lleno. Ver la Sesión 10 para la información sobre el alivio de la congestión.

Sesión 6 Resumen

- El tamaño y forma de los pechos no está relacionado con la habilidad para amamantar.
- La prolactina ayuda a producir leche y puede hacer que la madre se sienta relajada.
- La oxitocina eyecta la leche para que el bebé remueva la leche mediante la succión. La relajación y el estar cómoda, ver tocar, escuchar y pensar en su bebé, puede ayudar a estimular el reflejo de la oxitocina. El dolor, la duda, vergüenza, la nicotina y el alcohol pueden inhibir temporalmente la oxitocina.
- Si los pechos se llenan, el reflejo inhibitor de la lactancia reducirá la producción de leche. La producción de leche continua cuando la leche se remueve. Los pechos hacen tanta leche como se remueve.
- La lactancia inmediata y frecuente ayuda a iniciar la producción de leche.

 Signos de buen agarre - Mentón toca el pecho (o casi) - Boca bien abierta - Labio inferior evertido - Areola: más visible por encima que por debajo la boca	 Signos de mal agarre - Mentón alejado del pecho - La boca no está bien abierta - Labio inferior invertido - Areola: más visible por debajo que por arriba o igual
--	---

Signos de succión efectiva

- Succión lenta, profunda con sonidos de deglución
- Mejillas llenas no hundidas
- Bebé amamanta lentamente
- Bebé que termina de mamar, suelta el pecho y se ve satisfecho
- La madre no siente dolor

Signos de una succión inefectiva

- Movimientos de succión rápidos, con chupeteo y chasquidos
- La mejillas hundidas
- El bebé intranquilo, inquieto en el pecho, agarra y suelta el pecho varias veces
- El bebé amamanta muy frecuentemente, por períodos muy largos, pero no suelta el pecho y parece insatisfecho
- La madre siente dolor

El cuidado del pecho es importante

- Los pechos no necesitan lavarse antes de las mamadas.
- Las madres que no están amamantando necesitan cuidar sus pechos hasta que se seque la leche.

Sesión 6 Revisión de Conocimiento

Describe a una madre primeriza como saber si su bebé tiene un buen agarre y una succión efectiva.

SESIÓN 7

AYUDAR A AMAMANTAR - PASO 5

Objetivos de la Sesión:

Al final de esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|---|------------|
| 1. Hacer una lista de los elementos clave de la posición para una lactancia buena y cómoda. | 5 minutos |
| 2. Describir cómo evaluar una mamada; | 5 minutos |
| 3. Reconocer signos de posición y agarre; | 20 minutos |
| 4. Demostrar cómo ayudar a la madre para aprender la posición y agarre de su bebé para amamantar; | 25 minutos |
| 5. Decidir cuándo ayudar a la madre; | 5 minutos |
| 6. Practicar en pequeños grupos, ayudar a la ‘madre’; | 20 minutos |
| 7. Hacer una lista de porque el bebé puede tener dificultad para amamantar. | 10 minutos |

Tiempo total de la sesión: **90 minutos**

Materiales:

Diapositiva 7/1: variedad de posiciones para amamantar

Diapositiva 7/2: Instrumento de evaluación de la mamada

Diapositiva 7/3: Instrumento de observación de la mamada Fig. 1

Diapositiva 7/4: boca bien abierta

Diapositivas 7/5:& 7/6: Instrumento de observación de la mamada Figs. 2-3

Instrumento de observación de la mamada – una copia para cada participante

Ayudando a la madre a colocar su bebé al pecho. Una copia para cada participante

Posición para amamantar – una copia para cada participante (opcional)

Almohadones o almohadas o toallas o telas enrolladas

Silla baja o una silla ordinaria y taburete o un cajón pequeño para apoyar los pies de la ‘madre’

Colchoneta o cubierta para demostrar la posición recostada

Una muñeca para cada grupo de 4 participantes o en parejas

Modelo de pecho para cada grupo de 4 participantes o por pareja

Documento de lectura para los facilitadores:

Sesión 10, Posición del bebé para mamar y Sesión 16, Rechazo al pecho: *Consejería en Lactancia: Curso de Capacitación*. OMS/UNICEF

Preparación para la demostración:

Pida a dos participantes que le ayuden con las demostraciones. Explique que los participantes jugarán el rol de una ‘madre’ que necesita ayuda para colocar su bebé al pecho. Una ‘madre’ estará sentada y la otra acostada. Pida a cada ‘madre’ que escoja un nombre para ella y otro para su ‘bebé’. Si ella quiere, puede usar su propio nombre. Siempre trate a su ‘bebé’ muñeca, con delicadeza puesto que esta modelando una conducta que confía en promocionar. Practique dando la demostración a los participantes siguiendo el texto, para que usted sepa cómo seguir los pasos. Puede ser fácil si un

facilitador explica los puntos mientras otro facilitador ayuda a la ‘madre’ con la demostración.

1. Posición adecuada para amamantar

5 minutos

- Posición significa cómo la madre sostiene a su bebé para que agarre bien el pecho. Si el bebé tiene mal agarre, usted puede ayudar a la madre a colocar al bebé nuevamente al pecho para que su agarre mejore
- Si el bebé tiene buen agarre, y amamanta efectivamente, no interfiera con la forma de amamantar de la madre. Dígale que puntos clave está observando usted, así construirá la confianza de la madre en sí misma y en su propia habilidad para evaluar como marcha la lactancia.

Posición de la madre

- Existen muchas posiciones que la madre puede utilizar – por ejemplo, sentada en el piso, en el suelo, en una silla, acostada, de pie, caminando. Si la madre está sentada o acostada, debe estar:
 - Cómoda, con soporte en la espalda
 - Los pies sobre un apoyo para que los pies no cuelguen sueltos o poco confortables,
 - Apoyo para el pecho, si es necesario.

Posición del bebé (demostración con una muñeca)

- El bebé puede estar en dos posiciones diferentes, como a lo largo del brazo de la madre, a lo largo de su cuerpo. Cualquier posición que se use, los mismos puntos clave se usarán para ayudar al bebé a estar cómodo. El cuerpo del bebé necesita estar:
 - **en línea** con el oído, hombro y cadera en una línea, para que el cuello del bebé no esté torcido ni extendido (hacia atrás) o flexionado (hacia adelante);
 - **pegado** al cuerpo de la madre, así el bebé es llevado al pecho y no el pecho hacia el bebé;
 - **apoyando** tanto la cabeza, los hombros, y si es recién nacido, todo el cuerpo;
 - **frente** al pecho, con la nariz del bebé frente al pezón, mientras se acerca al pecho.
- *Muestre la transparencia 7/1 – figuras de una variedad de posiciones. Entregue la hoja didáctica (opcional). Señalar brevemente como la madre está en una posición diferente, sin embargo en cada posición el bebé está en línea, pegado, apoyado y de frente al pecho.*
- Usted no puede ayudar a la madre de manera efectiva, si no está cómodo. Si su espalda no tiene apoyo y su cuerpo esta doblado, probablemente se canse y apure el proceso. Sentarse en una posición cómoda, donde este relajada y en una Buena posición para dar ayuda conveniente.

2. Cómo evaluar la lactancia

5 minutos

- La evaluación de la mamada puede:
 - ayudarle a identificar y alabar aquello que la madre y el bebé están haciendo bien;
 - darle información sobre las actuales dificultades con la lactancia; y
 - resaltar las prácticas que pueden dar problemas si no se cambian.

- La evaluación de la mamada implica vigilar que están haciendo bien la madre y el bebé, y escuchar lo que la madre nos dice. Puede ayudar a relajar a la madre si le decimos que queremos ver cómo esta mamando el *bebé*, en lugar de decir que está vigilando lo que la *madre* está haciendo.
- Si el bebé se envuelve con frazadas gruesas, pida a la madre que desenvuelva al bebé para ver la posición del bebé.
- *Distribuya y explique la estructura del Instrumento de Evaluación de la Mamada. Pida a los participantes que revisen el instrumento mientras explica.*
- *Mostrar la Diapositiva 7/2.*
- La observación de la mamada puede ayudar al trabajador de salud a recordar qué buscar cuando está observando y ayudarlo a reconocer dificultades.
- El instrumento está dividido en secciones, cada una de las listas señala que la lactancia está bien o los signos de posibles dificultades. Se marca el signo que se observa. Si todas las marcas están a la izquierda entonces la lactancia está yendo bien. Si las marcas están a la derecha, existe una dificultad que se debe considerar.
- Observar a la madre en general:
 - ¿Que advierte acerca de la madre – su edad, apariencia general, se ve sana o enferma, triste o feliz, cómoda o tensa?
 - ¿Ve usted signos de apego entre la madre y el bebé – contacto visual, sonrisa, está el bebé sostenido con confianza, o no hay contacto visual y el bebé está mal sostenido?
- Observar a la madre en general:
 - ¿Qué advierte acerca del bebé – apariencia general, alerta o letárgico, tranquilo o llorando, y cualquier otra condición que afecte el amamantamiento tal como la nariz tapada o el paladar hendido?
 - ¿Cómo responde el bebé? – mira el pecho cuando está hambriento, está cerca a la madre o empuja el pecho y se separa.
- Mientras la madre se prepara para amamantar a su bebé, que nota en sus pechos?
 - ¿Cuál es el aspecto de sus pechos, y los pezones –sanos o rojos, hinchados o adoloridos?
 - ¿Le dice que siente dolor, o actúa como si tuviera miedo alimentar al bebé?
 - ¿Cómo sujeta su pecho para amamantar? ¿Están sus dedos de manera que ofrecen una buena porción del pecho?
- Ver la posición del bebé para amamantar:
 - ¿Cómo está colocado el bebé – la cabeza y el cuerpo, columna vertebral en línea, pegado al cuerpo de la madre, apoyado, de frente al pecho, y acercando la nariz al pezón? O el cuerpo del bebé está torcido, alejado, no está apoyado y el mentón esta frente al pezón?
- Observe los signos de agarre durante el amamantamiento:
 - Puede ver:
 - más areola por encima del labio superior del bebé,
 - boca bien abierta,
 - labio inferior evertido, y
 - mentón tocando el pecho
- Observe al bebé succionando:
 - ¿Puede ver la succión lenta y profunda? ¿Puede oír la deglución o los chasquidos y chupeteo, y puede ver si las mejillas del bebé están infladas, o hundidas durante la

succión?

- Note cómo termina la mamada - ¿el bebé suelta el pecho por sí mismo y se ve contento?
- Pregunte a la madre como siente la lactancia:
 - ¿Puede sentir algún signo del reflejo de la oxitocina, Ej.: ¿le gotea la leche?, ¿siente un hormigueo?
 - ¿Existe algún dolor o incomodidad?

3. Reconozca los signos de posición y agarre

20 minutos

- *Muestre las diapositivas y pregunte a los participantes que revisen el Instrumento de Observación de la mamada, buscando los signos. Una vez que han descrito los signos que pueden ver, mencione aquellos que faltan.*
Es difícil ver todos los signos en una foto, por ejemplo, no se ve el movimiento, ni se ve cómo termina la mamada. Cuando se observa a las madres y los bebés, puede verse todos los signos.

Diapositiva 7/3

Pregunte: Revise las secciones del Instrumento de Observación de la mamada. ¿Qué puede observar?

De a los participantes unos momentos para mirar la foto. Luego revise cada sección y pregúnteles que ven. Sugiera los puntos que no se vieron.

Los signos que se pueden ver son:

General:

La madre se ve sana en general.

Está sentada cómodamente.

La madre está mirando a su bebé con amor.

El bebé se ve saludable, tranquilo y relajado.

Sus pechos están sanos.

No está agarrando su pecho. Su pecho esta empujado por el sostén o una polera que no se abre por delante.

Posición del bebé:

La cabeza del bebé y su cuerpo están en línea

El bebé no está cerca

El bebé no está bien sostenido

El bebé esta frente a la madre

Agarre del bebé:

Esta madre tiene una gran areola.. Sin embargo, parece que el bebé no agarra una buena porción del pecho.

La boca del bebé está bien abierta pero no lo suficiente.

El labio inferior del bebé esta evertido.

El mentón del bebé no toca el pecho.

No se pueden ver los signos de la succión en la foto.

Pregunte: Cuando habla con la madre, recuerde decirle algo positivo antes de sugerirle los cambios. ¿Qué signos positivos puede mostrarle a la madre?

- Su bebé parece estar creciendo y amamantando bien

- Esta mirando a su bebé con amor
- El cuerpo de su bebé está en línea frente a la madre.

Pregunte: ¿Qué sugerencias puede hacerle a la madre?

- Podría ofrecer volver a poner el bebé al pecho para que con la posición y agarre de su bebé tenga una succión más efectiva.
- Ayudaría si la madre se quita la polera y el sostén ajustados para que el pecho este menos apretado.
- Ella puede sujetar su pecho fácilmente con una mano y con el otro brazo y la otra mano sujetar a su bebé pegado, para que el bebé llene su boca con la teta.
- *Recordar a los participantes como se ve la boca llena del bebé. Mostrar la Diapositiva 7/4.*

Diapositiva 7/5

Pregunte: Repase las secciones del Instrumento de Observación de la Mamada anotando lo que se ve.

De a los participantes unos momentos para mirar a la foto. Después repase cada sección y pregunte a los participantes que ven. Sugerir los puntos que no se vieron.

Los signos que se pueden ver son:

Generales:

En esta foto, no se puede ver mucho de la madre ni su posición.

Ella está usando dos dedos para sujetar su pecho en 'tijera'. Es difícil mantener los dedos en esta posición durante mucho tiempo y pueden resbalar hasta el pezón, lo cual puede evitar que el bebé llene su boca con parte del pecho.

El bebé se ve sano. Sin embargo se ve tenso. (Note la mano bien empuñada)

Posición del bebé:

La cabeza del bebé y su cuerpo no están en línea. La cabeza del bebé está extendida (hacia atrás).

El bebé no está cerca

El bebé no está bien sostenido

Bebé frente a la madre

Agarre del bebé:

En esta foto no se ve bien la areola

La boca del bebé no está bien abierta

El labio inferior del bebé no está evertido.

El mentón del bebé no toca el pecho.

No se pueden ver los signos de succión en esta foto.

Pregunte: ¿Qué signos positivos puede mostrarle a la madre?

- El bebé se ve sano
- Ella mira con amor a su bebé
- El cuerpo del bebé está frente al de la madre.

Pregunte: ¿Qué sugerencias puede hacerle a la madre?

- Podría sugerirle que la madre nuevamente coloque el bebé al pecho y agarre de nuevo para una succión más efectiva.
- Si su bebé esta cerca y un poco más alto, apoyado (tal vez con una toalla enrollada, o almohada), el bebé podría alcanzar el pecho sin estirar ni extender su cabeza hacia atrás.
- Agarrar el pecho con la mano ahuecada puede facilitar que el bebé llene su boca con la teta de la madre.

Diapositiva 7/6

Pregunte: Revise las secciones del Instrumento de Observación de la Mamada anotando lo que se ve.

De a los participantes unos momentos para que miren la foto. Luego revise cada sección y pregunte que se ve. Sugiera los puntos que no se advirtieron.

Los signos que se pueden ver son:

Generales

En esta foto, no se ve mucho de la madre ni su posición.

Esta sujetando su pecho con dos dedos, pero en realidad no parece que estuvieran sujetando su pecho. Parece que su pecho esta colgando hasta alcanzar al bebé, en vez de levantar al bebé hasta el nivel del pecho.

Este bebé parece enfermo, parece que no ha podido mamar por un buen tiempo.

Posición del bebé:

La cabeza del bebé está en una línea, el cuello del bebé no está torcido.

El bebé no está pegado a la madre

El bebé está apoyado, sin embargo necesita estar al nivel de los pechos y mirando hacia la madre

El bebé no está frente a la madre

Agarre del bebé:

No se puede ver bien la areola en esta foto

La boca del bebé no está bien abierta

El labio inferior del bebé esta evertido

El mentón del bebé no toca el pecho.

No podemos ver los signos de succión en la foto.

Pregunte: ¿Qué signos positivos puede mostrarle a la madre?

- Su bebé está recibiendo el pecho, eso muestra que usted cuida y ama a su bebé.

Pregunte: ¿Qué sugerencias puede hacer a la madre?

- La madre puede necesitar una posición más cómoda para ella, para que no se agache sobre el bebé. Puede sugerir que la madre que vuelva a colocar al bebé al pecho

para que la posición y el agarre le permitan una succión más efectiva.

- Si la madre sujetara al bebé más cerca, con su cuerpo hacia el pecho, y más alto con todo el cuerpo apoyado (puede ser con una toalla enrollada o almohada), el bebé puede alcanzar el pecho fácilmente y esto puede hacer más fácil que el bebé llene su boca con la teta de su madre.
- Estas fotos muestran un número de signos que pueden mejorar. Sin embargo, recordar que muchas madres y sus bebés amamantan sin dificultad. Note que los signos de una buena lactancia, no solo los signos de una probable dificultad.
- Después se observaran madres y bebés reales

4. Ayudar a la madre a mejorar la posición y el agarre de su bebé 25 minutos

- *Primero explicar estos puntos:*

- El objetivo de ayudar a la madre es que ella sola pueda colocar su bebé al pecho y que tenga un buen agarre. Si el trabajador de salud coloca el bebé al pecho y ella no puede, esto no ayudara a la confianza en sí misma.
- Recuerde estos puntos cuando está ayudando a una madre:
 - Siempre observe a la madre amamantar antes de ofrecer ayuda. Ofrecer ayuda a la madre solo si hay dificultades
 - Ayude en lo posible “sin tocar” para que la madre misma acomode a su bebé. Si necesita mostrarle a la madre, primero trate de mostrarle con la mano en su propio cuerpo. Sin embargo, si es necesario, podrá utilizar su mano para guiar suavemente su brazo y su mano.
 - Hable sobre los puntos clave que la madre puede ver cuando esta amamantando – en línea, pegado, apoyado y de frente, para que la madre misma tenga confianza y sea efectiva.
- No todas las madres son iguales. Algunas madres y bebés, necesitaran más tiempo para aprender a amamantar y otras pueden necesitar solo unas palabras para construir su confianza. El trabajador de salud necesita observar y escuchar a la madre para que se le de ayuda psicológica y práctica cuando sea necesario.

Demostrar cómo ayudar a la madre que está sentada

- *Demostrar cómo ayudar a la madre a colocar su bebé al pecho. Explicar a la madre de manera que construya la confianza en sí misma y le ayudará a comprender, para que los participantes puedan ver como las buenas técnicas de comunicación se usan. Cuando se explica un punto a los participantes muévase discretamente alejándose de la madre y de la cara a los participantes para que este claro que está hablando con ellos y no con la madre.*

Pida al participante o facilitador que esta ayudándole, que se siente en la silla o en la cama, donde se decida. Ella debe sujetar al bebé cruzando su cuerpo como es frecuente, pero con mala posición, suelta, sujetando solo su cabeza, con su cuerpo lejos del suyo, y tiene que agacharse para que el bebé agarre su pecho. Dígame que le preguntará como está yendo la lactancia y que ella responderá que le duele cuando el bebé succiona.

- *Resaltar estos puntos:*
- Ahora verán una demostración de cómo ayudara a la madre. Primero la madre debe estar sentada.
- Cuando se ayuda a la madre:
 - **Salude** a la ‘madre’, preséntese, y pregúntele su nombre y el de su bebé.
 - **Pregúntele como está**, y haga una o dos preguntas abiertas acerca de cómo está yendo la lactancia.
 - **Pregúntele si puede ver cómo esta mamando el bebé**, y pídale que ponga su bebé al pecho de la manera como siempre lo hace.
 - **Siéntese usted**, para que pueda estar cómoda y relajada, y en posición adecuada para ayudar.
 - **Observe** su lactancia por unos minutos.
- *Siga estos pasos –salude, pregunte, observe – con la madre de la demostración.*
- *Luego, explique a los participantes:*
- Cuando estamos observando la lactancia, usamos el instrumento de observación de la lactancia. Observe:
 - A la madre y el bebé en general
 - Los pechos de la madre
 - La posición del bebé y su agarre durante el amamantamiento
 - El bebé esta succionando
- Pregunte a la madre como siente la lactancia.
- En esta demostración, podemos ver que la madre esta agachada sobre el bebé, que está lejos de su madre y solo su cabeza esta sujeta. La madre refiere dolor cuando el bebé succiona.
- Después de haber observado la succión.
 - **Diga algo alentador.** [Por ejemplo: "Su bebé disfruta su leche, ¿verdad?"]
 - **Explique que puede ayudar y si le gustaría que le muestren cómo** si está de acuerdo empiece a ayudarlo. [Por ejemplo: “la lactancia podría ser menos dolorosa si (nombre del bebé) llenará su boca con la teta cuando amamanta. ¿Le gustaría que le muestre cómo?”]
- *Vaya a través de estos puntos –diga algo alentador, explique y ofrezca su ayuda con – la ‘madre’ de la demostración.*
- *Señale estos puntos a la ‘madre’ y ayúdela a cumplir cada sugerencia antes que se ofrezca la próxima instrucción. La ‘madre’ se sienta en una posición relajada y confortable (como decidió cuando hizo la práctica).*
- La posición de la madre es importante. Sentada con la espalda y los pies apoyados lleve el bebé al pecho, utilice una toalla, o telas, o almohadones enrollados, si es necesario, para apoyarle, es más cómodo.
- Existen cuatro puntos clave acerca de la posición del bebé:
 1. La cabeza y el cuerpo en una línea.
 2. La madre debe sostener a su bebé cerca de su cuerpo.
 3. Si el bebé es recién nacido, sostener su cuerpo entero y no solamente la cabeza y los hombros.
 4. La cara del bebé frente al pecho, con la nariz del bebé opuesta al pezón.
- *Ayude a la ‘madre’ a sujetar a su bebé recto, pegado, apoyado y de frente.*

- *Luego, muestre cómo agarrar el pecho con su mano para ofrecerle a su bebé.*³⁰
- Muchas madres agarran su pecho :
 - Descansando sus dedos sobre su pared torácica por debajo del pecho. De manera que su dedo índice forme un soporte en la base del pecho.
 - Utilizando el pulgar para hacer ligera presión sobre la parte superior del pecho. Esto puede mejorar la forma del pecho para que el bebé tenga un buen agarre. Ella no debe sostener el pecho muy cerca del pezón.
 - Esté segura que los dedos no están cerca del pezón para que no eviten que el bebé agarre una buena porción del pecho en su boca.
- Luego ayude a que el bebé se acerque al pecho y se agarre:
 - Tocar los labios del bebé con el pezón, para que el bebé abra la boca.
 - Esperar hasta que la boca del bebé este bien abierta, y luego lleve al bebé hacia el pecho. La boca del bebé necesita estar bien abierta para tomar una buena porción del pecho en su boca.
 - Colocar el labio inferior del bebé debajo del pezón, o sea que su mentón y el labio inferior toquen el pecho antes que el labio superior.
 - Llevar el bebé al pecho. La madre no debe moverse hasta el bebé.

Explique a los participantes:

- Trate de no tocar a la madre o a su bebé si es posible. Pero si necesita tocarles para mostrarle a la madre que hacer:
 - Ponga su mano sobre la mano o brazo de la madre, de manera que usted sujete al bebé mediante la madre.
 - Levante el bebé por la parte posterior de sus hombros – *no por la parte posterior de la cabeza del bebé.*
 - Evite empujar la cabeza del bebé hacia adelante.
- Un bebé pequeño necesita que todo su cuerpo sea sujetado no solo la cabeza y el cuello. Un lactante mayor puede gustarle que le sujeten la espalda cuando se sienta para amamantar. La mano de la madre, o su brazo debe sostener la cabeza del bebé pero no la ajustan. El bebé necesita ser capaz de flexionar su cabeza hacia atrás cuando se pega a la madre.
- No es necesario separar el pecho de la nariz del bebé. Las fosas nasales del bebé se abren para permitirle respirar. Si usted teme que la nariz del bebé está muy pegado, pegue más las caderas del bebé al cuerpo de la madre. Esto inclina la cabeza del bebé un poco hacia atrás y la nariz del bebé se separa del pecho.
- Note como la madre responde a los cambios que usted está sugiriendo.
- *Pida a la ‘madre’ que le diga como siente la lactancia ahora. El participante que actúa como la madre debe decir “¡Oh, se siente mejor!”*
- *Resalte estos puntos a los participantes:*
 - Si usted mejora el mal agarre del bebé, la madre muchas veces le dirá espontáneamente que se siente mucho mejor.
 - Si la succión es cómoda para la madre, se ve feliz, su bebé probablemente esta mamando bien. Si la succión es dolorosa, probablemente el bebé no tiene buen agarre.
 - Busque todos los signos del buen agarre (que no se puede ver con la muñeca). Si el agarre no está bien, trate nuevamente.

³⁰ Tal vez prefiera usar un modelo de pecho si la “madre” no quiere agarrar su pecho en clases.

- Generalmente se necesitan varios intentos para que un bebé tenga un buen agarre. Tal vez necesite trabajar con la madre otra vez después, o al día siguiente, hasta que la lactancia vaya bien.
- Si está teniendo dificultades con una posición, trate de ayudarlo a encontrar una posición más fácil o cómoda para ella.
- *Concluya la demostración. Diga a la ‘madre’ algo como:*
 “La nueva posición parece ser más cómoda para usted y su bebé. ¿Podrá amamantar de esta forma la próxima vez y me hace saber cómo le fue?”
- *Agradezca a la ‘madre’ de la demostración por su ayuda.*

Demostrar cómo ayudar a la madre que esta acostada

Pida al participante que le está ayudando a demostrar la posición de acostada, de la manera como practicaron. Debe yacer en la cama apoyada en un codo, con su bebé (muñeca) lejos de su cuerpo, agarrándole bien suelto.

- *Explique a los participantes:*
- Ahora veremos cómo ayudar a la madre que esta acostada. Similar a la anterior demostración:
 - salude la madre y preséntese,
 - pregúntele como le está yendo con la lactancia
 - pregúntele si puede ver cómo está mamando su bebé,
 - observe el amamantamiento

Siga estos pasos cuando demuestra a la ‘madre’:

Salude a la madre, preséntese, pregúntele como está yendo su lactancia [‘la madre’ debe decirle que es dolorosa]. Pregunte si puede ver a su bebé amamantando.

Observe la mamada, diga algo alentador, (por ejemplo, “acostarse para amamantar es una buena forma de descansar.”)

- *Explique a los participantes:*
- Con esta ‘madre’ observamos que la madre esta acostada con la cabeza sobre el codo. Esta posición puede ser incómoda luego de unos minutos. El bebé esta recostado pero separado de la madre quien no le esta sujetando bien.
- Después de observar una mamada,
 - diga algo alentador,
 - explique que podría ayudarlo y ofrezca mostrarle
- *Hable con la ‘Madre’:*
 Explique que podría ayudarlo y ofrezca su ayuda (por ejemplo, “Sería más cómodo si usted estuviera en una posición un poco diferente y si su bebé estuviera más cerca de su cuerpo. ¿Le gustaría que le muestre cómo?”).
- *Resalte estos puntos a la ‘madre’ y ayúdele a seguir cada sugerencia antes de dar la siguiente sugerencia o instrucción.*
- Para estar relajada, la ‘madre’ necesita acostarse sobre un lado de su cuerpo, en la posición de dormir. Estar apoyada en un codo no es relajante para la mayoría de las madres.

- Una toalla o almohada enrollada debajo su cabeza, entre las rodillas, puede ayudar. Su espalda también necesita apoyo. Esto puede ser la pared, su esposo o una toalla enrollada, o almohada.
- *Muestre a la madre como sostener al bebé. Muéstrela qué hacer si es necesario.*
- Señale a la madre los mismos **cuatro puntos clave** de la posición del bebé: en línea, pegado, de frente y apoyado. Ella puede apoyar la espalda del bebé sobre su brazo inferior.
- Puede agarrar su pecho si es necesario con la mano superior. Si no necesita agarrar su pecho, ella puede sostener a su bebé con el brazo superior.
- Muéstrela como ayudar al bebé a pegarse al pecho y cómo agarrar el pecho.
- Una razón común para el apego difícil cuando la madre esta acostada, es que el bebé está muy ‘alto’, (muy cerca a su hombro) y la cabeza del bebé, tiene que flexionarse para alcanzar el pecho.
- Note cómo la madre responde a los cambios que usted sugiere.
- *Pregunte a la ‘madre’ cómo siente la lactancia. El participante que hace el rol de ‘madre’ debe decir, "¡Oh, se siente mejor!"*
- *Concluya la demostración. Dígale a la ‘madre’:*
 “Esta nueva posición, parece ser muy cómoda para usted y su bebé. ¿Qué otra posición parece ser más confortable para usted y su bebé? ¿Tratará de alimentar de esa manera la próxima vez que amamante y me comenta como le fue?”
- *Agradezca a la ‘madre’ de la demostración por su ayuda.*

Usted puede demostrar cómo ayudar a la madre con otras posiciones tales como sujetar al bebé bajo el brazo, posición de balón de fútbol, si tiene tiempo.

5. Cuando ayudar con la lactancia

5 minutos

- El bebé encuentra el pecho en la primera hora después del parto y empezar a succionar en este momento. Este momento debe ser de relajamiento sin énfasis en la posición de la madre y el bebé, o la evaluación de la mamada. Generalmente la madre y el bebé dormirán algunas horas después de esta introducción.
- Cuando el bebé se despierte unas horas después, es una buena oportunidad para ayudar a la madre a encontrar una posición cómoda y ayudarla a colocar el bebé al pecho y con buen agarre, si necesita ayuda. Recuerde observar primero.
- Ayudar a la madre a colocar el bebé al pecho en vez que el trabajador coloque al bebé. La madre necesita ser capaz de poner el bebé al pecho ella misma.
- Si el bebé es a término, no necesita despertarlo en las primeras horas. Si el bebé fue expuesto a la sedación durante el trabajo de parto, es pre término o pequeño para su edad gestacional, o en riesgo de hipoglicemia, el bebé necesitara que le despierten después de 3-4 horas y alentarle a amamantar.

6. Practicar en pequeños grupos cómo ayudar a la ‘madre’ 20 minutos

Divida a los participantes en pequeños grupos de cuatro participantes con un facilitador. Pídales que se turnen al trabajar en pares, para ayudar a la madre como colocar el bebé al pecho.

Déle a cada grupo o pares una muñeca y un pecho para trabajar. Déles una copia de la hoja didáctica *Ayudando a la madre a colocar su bebé al pecho*.

El ‘trabajador’ debe ir por todos los pasos en el sumario cuidadosamente para que les recuerde cuándo deben ayudar a una madre real en la práctica clínica después. Los otros participantes en el grupo pequeño observarán y después harán sugerencias.

Este seguro que cada participante tenga la oportunidad de hacer el papel de trabajador de salud ayudando a la madre. Alentar a los participantes a usar diferentes posiciones.

7. El bebé que tiene dificultad para colocarse al pecho 10 minutos

- El bebé puede parecer rechazar el pecho por varias razones. La madre puede sentir que el bebé esta rechazándola y puede estar afligida. En los primeros días, puede ser que simplemente necesitan tiempo para aprender cómo amamantar. Observe a la madre y el bebé amamantando, incluye ver cómo el bebé trata de apegarse.

Causas de la reluctancia para mamar

Pregunte: ¿Porque un bebé seria reluctante para amamantar?

Espere algunas respuestas.

- **El bebé no tiene hambre en ese momento.** Si el bebé ha mamando bien recientemente, claro, puede no estar con hambre ni listo para una nueva mamada – si fue amamantado, la madre sabrá. Pero usted necesita revisar si alguien le dio un biberón por alguna razón.
- **El bebé puede sentir frío, estar enfermo, o pequeño y débil.** El bebé puede rehusar amamantar, o puede pegarse al pecho sin amamantar, o puede mamar muy débilmente o solo por un tiempo corto.
- La madre puede estar **sosteniendo al bebé en una pésima posición**, y el bebé no tiene un buen agarre. En este caso, el bebé parece tener hambre, y querer amamantar pero no puede agarrar el pecho efectivamente.
- La madre puede **mover o sacudir el pecho** o el bebé, lo cual hace difícil estar agarrado del pecho.
- La madre puede **tener el pecho ingurgitado** y duro y es difícil para el bebé agarrar el pecho.
- La leche puede estar **fluyendo muy rápidamente**, y el bebé empezó a lactar bien pero se aleja del pecho llorando y atorándose.
- El bebé puede tener **la boca adolorida o la nariz tapada**, y succionar por un corto tiempo y después soltar de repente, a veces llorando con frustración.
- El bebé puede **sentir dolor** cuando se le agarra de cierta forma, por ejemplo después de un parto instrumentado, con fórceps, si se presiona alguna herida o en la cabeza del bebé, o si le duele colocar la cabeza de cierta forma.

- El bebé puede haber **aprendido a succionar con un chupón artificial**, y le será difícil amamantar del pecho.
- La madre puede haber utilizado un tipo diferente de jabón o un perfume que **al bebé no le gusta sentir**.
- Si la **producción de leche es muy baja**, el bebé puede no recibir leche en un inicio y puede dejar de mamar porque siente frustración.
- Algunas veces el bebé se alimenta bien de un pecho pero **rechaza el otro pecho**. el cuerpo puede sentir dolor en cierta posición, o la leche fluye diferente, o un pecho puede estar ingurgitado.

Manejo del rechazo a mamar

- Quitar o tratar la causa si es posible:
 - Ayudar a la madre a colocar el bebé al pecho, con buen agarre.
 - Ayudar a la madre a extraerse la leche antes de amamantar si la leche baja muy rápidamente o si el pecho está muy ingurgitado.
 - Tratar la boca adolorida o la monilia si está capacitado o referir al bebé para ayuda médica.
 - Provea un analgésico si el bebé siente dolor,
 - Ayude a la madre a sostener al bebé sin causarle dolor, si el bebé tiene alguna equimosis,
 - Evitar usar chupones y biberones. Si se necesita, dé la leche en taza.
 - Deje de usar cualquier cosa que tenga mal sabor ó que se olfatee en el pecho.
- Aliente el contacto piel a piel entre la madre y el bebé en un ambiente tranquilo cuando el bebé no tenga hambre. Esto ayuda a que la madre y el bebé estén juntos y que estando en el pecho sea un lugar placentero. Entonces el bebé puede explorar el pecho y apegarse cuando esté listo. Esto puede tardar una hora o mas y puede no suceder en la primera ocasión de contacto piel a piel.
- No intente forzar al bebé para que agarre el pecho cuando este está llorando. Necesita asociar el pecho con tranquilidad. Puede ser necesario extraerse la leche y alimentarle con una taza hasta que el bebé aprenda a amamantar felizmente.

Prevención del rechazo para amamantar

- Muchas formas de rechazo a amamantar podrían prevenirse mediante:
 - Contacto piel a piel precoz, frecuente, que ayudará al bebé a aprender que el pecho es un lugar seguro desde las primeras horas;
 - Ayudando a la madre a aprender la habilidad de colocar al bebé en el pecho y que tenga un buen agarre en un ambiente tranquilo sin prisas
 - Ser paciente cuando el bebé aprende a amamantar
 - Atención del bebé de una manera gentil y con confianza

- *Pregunte si tiene alguna duda. Luego resuma la sesión.*

Sesión 7 Resumen

Posición para amamantar

- Posición de la madre
 - Cómoda con la espalda y los pies apoyados, y el pecho también, si es necesario.
- Posición del bebé
 - Cuerpo del bebé en una línea
 - Bebé con el cuerpo pegado al cuerpo de la madre llevando el bebé al pecho
 - Bebé con apoyo –cabeza, hombros, y si es recién nacido todo su cuerpo apoyado
 - Mirando el pecho con la nariz del bebé opuesta al pezón
- Posición para el ayudante
 - Cómodo y relajado, no agachado

Evaluación de una mamada

- Observe:
 - la madre y el bebé en general
 - los pechos de la madre
 - la posición del bebé
 - agarre durante la lactancia
 - la succión del bebé
- Pregunte a la madre cómo siente la lactancia.

Ayude a la madre a aprender a colocar el bebé al pecho y el agarre.

- Recordar estos puntos cuando está ayudando a la madre:
 - Siempre observe a la madre amamantando antes de ofrecer su ayuda.
 - Déle a la madre su ayuda solo si hay alguna dificultad.
 - Permita que la madre haga lo más posible por ella misma.
 - Asegúrese que la madre comprende para que lo haga por sí misma.

El bebé que tiene dificultades para el agarre

- Observe al bebé aproximándose al pecho y que amamante. Haga preguntas abiertas y determine una causa posible.
- Manejo:
 - Retire o quite la causa si es posible
 - Aliente el contacto piel a piel entre la madre y su bebé en un ambiente tranquilo
 - No fuerce al bebé para que mame
 - Extraiga y déle leche materna en taza si es necesario
- Prevención:
 - Asegure el contacto piel a piel para ayudar al bebé a saber que el pecho es un lugar seguro,
 - Ayude a la madre a aprender la habilidad de colocar el bebé al pecho y el agarre en un ambiente tranquilo y sin prisas,
 - Sea paciente mientras el bebé aprende a mamar,
 - Atienda al bebé de una manera gentil y seguro.

Sesión 7 Revisión de Conocimiento

¿Cuáles son los cuatro puntos clave que debe buscar cuando evalúa la posición del bebé?

Está viendo a Donella amamantar a su bebé de 4 días de edad. ¿Qué buscará para decirle que está amamantando bien?

Posiciones para amamantar



Acostada de lado

Ayuda a la madre a descansar. Cómoda después de una cesárea.

Tenga cuidado que la nariz del bebé este al nivel del pezón así no necesitar doblar su cuello para alcanzar el pecho.



Posición de cuna

El brazo inferior del bebé está rodeando el cuerpo de la madre. No está entre el pecho del bebé y la madre.

Cuide que la cabeza del bebé no esté muy lejos del ángulo del codo y el pecho este empujado a un lado haciendo difícil que el bebé este apegado.



Posición cruzada

Muy útil para niños pequeños y enfermos. Se tiene buen control de la cabeza y el cuerpo del bebé y también sirve cuando se esté aprendiendo a mamar.

Cuide que la cabeza del bebé no esté muy sujeta evitando el movimiento.



Posición debajo del brazo

Útil para los gemelos o para ayudar a drenar áreas del pecho. Le da a la madre una buena vista del agarre.

Cuide que la madre no esté doblando su cuello forzando el mentón contra su pecho.

*Adaptado de Consejería en Lactancia: Curso de capacitación,
OMS/CHD/93.4, UNICEF/NUT/93.2*

INSTRUMENTO DE OBSERVACION DE LA MAMADA

Nombre de la madre _____ Fecha: _____

Nombre del bebé _____ Edad del bebé _____

Signos que la lactancia está yendo bien:**Signos de posibles dificultades:****GENERAL***Madre:*

- ☐ Madre se ve sana
- ☐ Madre relajada y cómoda
- ☐ Signos de apego entre la madre y bebé

Madre:

- ☐ Madre se ve enferma o deprimida
- ☐ Madre se ve tensa e inquieta
- ☐ No hay contacto visual madre-bebé

Bebé

- ☐ Bebé se ve sano
- ☐ Bebé tranquilo y relajado
- ☐ Bebé alcanza, busca el pecho si hambre

Bebé:

- ☐ Bebé se ve con sueño y enfermo
- ☐ Bebé inquieto llora
- ☐ Bebé no busca ni alcanza

PECHOS

- ☐ Pechos se ven sano
- ☐ No hay dolor ni inquietud
- ☐ Pecho bien agarrado con los dedos
Lejos del pezón
- ☐ Pezón protráctil

- ☐ Pechos rojos, hinchados, adoloridos
- ☐ Pechos o pezón dolorosos
- ☐ Pechos sujetos con los dedos en la areola
- ☐ Pezón plano, no protráctil

POSICIÓN DEL BEBÉ

- ☐ Bebé con cabeza y cuerpo en línea
- ☐ Bebé pegado a la madre
- ☐ Bebé con todo su cuerpo apoyado
- ☐ Bebé se acerca al pecho, nariz frente al pezón

- ☐ Bebé con cuello y cabeza torcida
- ☐ Bebé no está pegado
- ☐ Bebé apoyado en la cabeza y cuello solo
- ☐ Bebé se acerca al pecho, con su labio inferior y mentón hacia el pezón

AGARRE DEL BEBÉ

- ☐ Más areola vista por encima del labio superior
- ☐ Bebé con la boca bien abierta
- ☐ Labio inferior evertido
- ☐ El mentón del bebé toca el pecho

- ☐ Más areola vista por debajo labio inferior
- ☐ Bebé con la boca apenas abierta
- ☐ Labios invertidos
- ☐ El mentón del bebé no toca el pecho

SUCCIÓN

- ☐ Lentas, profundas succiones con pausas
- ☐ Mejillas redondas cuando succiona
- ☐ Bebé libera el pecho cuando termina
- ☐ Madre nota signos de reflejo de oxitocina

- ☐ Succión superficial y rápida
- ☐ Mejillas hundidas cuando succiona
- ☐ Madre quita al bebé del pecho
- ☐ No se notan signos de reflejo de oxitocina

Notas:

AYUDANDO A LA MADRE A COLOCAR SU BEBÉ AL PECHO

- Salude a la madre y pregúntele cómo le va con la lactancia
- Usted se sentará en una posición cómoda y conveniente.
- Observe la lactancia.
- Note algo positivo y diga algo que aliente a la madre.
- Si usted nota alguna dificultad, explique lo que puede ayudar y pregunte a la madre si quiere que le muestre.
- Asegúrese que este en posición cómoda y relajada.
- Explique cómo sujetar al bebé, y muestre si es necesario. Los **cuatro puntos clave** son:
 - con la cabeza del bebé y el cuerpo rectos,
 - con el cuerpo del bebé cerca a su cuerpo
 - apoyando el cuerpo entero del bebé (si es recién nacido)
 - con la cara del bebé frente al pecho, y la nariz opuesta al pezón,
- Muéstrela cómo sujetar su pecho:
 - con sus dedos planos contra la pared del tórax, debajo del pecho
 - con su primer dedo apoyando el pecho;
 - con el pulgar encima.
 - Sus dedos no deben estar muy cerca del pezón.
- Explique o muestre a la madre cómo debe ayudar a su bebé para el agarre
 - toque los labios del bebé con el pezón;
 - espere hasta que el bebé abra bien la boca,
 - mueva al bebé hacia el pecho, con el labio inferior del bebé debajo del pezón.
- Note como responde la madre y pregúntele cómo se siente la succión.
- Busque los signos de buen agarre – más areola vista por encima del labio superior, boca bien abierta, labio superior evertido y mentón del bebé tocando el pecho.

SESIÓN 8

PRÁCTICAS QUE APOYAN LA LACTANCIA – PASOS 6, 7, 8 Y 9

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Describir su rol en las prácticas que apoyan el alojamiento conjunto; | 10 minutos |
| 2. Describir su rol en las prácticas de lactancia a demanda (guiada por el bebé) | 15 minutos |
| 3. Sugerir las formas de despertar a un bebé , calmar el llanto; | 10 minutos |
| 4. Hacer una lista de los riesgos de suplementos innecesarios | 5 minutos |
| 5. Describir porque es importante evitar el uso de biberones y chupones; | 5 minutos |
| 6. Debatir la remoción de las barreras para la lactancia inmediata | 15 minutos |

Tiempo total de la sesión

60 minutos

Materiales:

Diapositiva 8/1 -Foto 2: Madres hablando con la enfermera. Si es posible, exponer la foto como un póster durante toda la sesión.

Documentos de lectura para facilitadores:

Breastfeeding and the use of water and teas. Lactancia y el uso de agua y tes Actualización, División de Salud y Desarrollo Infantil, No. 9 (reeditado, Nov. 1997). Organización Mundial de la Salud.

Linkages/AED *Lactancia Exclusiva La única fuente de agua que necesita el bebé Preguntas frecuentes* (FAQ) SHEET 5. Reimpreso Junio 2004

Academy of Breastfeeding Medicine. *Protocolo Clínica Número 3 –Guía Hospitalaria para el uso de alimentación suplementaria en recién nacidos a término, amamantados* (2002)

1. Alojamiento conjunto

- Paso 7 de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa establece:

Practicar el alojamiento conjunto –permitir a las madres y sus bebés permanecer juntos las 24 horas del día

La separación de rutina debe evitarse. La separación solo se justifica ante la presencia de una necesidad clínica individual.

- *Mostrar la Diapositiva 8/1 -Foto 2: Madres hablando con una enfermera*

El bebé de Miriam ya tiene medio día de vida. Miriam ha descansado y ahora tiene algunas preguntas para la enfermera. Cuando el primer bebé de Miriam nació, se quedó en la sala de observación la mayoría del tiempo. Miriam pregunta porque su segundo bebé tiene que quedarse con ella en la sala.

Pregunte: ¿Que puede usted decirle a Miriam para explicar la importancia del alojamiento conjunto?

Espere algunas respuestas

La importancia del alojamiento conjunto

- El alojamiento conjunto tiene muchos beneficios:
 - El bebé duerme mejor y llora menos;
 - Antes del nacimiento la madre y su bebé desarrollaron un ritmo de sueño/alerta que se alteraría si se separan
 - La lactancia se establece y continua, el bebé gana peso rápidamente;
 - Alimentarle respondiendo a las pautas del bebé es más fácil cuando el bebé está cerca, así ayuda a establecer una buena producción de leche;
 - La madre adquiere confianza para atender a su bebé;
 - La madre puede ver que su bebé está bien y no tiene que preocuparse de saber si un bebé llorando en la sala de recién nacidos es su bebé;
 - El bebé está expuesto a menos infecciones estando cerca de su madre que en la sala de recién nacidos.
 - Promueve el apego entre la madre y el bebé aun si la madre no está amamantando.

Pregunte: ¿Qué barreras se ven para el alojamiento conjunto como practica de rutina?

Espere algunas respuestas. Pregunte ¿cuáles podrían ser las soluciones para estas barreras?

Las barreras para el alojamiento conjunto y las soluciones posibles

- Las barreras para el alojamiento conjunto pueden incluir:
 - Preocupación por el cansancio de la madre
Las retinas de la sala necesitan facilitar el descanso de la madre con momentos de tranquilidad y silencio, no hay limpieza, no hay visitas, ni visita médica ni procedimientos. Es más, se deben revisar las practicas de atención del parto para determinar si los partos prolongados, el uso inapropiado de anestesia y las episiotomías, falta de alimentación y condiciones tensionantes dan como resultado que las madres se cansen mas y estén incomodas.
 - Llevando al bebé a la sala de recién nacidos para procedimientos.
La atención del bebé generalmente debe hacerse al lado de la madre o en su presencia. Esto otorga una oportunidad de reforzamiento y enseñanza para la

- madre así como darle comodidad al bebé que está inquieto.
- Creencia que los recién nacidos necesitan estar en observación.
Un bebé puede ser observado cerca de su madre tan fácilmente como en la sala de recién nacidos. La madre es muy buena para observar a su propio bebé, y generalmente nota algún cambio antes que la enfermera ocupada lo advierta. La observación de cerca no es posible en una sala de recién nacidos llena de bebés.
 - No hay espacio en la sala para las cunas de los bebés.
El bebé puede compartir la cama de su mamá. Compartir la cama puede ayudar tanto a la madre como al bebé a descansar más y amamantar más frecuentemente. La cama necesitara una barandilla, o una silla contra la cama, o la cama contra la pared, para reducir el riesgo para el bebé de caerse de la cama.
 - El personal no sabe cómo ayudar a la madre para que aprenda a cuidar a su bebé.
Tranquilizar y atender al bebé es una parte importante del cuidado maternal. Ayudarle a la madre a que aprenda cómo atender a su bebé es más útil para la madre que llevarse a su bebé a la sala de recién nacidos. Llevarse a su bebé reduce la confianza de la madre en su capacidad de afrontar su nuevo rol de ser madre.
 - Las madres piden que sus bebés sean llevados a la sala de recién nacidos.
Explique a la madre porque el hospital alienta el alojamiento conjunto como el tiempo para conocer a su bebé y como beneficioso para su bebé y para sí misma. Analizar la razón por la que la madre quiere que su bebé sea llevado a la sala de recién nacido, y vea si la dificultad puede resolverse sin llevarse al bebé. Evalúe los beneficios del alojamiento conjunto durante el contacto en prenatal.
 - Si la separación de una madre y su bebé se indica debido a un problema médico, debe documentarse la razón de la separación en la historia de la madre y el recién nacido. La necesidad de separación debe revisarse frecuentemente para que sea por el tiempo más corto posible.
 - Durante la separación, aliente a la madre a ver y sostener a su bebé, y a extraerse su leche.³¹

Pregunte: ¿Cómo se presenta el alojamiento conjunto a las madres? ¿Es una rutina que las madres tengan a su bebé con ellas a no ser que hubiera una razón médica para la separación o la madre tiene que pedir que su bebé se quede con ella – implicando que el lugar normal para el bebé es la sala de recién nacidos o una cuna?

Espere algunas respuestas y continúe.

2. Alimentación guiada por el bebé

15 minutos

- El Paso 8 de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa establece:
Alentar la lactancia a demanda.
- La lactancia a demanda también conocida como guiada por el bebé. Esto significa que la frecuencia y duración de las mamadas son determinadas por las necesidades del bebé y sus señales.

Miriam pensó que los bebés necesitaban mamar con horario, pero en este

³¹ La extracción manual de leche se revisa en la Sesión 11.

hospital le dijeron que amamante en respuesta a las necesidades del bebé.

Pregunte: ¿Cómo puede explicarse por que se recomienda la alimentación guiada por el bebé?

Espere algunas respuestas.

La importancia de la alimentación guiada por el bebé.

- La alimentación guiada por el bebé da como resultado:
 - el bebé obtiene más calostro rico en inmunidad por ello más protección para la enfermedad.
 - rápido establecimiento de la producción de leche
 - ganancia de peso más rápida
 - menos ictericia neonatal
 - menos ingurgitación mamaria
 - la madre aprende a responder a su bebé
 - establecimiento rápido de la lactancia
 - menor llanto y menor tentación para suplementar
 - mayor duración de la lactancia.
- Los recién nacidos que tienen el control de la frecuencia y duración de la mamada, aprenden a reconocer sus propios signos de hambre y saciedad. Esta habilidad de autorregulación puede estar relacionada con las tasas menores de obesidad en niños que fueron amamantados.

Miriam dice que ella comprende la idea de la alimentación guiada por el bebé, pero ¿cómo sabrá cuándo amamantar a su bebé y por cuánto tiempo cada vez si no se guía con el reloj?

Pregunte: ¿Cuáles son los signos que deben vigilarse en un recién nacido para saber que está listo para amamantar?

Espere algunas respuestas.

Signos de hambre

- Cuando el bebé muestra señales de hambre es el momento de amamantarlo. El bebé:
 - incrementa los movimientos oculares con los cerrados o abiertos.
 - abre su boca, estira la lengua y gira la cabeza buscando el pecho.
 - gime suavemente
 - succión o mastica su mano, dedos, sábana o cubierta, u otros objetos que tocan su boca.
- Si el bebé llora vigorosamente, arquea la espalda, y tiene dificultad para agarrar el pecho, estos son signos tardíos de hambre. El bebé necesita entonces que se le levante y tranquilice antes de amamantar.
- Algunos bebés son muy tranquilos y esperan ser amamantados o se duermen si no se les nota. Esto puede dar como resultado la alimentación insuficiente. Otros bebés se despiertan fácilmente y se irritan si no se alimentan inmediatamente. Ayude a la madre a reconocer el temperamento de su bebé para que aprenda a satisfacer mejor las necesidades de su bebé.

Pregunte: ¿Qué le indica que su bebé ha terminado de alimentarse?

Espere algunas respuestas.

Signos de saciedad

- Al comienzo de la alimentación, los bebés están tensos. A medida que se llenan, se relajan.
- La mayoría de los bebés sueltan el pecho cuando están llenos, aunque continúen tomando pequeños sorbos de leche mientras duermen.
- Explique a la madre que debe permitir que su bebé termine un pecho antes que ofrezca el otro pecho para aumentar la ingesta de la leche del final y para incrementar la producción de leche.

Patrones de alimentación

- Algunos bebés maman por un corto tiempo a intervalos frecuentes. Otros bebés amamantan por más tiempo y luego esperan algunas horas hasta la próxima mamada. Los bebés pueden cambiar su patrón de succión día a día o durante el día.
- Enseñe a la madre los patrones de alimentación típicos de un recién nacido a término sano:
 - Los recién nacidos quieren amamantar casi cada hora, o hasta tres horas en los dos primeros a siete días, pero puede ser más frecuentemente.
 - La lactancia nocturna es importante para la estimulación de producción de leche y transferencia de leche y para la supresión de la fertilidad.
 - Una vez que la lactancia está establecida (la ‘bajada’ de la leche), ocho a doce mamadas en 24 horas es lo común. Generalmente, existen intervalos más largos entre algunas mamadas.
 - Durante los periodos de crecimiento rápido, un bebé puede tener más hambre y amamantar más frecuentemente durante algunos días para incrementar la producción de leche.
 - Deje que los bebés se alimenten cuando quieran. Esto satisface las necesidades del bebé, hambre y sed, y las necesidades de la madre si su pecho está lleno.
- Las mamadas muy largas (más de 40 minutos para la mayoría de las mamadas), muy cortas (menos de 10 minutos para la mayoría de las mamadas) o muy frecuentes (más de 12 veces en 24 horas la mayoría de los días) puede indicar que el bebé no tiene buen agarre del pecho.
- Las grietas del pezón son el resultado del mal agarre, no son resultado de amamantar muy frecuentemente o por mucho tiempo. Si el bebé tiene buen agarre, no importa si amamanta muchas veces o por más tiempo en algunas mamadas.³²

Situaciones especiales

- Puede que la madre necesite alentar a su bebé a mamar por uno o dos días y despertarlo para que amamante, si el bebé duerme mucho por prematuro, ictericia, o los efectos de la medicación durante el trabajo de parto, o si los pechos de la madre están llenos y le duelen, la madre necesita guiar la alimentación por un día o dos y levantar al bebé para que mame.

³² Las grietas se revisan en la Sesión 12.

- Los bebés que reciben alimentos de sustitución, también necesitan alimentarse en respuesta a sus necesidades en vez de utilizar un horario. Algunas veces se tiene la tendencia de forzar al bebé a que termine la leche porque ya está preparada. Esto puede llevar a la sobrealimentación. La madre puede identificar los signos de plenitud de su bebé, rechazo a seguir tomando su leche, girar la cabeza. La alimentación de sustitución debe utilizarse en la hora de haberse preparado y no después, porque las bacterias crecerán en la leche. Si el bebé no termina la leche de una vez, puede aumentarse a la comida de un niño mayor.

3. Cómo despertar a un bebé, y como calmar a un bebé 10 minutos

Despertar a un bebé soñoliento

- Si el bebé parece muy dormido para amamantar, sugiérale a la madre que:
 - Desenvuelva al bebé, retire la frazada y permita que se muevan los brazos y piernas del bebé.
 - Amamante a su bebé en una posición erecta.
 - Masajes suaves en el cuerpo del bebé y hablar con el bebé.
 - Espere media hora y trate nuevamente.
 - Evite lastimar al bebé tocándole o dándole golpecitos en la mejilla o los pies.

Tranquilizar a un bebé que llora

- La madre y su familia pueden pensar que si un bebé llora es porque su madre no tiene suficiente leche o que su leche no es buena. Un bebé que llora puede ser difícil para la madre y disminuye su confianza en sí misma, y la confianza de la familia en ella.
- El bebé que ‘llora mucho’ puede verdaderamente llorar más que otros bebés, o la familia es menos tolerante para el llanto o menos capaz de tranquilizar a un bebé. No es posible decir cuánto llanto es ‘normal.’
- Si el bebé está llorando muy frecuentemente, busque la causa. Escuche a la madre y conozca cual es su situación, observe la lactancia, examine al bebé y refiérale si necesita mayor atención médica si es necesaria. Los bebés pueden llorar de hambre, dolor, soledad, cansancio y otras razones.
- Construir la confianza de la madre en su habilidad para atender a su bebé y darle su apoyo:
 - Escuche y acepte lo que la madre siente
 - Refuerce lo que la madre y el bebé están haciendo bien/lo que es normal
 - De información relevante
 - Haga una o dos sugerencias
 - De ayuda práctica
- Las sugerencias y la ayuda práctica puede incluir:
 - hacer que el bebé esté cómodo – seco, con pañal limpio, tibio, cama seca, no muy caliente.
 - colocar al bebé en el pecho. El bebé puede tener hambre o sed o algunas veces la necesidad de mamar porque le hace sentir seguro.
 - coloque al bebé sobre el pecho de la madre, en contacto piel a piel. El calor, olor y latido cardíaco de la madre ayudaran a calmar al bebé.
 - hablar, cantar y arrullar al bebé mientras le sostiene cerca de sí.
 - masajear o palmear suavemente los brazos y piernas del bebé varias veces. Déle

un pecho por vez, déle el otro pecho la próxima vez. Si un pecho no se vacía en una mamada se distiende, debe exprimir un poco de leche.

- Reducir el café de la madre y otras bebidas con cafeína.
- No fumar cerca del bebé, ni antes ni durante la alimentación. Si fuma hágalo después de alimentar a su bebé.
- Haga que alguien le cargue el bebé por un rato.
- Involucre a otros miembros de la familia en la discusión para que la madre no sienta la presión de darle alimentos suplementarios innecesarios.
- Sujete al bebé de manera que le rodee y apoye su cabeza, cuerpo y extremidades para que el bebé se sienta seguro.

4. Evite los suplementos innecesarios

5 minutos

- El Paso 6 de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa establece:
No dar otra bebida o alimento que no sea leche materna a no ser que este médicamente indicado
- Los recién nacidos a término sanos raramente tienen necesidad de suplemento, o alimentación pre láctea.³³ Ellos no requieren agua para prevenir la deshidratación. Las necesidades de suplementos para bebés prematuros o enfermos o con condiciones médicas se analizarán en una sesión posterior.

Miriam le dio a su primer bebé suplementos regulares desde el nacimiento. Ahora escucha que los suplementos no son buenos para los bebés y quiere saber por qué.

Pregunte: ¿Que puede decirle a Miriam sobre por qué no se recomiendan los suplementos?

Espere algunas respuestas.

Peligros de los suplementos

- Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses. Los suplementos pueden:
 - Llenar el estomago del bebé para que el bebé no succione del pecho,
 - Reducir la producción de leche porque el bebé no está succionando, los pechos se distienden.
 - Hacer que el bebé gane poco peso si se alimenta con agua, te o glucosa, en vez de leche materna.
 - Reducir los efectos protectores de la lactancia materna incrementando el riesgo de diarrea, y otras enfermedades,
 - Exponer al bebé a posibles alergenos e intolerancias que pueden conducir al eczema y asma.
 - Reducir la confianza de la madre si se utilizan los suplementos para tranquilizar a un bebé que está llorando.
 - Ser innecesario y un gasto potencialmente dañino.
- Además de los puntos mencionados que se pueden explicar a la madre, existen más razones de porque los suplementos no se recomiendan:
 - Una madre que está buscando un suplemento podría mostrar que está teniendo

³³ La alimentación pre láctea es cualquier alimento o bebida administrada antes de iniciar la lactancia

dificultades para atender a su bebé. Es mejor ayudar a la madre a vencer las dificultades en vez de darle suplemento e ignorar las dificultades.

- Un trabajador de salud que ofrece un suplemento como solución a las dificultades puede indicar la falta de conocimiento, o destrezas para apoyar la lactancia. El uso frecuente de suplementos puede traducir una atmosfera muy estresante donde las soluciones rápidas, temporales tienen preferencia y no la resolución del problema.
- *La alimentación pre láctea*, o la oferta de fórmula al recién nacido de mujer infectada con VIH que luego amamantará puede alterar la mucosa GI y permitir la transmisión del virus. Cuando no se cuenta con la prueba para el virus del VIH para la madre, es importante enfatizar que la lactancia exclusiva reduce el riesgo de transmisión del VIH durante la lactancia.
- Si la madre ha recibido orientación, la prueba y el resultado es positivo, y ha decidido no amamantar, esta es una razón médica aceptable para dar a su bebé fórmula en vez de leche materna (alimentación de sustitución).
- Aun si muchas madres reciben alimentos de sustitución, esto no impide que se designe como hospital amigo del niño si estas madres fueron orientadas, analizadas y tomaron la decisión informada.

5. Evitar biberones y chupones

5 minutos

- El Paso 9 de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa establece:
No dar biberones ni chupones artificiales (llamados también pacificadores o chupones de distracción) a bebés que están amamantando.

Pregunta: ¿Por qué se recomienda evitar el uso de biberones y chupones?

Espere algunas respuestas y luego continúe.

- Algunos bebés desarrollan preferencia por un chupón o chupón de distracción y luego rechazan el pecho de la madre.
- Si un bebé tiene hambre y se le da un chupón en vez del pecho, el bebé toma menos leche y crece menos.
- Los chupones, biberones y chupones de distracción transportan infecciones y no se necesitan, ni siquiera para el bebé que no amamanta. Las infecciones de oído y los problemas dentales son frecuentes con los chupones y los biberones y pueden estar relacionados con la función muscular oral anormal.
- En la situación excepcional de necesitar un suplemento, se recomienda la alimentación con taza, porque la taza es fácil de limpiar, se debe sostener al bebé y mirarle mientras se alimenta. No toma más tiempo que la alimentación con biberón.³⁴

³⁴ Cómo alimentar con taza se verá en la Sesión 11

6. Discusión – superando las barreras para la lactancia inmediata 15 minutos

- *Lea el Estudio de Caso en voz alta en el aula. Pregunte a los participantes que anoten las prácticas que puedan promover y las que puedan interferir con el establecimiento de la lactancia. ¿Cuál es el efecto en esta situación?*

Estudio de caso

Carolina³⁵ tiene un trabajo de parto prolongado en su primer bebé y a ningún miembro de su familia se le permitió estar con ella. Cuando su bebé nació, fue envuelto en una frazada y se lo mostraron apenas. Ella pudo ver que el bebé tenía una marca de nacimiento entre sus ojos. Luego se lo llevaron a la sala de recién nacidos porque era de noche. El personal le dio un biberón de fórmula las siguientes dos tomas.

Al día siguiente la enfermera le entrega a su bebé, 10 horas después de nacido. La enfermera le dice que amamante. Le instruye darle el pecho durante 3 minutos cada lado. La enfermera le dice además "No querrás el dolor de las grietas del pezón, querida, ¿o sí?"

Carolina recibe a su bebé y se acuesta, pero la enfermera le dice que siempre debe amamantar de sentada. Carolina se sienta con dificultad, el colchón se hunde y su espalda se dobla. Le duele desde el parto y le duele más de sentada. La enfermera se va, dejando a Carolina para que amamante a su bebé.

Ella sostiene a su bebé cerca a su pecho, y estira, con la mano, su pecho hasta la boca de su bebé. Pero el bebé está dormido y succione débilmente. Carolina piensa que no tiene leche porque sus pechos están blandos.

Carolina se pregunta si la marca en la cara de su bebé fue causada por algo que ella hizo durante el embarazo. Está preocupada sobre lo que dirán su esposo y su suegra al respecto. Las enfermeras se ven muy ocupadas y Carolina no quiere hacerles preguntas. Su familia no podrá visitarla hasta la tarde.

La enfermera vuelve y se lleva el bebé de nuevo a la sala de recién nacidos. Vuelve en unos minutos y le dice a Carolina que había pesado al bebé y halló que apenas había tomado 25 gramos de leche y que eso no era una alimentación adecuada. La enfermera le dice, ¿Cómo puedes irte mañana si no puedes alimentar a tu bebé adecuadamente?"

Respuestas Posibles:

La falta de apoyo durante el trabajo de parto puede prolongar el trabajo de parto, y Carolina se cansará y se tensionará.

Sin contacto piel a piel, significa que Carolina no obtiene el tiempo con su bebé y todo lo que puede advertir es la marca de nacimiento que le preocupa.

Carolina y su bebé se separan por muchas horas. El bebé recibe biberones de fórmula. No está recibiendo el calostro y los pechos de Carolina no están recibiendo el estímulo para hacer leche.

³⁵ U otro nombre culturalmente apropiado

Carolina no recibe ninguna ayuda para amamantar. El bebé está lleno con la fórmula y con sueño, por lo cual no succiona. La enfermera la preocupa hablándole de las grietas de pezón.

Carolina siente dolor al sentarse y amamantar a su bebé. Esto podría inhibir la liberación de oxitocina. Carolina podía recibir ayuda para alimentar de acostada.

Carolina se siente sola en el hospital y nadie que la ayude o hable con ella, lo cual causa su estrés.

La enfermera asusta a Carolina diciéndole que no puede amamantar a su bebé y que no se irá a su casa.

El resultado es que Carolina se preocupa, le duele, está asustada y solitaria y no sabe cómo alimentar a su bebé. Ella posiblemente se vaya a casa pensando que no es capaz de hacer leche y le dará un sucedáneo de leche materna.

- *Pregunte si tienen dudas. Resuma la sesión.*

Sesión 8 Resumen

Alojamiento conjunto, y amamantar a demanda ayuda a la lactancia y el apego

- Las madres pueden advertir y responder a sus bebés con facilidad cuando entienden sus signos de hambre
- Los bebés lloran menos, por ello, la tentación de darle biberón es menor
- Las madres tienen más confianza en atender a sus bebés y amamantarles
- La lactancia se establece temprano, el bebé gana peso, y la lactancia tiene posibilidades de continuar por más tiempo.

Ayudar a las madres a aprender habilidades maternas

- Ayudar a aprender como despertar a su bebé somnoliento
- Ayudar a aprender como tranquilizar al bebé lloroso
- Ayudar a aprender como buscar los signos de hambre.

La alimentación pre láctea y los suplementos son peligrosos

- Incrementan el riesgo de infección, intolerancia y alergia
- Ellos interfieren con la succión y hacen que la lactancia sea difícil de establecer.

Los chupones y biberones pueden causar problemas

- El uso de chupones, pacificadores, o pezoneras pueden afectar la producción de leche

Sesión 8 Revisión de Conocimiento

Citar tres razones de porque el alojamiento conjunto se recomienda como una práctica de rutina

Explique, como la haría a una madre, que quiere decir ‘alimentación a demanda’ o guiada por el bebé.

Hacer una lista de dificultades o riesgos por el uso de sucedáneos.

Información adicional para la Sesión 8:

Alojamiento conjunto

- El alojamiento conjunto tiene beneficios para el bebé, madre y hospital. Además de los citados antes:
 - Los bebés responden más rápidamente, con menos llanto, por lo tanto utilizan menos energía y se reduce la tentación de dar alimentación artificial.
 - La lactancia frecuente significa que la ictericia será menor y no alcanzará niveles altos.
 - Mayor apego materno, menor abuso de los padres y menos abandono se vinculan con el alojamiento conjunto
 - Las tasas de infección disminuyen porque menos personal está en contacto con el bebé. Aun más, las bacterias de la madre colonizan a su bebé con su propia flora a la vez de darle protección inmune a través de su leche.
 - Tasas de infección reducidas, uso de alimentación artificial reducido y ninguna necesidad de espacio para una sala de recién nacido le ahorrarán dinero al hospital.
 - Madres convencidas, con lactancia bien establecida a su alta del hospital dará como resultado menor uso de los servicios de salud posterior al alta.
- Las madres infectadas con el VIH y las madres que no están amamantando también se benefician con el alojamiento conjunto. El alojamiento conjunto les ayuda a conocer a sus bebés y a tener más confianza en su atención a su bebé.

Colecho/compartiendo la cama/bedding-in

- El compartir la cama/dormir en una cama, le ayuda a la madre y al bebé a tener más descanso y amamantar más seguido.
- El Co-lecho NO se recomienda si el padre o la madre es
 - Un fumador
 - Esta bajo la influencia del alcohol o drogas que causan mareo,
 - Extremadamente cansado y no puede responder al bebé,
 - Enferma o con alteración de la conciencia, ej. epilepsia, diabetes inestable
 - Muy obesa/o,
 - Muy enfermo o si el bebé y otro niño en la cama está muy enfermo.
- Guías para el colecho/compartir la cama:
 - Debatir los beneficios de, y las contraindicaciones del colecho para la información de los padres
 - Use un colchón firme que no se hunda, dormir en un sofá con almohadones no es seguro.
 - Mantenga las almohadas lejos del bebé.
 - Las sábanas de algodón y las frazadas se consideran más seguros que una colcha.
 - Vista al bebé apropiadamente, no lo envuelva con frazadas u otra envoltura si comparte la cama, ni le ponga mucha ropa. La madre le provee de calor al bebé.
 - La madre debe yacer cerca de su bebé, de cara a su bebé y su bebé sobre su espalda excepto cuando se está alimentando.
 - Evite que el bebé se caiga de la cama o se resbale entre la pared y la cama.
- Además de lo mencionado en estas guías para el colecho en el hospital:
 - Asegúrese que la madre tenga acceso fácil a la ayuda si no puede moverse de la cama.
 - Controle el bienestar de la madre y el bebé frecuentemente, asegurando que la cabeza del bebé no se cubra, y que el bebé este de acostado sobre su espaldas si no está amamantando
 - Cuando se entregue el turno, comunique qué parejas están compartiendo la cama.

Causas de llanto

Los bebés lloran por una variedad de razones.

- Causas de llanto y sugerencias de qué hacer incluyen:
 - Aburrimiento y soledad – levantar o hablar al bebé.
 - Hambre – las madres pueden rechazar alimentar a sus bebés frecuentemente. La expectativa es de 3-4 alimentaciones en una hora. Muchos bebés no siguen el mismo patrón de alimentación todo el tiempo. Alentar a las madres a ofrecer el pecho a un bebé que está llorando.
 - Incomodidad responder a las necesidades del bebé, Ej. pañales limpios, calor/frío.
 - Enfermedad o dolor – tratar o referir como corresponde.
 - Cansancio – levante a su bebé, arrúllelo en un lugar tranquilo, para hacerle dormir. Reduzca las visitas, manejo o estimulación.
 - Algo en la dieta de la madre –esto no es común y no es posible prohibir alimentos. Sugiera a la madre que deje el alimento si el llanto incrementa. Puede volver a intentar consumiendo el mismo alimento y ver si causa el problema nuevamente.
 - Efecto de los medicamentos Si la madre toma cafeína o bebidas de cola, la cafeína pasa a la leche y hará que el bebé este inquieto. El humo del cigarrillo (aunque sea alguien otro de la familia) pueden estimular al bebé. La madre puede evitar tomar cafeína y bebidas de cola, y pedir a los fumadores que no lo hagan en la casa ni cerca del bebé.
- El ‘cólico’ no tiene una definición precisa y el término puede tener diferentes significados para diferentes personas. Excluir otras causas de llanto primero. Un bebé con ‘cólico’ crece bien, y tiende a llorar en ciertos momentos del día, generalmente en la noche, pero está contento en otros momentos. Examine la lactancia. El mal agarre permitirá deglutir aire causando ‘viento’. Un flujo de leche rápido, o muy alto contenido de lactosa al inicio de la mamada pueden causar inquietud. La atención al manejo de la lactancia puede reducir estos problemas

SESIÓN 9

PRODUCCIÓN DE LECHE

Objetivos de la sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

1. discutir las preocupaciones sobre “Leche insuficiente” con las madres; 10 minutos
1. describir modelos de crecimiento normal de lactantes; 5 minutos
2. describir cómo mejorar la ingesta/transferencia de leche y producción de leche; 10 minutos
3. discutir un Caso Estudio de “leche insuficiente”, 20 minutos

Tiempo total de la sesión:

45 minutos

Materiales:

Diapositiva 9/1: Foto 2 Madres en la cama hablan con la enfermera

Diapositiva 9/2: Estudio de caso

Para el estudio de caso usted necesitará:

Pedir a 3 participantes participar y practicar el juego de roles

Sillas que pueden traerse al frente del cuarto

Una muñeca o bulto de tela para actuar como “el bebé”

Documentos de lectura para los facilitadores:

Not enough milk. Leche Insuficiente. Actualización No. 21, Marzo 1996, OMS

RELACTACIÓN: *Revisión de experiencias y recomendaciones para la práctica.*
OMS/CHS/CAH/98.14

1. Consideraciones sobre "Leche insuficiente"

10 minutos

- *Muestre la Foto 2: Madres en cama hablando con la enfermera*

Miriam sentía que ella no tenía bastante leche para su bebé anterior y le dio suplementos regulares desde semanas tempranas. Durante este embarazo, ella oyó que el amamantamiento exclusivo es importante para su bebé. Miriam cree que es importante, pero ella no está segura que pueda dar sólo leche materna y nada más.

- La razón más común de las madres para dejar de amamantar, o para agregar otros alimentos además de leche materna, es que ellas creen que no tienen suficiente leche.

Pregunte: ¿Qué razones podrían hacer pensar a una madre que ella no tiene bastante leche, aun cuando el bebé está creciendo bien?

Espere por las respuestas.

- Una madre, el personal de salud o la familia pueden pensar que ella no tiene bastante leche si hay señales como:
 - El bebé llora a menudo,
 - El bebé no duerme por períodos largos,
 - El bebé no está acomodado en el pecho y es difícil alimentarlo,
 - El bebé succiona sus dedos o puños,
 - El bebé es particularmente grande o pequeño,
 - El bebé quiere estar al pecho frecuentemente o durante mucho tiempo,
 - La madre (u otra persona) piensan que su leche parece “aguada”,
 - Poca o ninguna leche sale cuando la madre intenta exprimir,
 - Los pechos no se vuelven turgentes o están más suaves que antes
 - La madre no nota goteo de leche u otras señales de reflejo de oxitocina
 - El bebé toma un alimento suplementario si se le es dado.
- Estas señales *pueden* significar que un bebé no está sacando suficiente leche pero no son señales confiables

Pregunte: ¿Cuales son las señales confiables que la madre puede ver por si misma que muestran que su bebé está recibiendo suficiente leche?

Espere por las respuestas

- Las señales confiables de ingesta suficiente de leche son
 - Producción-la leche debe estar ingresando, si hay orina y deposiciones.
 - Después del 2do día, seis o pañales más mojados en 24 horas con orina pálida, diluida. Si se da agua además de leche materna, la producción de orina puede ser buena pero la ganancia de peso no.
 - Tres a ocho deposiciones en 24 horas. Cuando los bebés son mayores de 1 mes, las deposiciones pueden ser menos frecuentes.
 - Alerta, buen tono muscular, piel saludable y está creciendo demasiado para su ropa.
- Una ganancia de peso consistente, con un promedio de 150³⁶ gramos por semana, es una señal de suficiente leche; sin embargo la madre puede no pesar su bebé a

³⁶ Un promedio de ganancia de peso significa que a veces es bajo y otras puede ser alta. El rango puede ser de 100-200 gramos (3.5 – 7 onzas) por semana.

menudo. Si hay duda sobre la succión de leche, pese al bebé cada semana, si posible.

- Conociendo estas señales, mejoramos la confianza de la madre – puntualizando las cosas que ella está haciendo bien y sugiriendo formas de mejorar el amamantamiento.
- ***Causas de baja producción de leche***
 - Las razones comunes para la baja producción de leche se relacionan a factores que limitan la cantidad de leche que el bebé retira del pecho. Si la leche no es removida, menos leche es producida. Estos factores incluyen:
 - Alimentación poco frecuente
 - Alimentación con horarios fijos
 - Lactadas cortas
 - Succión pobre
 - Mal agarre
 - La baja producción de leche también puede relacionarse a factores psicológicos:
 - La madre puede perder confianza; sentirse cansada, agobiada, preocupada, o le resulta difícil responder a su bebé.
 - Los factores psicológicos pueden llevar a prácticas de amamantamiento ineficaces. Una madre que está en una situación de estrés puede alimentar menos frecuentemente o por un tiempo muy breve, más probablemente dará alimentos suplementarios o un chupón, y puede pasar menos tiempo cuidando al bebé.

Causas de baja transferencia de leche

- La madre puede tener una buena producción de leche pero el bebé no puede ser capaz de retirar la leche del pecho. La baja transferencia de leche puede resultar si:
 - El bebé está mal apegado al pecho y no succiona eficazmente. El bebé puede parecer inquieto y aparta o tironea el pecho.
 - Lactadas son cortas, dadas de prisa o poco frecuentes.
 - El bebé es alejado del seno demasiado pronto, y no recibe bastante leche posterior
 - El bebé está enfermo o es prematuro y no es capaz de chupar fuertemente y por tiempo suficiente para obtener la leche que necesita
- La producción y transferencia de leche están relacionadas. Si la leche no está siendo retirada del seno, la producción de leche disminuirá. Si se ayuda a que el bebé retire la leche más eficazmente entonces la producción de suficiente leche continuará normalmente.

2. Patrones normales de crecimiento de bebés

5 minutos

Miriam ha escuchado lo que usted dijo sobre las señales de suficiente leche. Sin embargo ella está preocupada sobre cuánto debe pesar el bebé. Con su bebé anterior, aunque ella pensó que el bebé se veía bien y parecía estar creciendo, le dijeron que no estaba ganando bastante peso cuando le pesaron.

Pregunte: ¿Cuál es el patrón de crecimiento normal para un bebé?

Espere por las respuestas.

- La mayoría de los bebés empieza a ganar peso pronto si son exclusivamente amamantados prontamente después del nacimiento, se apegan adecuadamente y alimentan frecuentemente.
- Algunos bebés pierden peso los primeros días después del nacimiento. Esta pérdida de peso es líquido extra que el bebé ha guardado durante la vida uterina. Un bebé debe recobrar el peso del nacimiento a las dos semanas.
- Los bebés normalmente doblan su peso del nacimiento a los cinco a seis meses; y lo triplican alrededor del año. Los bebés también crecen en longitud y circunferencia craneal.
- Un carnet de crecimiento apropiada y regularmente llenado puede mostrar el patrón de crecimiento del bebé. Hay un rango de crecimiento normal. No hay ninguna línea “correcta” que todos los bebés deban seguir.
- No esperar hasta que la ganancia de peso sea pobre para hacer una valoración cuidadosa del amamantamiento. Iniciar y continuar con buenas prácticas de amamantamiento.
- Practicando los Diez Pasos para un Amamantamiento Exitoso ayuda a asegurar una abundante producción de leche:
 - Discuta la importancia de amamantar y los bases del amamantamiento durante el embarazo (Paso 3),
 - Facilite el contacto piel a piel después del nacimiento (Paso 4),
 - Ofrezca el pecho al bebé rápidamente después el nacimiento (Paso 4)
 - Ayude al bebé para agarrar el pecho para que pueda amamantarse bien (Paso 5),
 - Amamante exclusivamente: Evite suplementos de agua, otros fluidos o comidas; sólo dé leche materna (Paso 6),
 - Mantenga cerca al bebé para detectar signos de hambre (Paso 7),
 - Alimente frecuentemente, tan a menudo y por el tiempo que el bebé quiera (Paso 8),
 - Evite el uso de biberones y chupones. (Paso 9),
 - Proporcione apoyo continuo a la madre y asegure que sepa encontrar este apoyo (Paso 10).³⁷.

3. Mejorando la ingesta y producción de leche

10 minutos

- Use sus habilidades de comunicación:
 - Escuche a la madre y haga las preguntas pertinentes,
 - Mire al bebé – alerta, apariencia, conducta y carnet de peso si está disponible.
 - Observe un amamantamiento, usando la “Ayuda de Observación del Amamantamiento”.
 - Responda a la madre y díglele lo que usted está encontrando. Use las palabras positivas y evite críticas o juicios.
 - Dé información pertinente usando el idioma conveniente.
 - Ofrezca sugerencias que pueden mejorar la situación y discuta si las sugerencias le parecen posibles a la madre.
 - Refuerce la confianza de la madre.

³⁷ El apoyo continuo se revisa e la Sesión 14.

- Ayude que ella encuentre el apoyo por amamantar y cuidar su bebé

Mejorando la ingesta/transferencia de leche

- Averigüe las causas de poca succión de leche e intente remediarlas. Esto significa que usted:
 - Ayude al bebé para agarrar bien el pecho,
 - Discuta cómo la madre sería capaz de alimentar al bebé más frecuentemente,
 - Resalte señales de alimentación de tal manera que la madre aprenda cuando el bebé ha terminado un pecho antes de cambiar al otro pecho, en lugar de confiar en el reloj,
 - Anime al contacto cercano sosteniendo al bebé fuertemente
 - Sugiera evitar los chupones y los biberones (incluso las pezoneras),
 - Sugiera ofrecer el seno para confort si el bebé está intranquilo
 - Sugiera evitar o reducir el uso de suplementos
- Si el suministro de leche es muy bajo, se necesita durante unos días otra fuente de leche mientras el suministro mejora. Cómo dar estos suplementos sin usar un biberón se discutirá en una próxima sesión.³⁸

Mejorando la producción de leche

- Para aumentar la producción de leche, los pechos necesitan estímulo y la leche necesita ser frecuentemente removida. Las sugerencias listadas antes para mejorar la transferencia de leche podrán ayudar a aumentar la producción porque la leche será removida del pecho. También sugiera que la madre:
 - Haga masaje suavemente a su pecho mientras alimenta para ayudar a la leche a fluir,
 - Extraiga la leche entre amamantamientos y dé la leche extraída a su bebé con una taza o una cucharilla. Esto es particularmente importante si el bebé tiene una succión débil o es renuente a alimentarse a menudo.
 - Hable con la familia para ver cómo ella puede manejar las necesidades de amamantar a su bebé con otras demandas de su tiempo.
 - Use los alimentos, bebidas, o hierbas locales que se crea que aumentan la producción de leche, si éstos son seguros de tomar mientras se amamanta. Esto puede mejorar la confianza de la madre en su habilidad a amamantar o ayudar al cuidado de la madre comiendo estas comidas especiales. Comidas especiales o uso de medicamentos no reemplazan la necesidad para amamantamiento frecuente con buen agarre.

Monitoreo y seguimiento

- Realizar seguimiento a la madre y bebé para verificar que la producción y transferencia de leche está mejorando. La frecuencia del seguimiento depende de la severidad de la situación.
- Supervisar significa más que simplemente pesar al bebé. Busque señales de mejoría que usted puede señalar a la madre – mejoría en el alerta, menos llanto, succión más fuerte, más orina y heces, y cambios en sus pechos como llenado y goteo.
- El supervisar también le da una oportunidad para hablar con la madre y ver cómo los cambios están sucediendo. Construya su confianza y anímele con las cosas que ella está haciendo bien.

³⁸ Ver Sesión 11: Si un bebé no puede mamar.

- Si el peso del bebé fuera muy bajo y se necesitaron suplementos, redúzcalos cuando la situación mejore. Continúe supervisando al bebé durante unas semanas después que los suplementos se han retirado para asegurar el suministro suficiente de leche

4. Analizar el estudio de caso

20 minutos

Pídale a tres participantes que desarrollen el siguiente estudio de Caso delante de la clase. Este juego de roles debe reflejar lo que la partera hará ahora y cómo ella seguirá a la madre y su bebé. Continúe con una discusión entre todos los participantes después del juego de roles.

Los participantes

- La paciente, Anna,
- Su suegra (la madre del marido)
- La partera en consulta ambulatoria

- *Mostrar la Diapositiva 9/2 con los puntos importantes del Estudio de Caso*

Estudio de caso

Anna dio a luz hace dos semanas a un varón sano en el hospital. Hoy, ella, el bebé, y su suegra están volviendo al hospital porque el bebé “duerme todo el tiempo” y ha tenido solo tres deposiciones esta semana. Cuando la partera en consulta ambulatoria pesa el bebé lo encuentra 12% bajo el peso del nacimiento.

La partera pregunta por los eventos de la última semana mientras utilizando buenas habilidades de comunicación y averigua que:

- Ana y el bebé fueron dados de alta el segundo día posparto.
- Ana recibió poca instrucción en lactancia mientras estaba en la sala de posparto
- Ana siente que su bebé está rechazando sus pechos.
- Ayer, la suegra empezó ofreciendo té con miel dos veces por día.

Las preguntas que la partera podría hacer incluyen:

- ¿Usted puede contarme un poco sobre los dos primeros días después del nacimiento?*
- ¿Cómo se alimentaba el bebé en los primeros días?*
- ¿Cómo usted siente que el bebé se está alimentando ahora?*
- ¿El bebé recibe algo de diferente a leche materna?*

La partera también observa el amamantamiento y ve que el bebé se sostiene flojamente y que debe doblar su cuello para alcanzar el pecho. El bebé agarra muy poco del pecho en su boca y suelta el pecho fácilmente. Cuando él suelta el pecho se molesta, mueve su cabeza, llora y tiene la dificultad de agarrarlo de nuevo.

Preguntas de discusión: (con las posibles respuestas)

- ¿Cuáles son los buenos aspectos en esta situación en que usted puede rescatar?
 - Ellos han buscado ayuda, la suegra está preocupada, y el biberón ha sido dado sólo durante un día.
- ¿Cuáles son tres cosas importantes que esta familia necesita saber ahora?
 - cómo posicionar y agarrar al bebé para alimentarlo eficazmente,

- alimentarlo frecuentemente (cada 2 horas o más a menudo), despertándolo si necesario,
- evitar dar agua (o miel y té) usando un biberón. Si es necesario, como extraer leche materna y dar al bebé con taza

También es útil saber:

- usar plenamente el contacto piel a piel para ayudar al bebé a aprender que el pecho es un lugar cómodo para estar, y para ayudar a estimular la liberación de prolactina.
- permitirle al bebé terminar un pecho antes de pasar al otro pecho,
- la extracción de leche produce más leche
- los signos de tener suficiente leche

¿Qué seguimiento usted ofrecerá?

- Vea a la madre y al bebé en 1-2 días si posible para verificar si se está alimentando y la ganancia de peso ha mejorado.
 - Continúe la ayuda y seguimiento hasta que el bebé se esté alimentando y ganando peso adecuadamente
-
- *Pregunte si tiene alguna duda. Resuma la sesión.*

Sesión 9 Resumen

Inquietud sobre “Leche insuficiente”

- A una madre o a su familia le puede faltar confianza en amamantar y pensar que ella no tiene bastante leche. Explique a las madres las señales confiables de suficiente leche: suficiente orina y deposiciones, y ver al bebé alerta y creciendo. La ganancia de peso es una señal confiable si hay una balanza adecuada y los controles de peso son consecutivos y en la misma balanza.
- Construya la confianza de la madre en su habilidad de amamantar.
- La razón más común para baja la producción de leche es la no extracción suficiente de leche del pecho por lo que menos leche es producida.
- Las causas comunes de baja transferencia de leche son:
 - Mal agarre, poca succión, lactadas cortas e infrecuentes, bebé enfermo

Patrones normales de crecimiento de los lactantes

- Los lactantes pueden perder peso en los primeros días después del nacimiento pero deben recobrar el peso del nacimiento a las 2 a 3 semanas.
- Si ellos empiezan el amamantamiento exclusivo poco después del parto, perderán muy poco o nada de peso
- Los bebés normalmente doblan su peso del nacimiento a los 6 meses y lo triplican cerca al año de vida.
- La práctica de los Diez Pasos para la lactancia exitosa ayudan a asegurar el suministro de abundante leche.

Mejorando la ingesta y producción de leche

- Use sus habilidades de comunicación para escuchar, observe, responda, y cree confianza.
- Investigue la causa de la baja transferencia de leche, ofrezca soluciones posibles :
 - Mejorar el agarre, aumentar la frecuencia y duración de las mamadas, evitar los suplementos y chupones.
- Aumento de la producción de leche:
 - Amamantar más a menudo y por más tiempo, extraer leche entre lactadas, hablar con la familia sobre el apoyo requerido.
- Monitoreo y seguimiento hasta que la ganancia de peso sea adecuada y la madre tenga confianza

Sesión 9 Revisión de Conocimiento

Keiko le dice que piensa que no tiene suficiente leche. ¿Qué es lo primero que le dirá a Keiko? ¿Qué le preguntará para conocer si ella tiene verdaderamente una producción baja de leche?

Usted decide que el bebé de Ratna, Meena, no está tomando suficiente leche para satisfacer sus necesidades. ¿Qué puede hacer para ayudar a Ratna incrementar la cantidad de leche materna que su bebé recibe?

Información Adicional para la Sesión 9

Causas de baja producción de leche

Razones Frecuentes

- Las razones comunes para baja producción de leche se relacionan a factores que limitan la cantidad de leche que el bebé extrae del pecho. Si la leche no se extrae, se produce menos leche. Estos factores normalmente incluyen:
 - Lactadas poco frecuentes, que pueden ser debidas a:
 - Madre que no percibe señales de necesidad de alimentar.
 - Bebé somnoliento o “callado” y que no parece necesitar alimentación.
 - Madre ocupada y que pospone las lactadas.
 - Bebé que duerme lejos de la madre, de modo que la madre no ve ni oye las señales de demanda
 - Otros alimentos y líquidos dados al bebé, por lo que el bebé no pide ser alimentado.
 - Bebé al que se da chupón o es distraído en lugar de alimentarse.
 - La creencia que el bebé no necesita lactadas nocturnas.
 - Madre tiene heridas en los pezones o en el pecho y no quiere a dar de lactar.
 - Lactadas fijas: Un horario fijo no puede permitir alimentación frecuente. Además, si se deja al bebé llorar hasta el horario fijado, el él o ella agotan la energía y pueden estar dormidos al momento del horario fijado para alimentar
 - Lactadas cortas: Bebés que están bien posicionados normalmente terminan de lactar cuando ellos están saciados. Si la madre acaba la lactada en un momento fijo o porque ella piensa que una pausa en el amamantamiento indica que la lactada está acabada, el bebé puede no conseguir bastante leche.
 - No se extrae bastante leche: El factor inhibidor de la producción en la leche aumenta y el seno deja de producir leche.
 - Pobre succión: Un bebé débil o que está mal posicionado al pecho no puede extraer la leche del pecho. La leche no es removida por lo que menos leche se produce.
 - El inicio tardío del amamantamiento:- La lactancia deben empezar lo más pronto posible después del nacimiento

Razones infrecuentes de baja producción de leche

- Medicación de la madre: anticonceptivos que contienen estrógenos pueden reducir la provisión de leche. La terapia diurética también puede reducir la producción de leche.
- El alcohol y tabaco pueden reducir la producción de leche.
- Cirugía del seno, que corta los conductos o nervios del seno.
- Si una madre se embaraza de nuevo, ella puede notar una reducción en la producción de leche.

Razones muy raras de baja producción de leche

- La retención de restos placentarios afectan las hormonas necesarias para la producción de leche.
- Desarrollo inadecuado del pecho durante el embarazo, de tal manera que pocas o ninguna célula productora de leche se desarrollan.

- Desnutrición severa - la leche es producida de lo que la mujer come además de las reservas almacenadas en su cuerpo. Si una mujer ha agotado sus reservas corporales, se puede afectar su suministro de leche. Sin embargo, ella necesita estar severamente desnutrida, y durante mucho tiempo, para alcanzar este estado. Un aporte muy restringido de líquido puede afectar el suministro de leche.

-

Ganancia de peso

- El amamantamiento asegura una ganancia de peso saludable y normal para los lactantes. Muchos bebés amamantados son más delgados (menos gordos) que los bebés artificialmente alimentados.
- La prueba del peso antes y después de un amamantamiento no da una buena orientación de la succión o la producción de leche. La cantidad que un bebé toma varía de una lactada a otra. La prueba del peso puede preocupar a la madre y puede reducir su confianza en amamantar, tentándola a dar suplementos.
- Un bebé que no está ganando peso con un buen amamantamiento y buena transferencia de leche puede tener una enfermedad. Si el bebé se está alimentando pobremente o está mostrando señales de enfermedad, refiéralo para tratamiento médico. Sin embargo, si el bebé parece deseoso de lactar y no tiene ninguna señal de enfermedad, entonces la poca ganancia de peso puede ser el resultado de no obtener bastante leche, que es a menudo debido a mala técnica de lactancia. Este bebé y su madre necesitan ayuda con la lactancia.
- Un bebé con patología como enfermedad cardíaca congénita o neurológica puede ganar peso lentamente aun cuando hay un suministro y transferencia suficiente de leche.
- Hay necesidad de vigilar el peso de todos los niños, lo que incluye a aquéllos que no están amamantando.

Relactación

Definición de Relactación: Re-establecimiento de la producción de leche en una madre que tiene una producción muy reducida o ha detenido el amamantamiento.

- Si una madre ha dejado de producir leche y tienen deseos de amamantar, el trabajador de salud puede ayudarle a relactar. La relactación puede ser necesaria cuando:
 - El bebé ha estado enfermo y no puede succionar,
 - La madre no se exprimió la leche cuando su bebé era incapaz de succionar,
 - El bebé no fue inicialmente amamantado y ahora la madre quiere amamantar,
 - El bebé enferma con alimentos artificiales,
 - La madre estaba enferma y detuvo el amamantamiento,
 - Una mujer ha adoptado a un bebé, habiendo amamantado previamente sus propios niños.
- Una mujer que desea relactar debe ser alentada para:
 - Permitir a su bebé succionar el pecho tan a menudo como sea posible, día y noche para mientras que el bebé está deseoso.
 - Masajear y exprimir sus pechos entre lactadas, sobre todo si el bebé no está deseoso de succionar frecuentemente.

- Continuar dando los alimentos artificiales adecuados hasta que el suministro de leche sea suficiente para el crecimiento de su bebé.
- Buscar el apoyo de su familia, para asegurar que ella tiene bastante tiempo para relactar.
- La terapia con drogas se usa a veces para aumentar o desarrollar el suministro de leche. Sólo es eficaz si también se aumenta el estímulo de los pechos.
- Es más fácil al relactar si:
 - el bebé es menor de 2 meses de edad y no se ha acostumbrado a usar una tetina artificial,
 - la madre dio a luz recientemente o detuvo el amamantamiento recientemente.
- Sin embargo la relactación es posible a cualquier edad de bebé o tiempo desde que el amamantamiento se detuvo. Las abuelas pueden inclusive relactar para alimentar a su nieto.

SESIÓN 10

RECIEN NACIDOS CON NECESIDADES ESPECIALES

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|---|------------|
| 1. Analizar la lactancia de recién nacidos que son pretérmino, bajo peso o que tiene necesidades especiales, | 20 minutos |
| 2. Describir como ayudar a las madres a amamantar más de un bebé; | 5 minutos |
| 3. Resumir la prevención y el manejo de problemas clínicos frecuentes: hipoglicemia neonatal, ictericia y deshidratación con respecto a la lactancia; | 10 minutos |
| 4. Resumir las indicaciones médicas para el uso de alimentos/líquidos distintos que leche materna | |

10 minutos

Tiempo total de la sesión:

45 minutos

Materiales:

Diapositivas 10/1 y 10/2: Fotos de atención con el método de Madre Canguro

Diapositiva 10/3: Colocando un bebé prematuro al pecho

Diapositiva 10/4: Gemelos

Diapositiva 10/5y 10/6: Posición de bailarina. Bebé en Diapositiva 10/6 tiene Síndrome de Down

Dos o tres muñecas (De diferente tamaño para demostrar alimentación de gemelos y del bebé prematuro)

¿Necesita el bebé sucedáneo de la leche materna? – Una copia para cada participante

Documentos de lectura para los facilitadores:

Organización Mundial de la Salud. *Breastfeeding and the use of water and teas. Lactancia y el uso de agua y té* División de Salud y Desarrollo Infantil Update No. 9 (reeditado, Nov. 1997).

Organización Mundial de la Salud. *Persistent Diarrhoea and Breastfeeding. Diarrea Persistente y Lactancia* División de Salud y Desarrollo Infantil Update; Ginebra, 1997

Organización Mundial de la Salud. *Hipoglicemia del Recién Nacido Revisión de la Literatura* Division of Child Health and Development and Maternal and Newborn Health/Safe motherhood, 1997

Organización Mundial de la Salud. *Kangaroo Madre Care - a practical guide. Atención de Madre Canguro- Guía práctica* Departamento de Salud Reproductiva e Investigación, Ginebra 2003.

Manejo Integrado de Enfermedades Prevalentes de la Infancia Una iniciativa de la OMS/UNICEF en Boletín de la Organización Mundial de la Salud, suplemento no 1, Vol. 75, 1997.

OMS/ONUSIDA/UNICEF. *Consejería en VIH y lactancia: Curso de Capacitación* Ginebra: 2000. OMS/WHO/FCH/CAH/00.3, UNICEF/PD/NUT/ (J) 2000-2; UNAIDS/99.56E

WHO/UNICEF. *Razones médicas aceptables para el uso de sucedáneos de la leche materna.* Organización Mundial de la Salud. Ginebra 2008.

1. Recién nacido pre término, de bajo peso o enfermo**20 minutos**

- *Continúe con la 'historia':*

Nosotros dejamos a Fátima y su hijo en contacto piel-a-piel luego de una cesárea de emergencia. El hijo de Fátima nació cuatro semanas antes; sin embargo estaba estable y empezó el amamantamiento en la sala de recuperación. Fátima estaba sorprendida de que él pudiera amamantar y muy contenta porque obtuvo un poco de su calostro que le ayudaría a protegerse. La enfermera le dijo que el amamantamiento era muy importante para un bebé prematuro.

Pregunte: ¿Por qué el amamantar es particularmente importante para un bebé prematuro, de bajo peso de nacimiento o un bebé que está enfermo?

Espere algunas respuestas.

- ***La importancia de leche materna para el prematuro, bajo peso de nacimiento o lactante con necesidades especiales***
- La leche materna contiene:
 - factores inmunes de protección que ayudan a prevenir la infección
 - factores de crecimiento que ayudan a desarrollar el intestino y otros sistemas del bebé, así como a sanar después de la diarrea,
 - enzimas que hacen más fácil digerir y absorber la leche,
 - ácidos grasos esenciales especiales que ayudan el desarrollo del cerebro.
- Además, amamantar:
 - calma el bebé y reduce el dolor de extracciones de sangre o relacionadas a la condición del bebé,
 - le da un papel importante a la madre en el cuidado de su bebé,
 - consuela al bebé y mantiene el eslabón con la familia.
- Los bebés con necesidades especiales como condiciones neurológicas, problemas cardíacos o labio/paladar hendido, y los bebés que están enfermos, necesitan tanto el amamantamiento como los bebés que están bien. El amamantamiento continúa beneficiando a los bebés y a los niños que están enfermos.
- El enfoque de la alimentación dependerá del bebé individualmente y de su condición. En conjunto, la atención puede ser dividida en categorías basadas en la condición del bebé:
 - Bebé incapaz de recibir alimentos orales.
 - Bebé capaz de recibir alimentos orales pero que no puede succionar.
 - Bebé capaz de succionar pero no para las lactadas completas.
 - Bebé que puede lactar bien.
 - Bebé que no puede recibir cualquier leche materna.

El bebé de Fátima es traído a la unidad de cuidados especiales neonatales³⁹ porque hay alguna preocupación sobre su respiración, y Fátima va a la unidad

³⁹ El término *unidad de cuidados especiales* es utilizado para cualquier área que provea atención a bebés que están enfermos o necesitan cuidados especiales. Esta unidad puede ser parte de la maternidad o parte de la unidad de pediatría o en de un hospital diferente de la maternidad

postnatal. Ella está preocupada sobre cómo ella amamantará si se separa de su bebé.

Pregunte: ¿Cuáles son algunas maneras mediante las que una unidad de cuidado especial neonatal puede apoyar el amamantamiento?

Espere algunas respuestas

Apoyo a la lactancia en la unidad de cuidados especiales neonatales

- **Facilite el contacto** entre la madre y bebé, día y noche.
 - Anime a la madre a visitar, tocar, y cuidar su bebé tanto como sea posible.
 - Una madre produce anticuerpos (un tipo de factor protector) contra bacterias y virus (gérmenes) con los que ella está en el contacto. Cuando ella pasa tiempo con su bebé en la Unidad de Cuidados Especiales Neonatales, su cuerpo puede producir los factores protectores contra muchos de los gérmenes a los que su bebé se expone a en la unidad.
- *Mostrar la Diapositivas 10/1 y 10/2 – fotos de Atención de madre canguro*
 - Contacto piel a piel o “técnica de madre canguro” anima a la madre a sostener el bebé (vestido sólo con pañal) bajo su ropa, cerca de su pecho. El bebé puede ser colocado al seno siempre que él o ella lo deseen. El contacto piel a piel ayuda regular la temperatura del bebé y la respiración, ayuda en el desarrollo, y aumenta la producción de leche.
- **Cuide a la madre.** La madre es muy importante para la mejoría y sobrevivencia del bebé
 - Ayude a la madre a quedarse en el hospital mientras su bebé está internado
 - Si la madre viene de una larga distancia para visitar a su bebé, asegure ella tiene un lugar para descansar mientras está en el hospital.
 - Asegúrese que la madre tiene un asiento cómodo cerca del bebé.
 - Anime al centro de salud para proveer comida y líquidos a la madre.
 - Responda las preguntas de los padres y explique pacientemente. Los padres pueden estar perturbados, agobiados y asustados cuando su bebé está enfermo.
 - Permita saber a los padres que usted cree que la leche materna y el amamantamiento son importantes.
- **Ayude a establecer el amamantamiento:**
 - Ayude a la madre a exprimir su leche, empezando dentro de 6 horas de nacimiento, y exprimiendo seis o más veces en 24 horas.
 - Favorezca que los bebés sean puestos al pecho lo más pronto posible aun cuando ellos todavía no sean capaces de amamantar bien. Si el bebé tiene la madurez para lamer, agarrar, succionar y tragar al pecho, él o ella lo harán sin peligro.
 - Describa los primeros momentos al pecho como “conociendo el pecho” en lugar de esperar que el bebé tome lactadas completas inmediatamente.
 - El bebé puede ir al pecho mientras recibe alimento por sonda para asociar el sentimiento de plenitud con estar al pecho.
 - El peso no es una medida confiable de la habilidad de amamantar. La madurez es un factor más importante.
 - Hasta que un bebé pueda amamantar, él o ella puede alimentarse con leche materna extraída por sonda o taza.⁴⁰ Evite usar tetinas artificiales.

⁴⁰ La extracción del leche y la alimentación en taza se describen en la Sesión 11

Colocar el bebé al pecho

- Ponga al bebé al pecho cuando el esté empezando a despertarse, al ver movimientos oculares rápidos bajo los párpados. Cuando está listo para alimentarse, el bebé puede hacer movimientos de succión con su lengua y boca. Un bebé también puede traer su mano a su boca. Ayude a una madre a aprender a anticipar el momento del alimento para evitar que se bebé gaste energía llorando.
- *Muestre la foto 10/3: Colocando un prematuro al pecho. Use una muñeca para demostrar las posiciones*
- Muestre a la madre cómo sostener y posicionar a su bebé. Una manera de sostener a un bebé pequeño es con la cabeza del bebé apoyada - pero no agarrada - por la mano de la madre. El brazo de la madre puede sostener el cuerpo del bebé. El bebé puede estar al lado de la madre (como en el cuadro), y la madre puede usar la mano del lado opuesto al pecho del que el bebé se está alimentando
- La madre puede sujetar su pecho con la otra mano para ayudar al bebé a agarrar el pecho en su boca. Muéstrole cómo poner cuatro dedos bajo el pecho y el pulgar encima.
- Para aumentar el flujo de leche, masajee y comprima el pecho cada vez que el bebé haga pausas en la succión (a menos que el flujo sea mayor del que el bebé puede tragar).

Explique a las madres qué esperar en las lactadas

- Esperar que el bebé probablemente lacte durante mucho tiempo, y que el bebé haga pausas frecuentemente para descansar durante la lactada. Planee lactadas tranquilas, pausadas, bastante prolongadas (alrededor de una hora para cada lactada).).
- Esperar atragantamientos y ahogos, debido al poco tono muscular y la succión descoordinada
- Deja de intentar alimentar si el bebé parece demasiado soñoliento o melindroso. La madre puede continuar sosteniendo a su bebé contra su pecho sin intentar comenzar la lactación.
- Mantener la lactada tan tranquila como sea posible. Evitar ruidos fuertes, luces luminosas, caricias, o hablar con el bebé durante los intentos de alimentar.

Prepare a la madre y al bebé para el alta

- Un bebé puede estar listo para dejar el hospital si ella o él se están alimentando eficazmente y están ganando peso. Normalmente es necesario que el bebé pese por lo menos 1800-2000 gramos antes de ser dado de alta, pero esto varía en los diferentes hospitales.
- Anime al centro de salud a brindar un lugar a la madre para permanecer con el bebé 24 horas durante uno o dos días antes del alta. Esto ayuda a construir su confianza así como a la producción de leche para satisfacer las necesidades de su bebé
- Asegúrese que la madre pueda reconocer señales de alimentación, señales de adecuada succión y que ella puede posicionar y sujetar bien a su bebé por amamantar.
- Este segura que la madre sabe cómo puede conseguir ayuda para atender a su bebé después de que ella vaya a casa. Coordine con la madre el seguimiento.

2. Amamantando a más de un bebé

5 minutos

- Las madres pueden producir bastante leche para dos bebés, e incluso tres. Los factores importantes no son la producción de leche, sino el tiempo, apoyo y estímulo del cuidado de salud por parte de los proveedores de salud, familia, y amigos.
- Anime a la madre a:
 - Conseguir ayuda para el cuidado de otros niños y los deberes de la casa,
 - Amamantar acostada para conservar la energía, cuando posible,
 - Comer una dieta variada y cuidar de ella misma,
 - Tratar de pasar un tiempo exclusivamente con cada uno de los bebés para poder conocerlos individualmente.
- *Mostrar la Diapositiva 10/4: gemelos. Use una muñeca para demostrar las posiciones.*
- Una madre de gemelos puede preferir alimentar a cada bebé separadamente para que ella pueda concentrarse en el posicionamiento y agarre. Cuando los bebés y la madre son capaces de agarrar bien, entonces la madre puede alimentarlos juntos si ella desea reducir tiempo de alimentación.
- Si un bebé se alimenta bien y otro bebé es menos activo, asegúrese de alternar los pechos para que la producción de leche se mantenga alta en ambos pechos. El bebé que se alimenta menos eficazmente puede beneficiarse de amamantar al mismo tiempo con el bebé que se alimenta más eficazmente, por el estímulo del reflejo de oxitocina.

Amamantando a un bebé y un niño mayor

- No hay generalmente necesidad alguna de detener el amamantamiento de un bebé mayor cuando llega un nuevo bebé. La madre producirá bastante leche para ambos si ella se cuida, lo que incluye comer bien y descansar.
- Si hay o no una escasez de comida en la familia, la leche materna pueden ser la mayor parte de la dieta del niño mayor. Si se para al amamantamiento, el niño mayor estará en riesgo, sobre todo si no hay alimentos animales en la dieta. Alimentando a la madre es la manera eficaz de nutrir a la madre, el nuevo bebé, y el lactante mayor. La cesación abrupta del amamantamiento debe evitarse siempre.

3. Prevención y manejo de problemas clínicos comunes

10 minutos

- Muchos casos de hipoglicemia, ictericia y deshidratación pueden evitarse llevando a cabo prácticas como:
 - Contacto piel-a-piel temprano para mantener el calor del bebé.
 - El amamantamiento temprano y frecuente.
 - Alojamiento conjunto para que la alimentación frecuente sea fácil.
 - Alentar la expresión de leche y administración en taza si el bebé es incapaz de amamantar eficazmente porque es demasiado débil o soñoliento.
 - No dé agua al bebé. El agua no es eficaz en reducir la ictericia y puede aumentarla.
 - Observar a todos los bebés durante los primeros días para asegurar que ellos están aprendiendo a amamantar bien.

Hipoglicemia del recién nacido

- Hipoglicemia significa un nivel bajo de glucosa en sangre. Los bebés que nacen prematuramente o son pequeños para la edad gestacional, que están enfermos, cuyas madres están enfermas, pueden desarrollar hipoglicemia.
- No hay ninguna evidencia para sugerir que las concentraciones bajas de glucosa sanguínea en ausencia de cualquier señal de enfermedad sea dañino para bebés a término, saludables.
- Bebés a término, saludables no desarrollan la hipoglucemia simplemente por alimentarse poco. Si un bebé a término saludable desarrolla señales de hipoglucemia, el bebé debe ser investigado para otro problema subyacente.

Ictericia

- Es común en los bebés tener un color amarillo en la piel (ictericia) en la primera semana de vida debido a niveles altos de bilirrubina en la sangre. El color es más fácilmente visto en la parte blanca de los ojos. El calostro ayuda que los neonatos a eliminar el meconio, y esto elimina el exceso de bilirrubina del cuerpo.

Deshidratación

- Los neonatos sanos exclusivamente alimentados al seno requieren líquidos adicionales para prevenir la deshidratación.
- Los bebés con diarrea deben ser amamantados más frecuentemente. El amamantamiento frecuente proporciona líquidos, nutrientes, y proporciona factores protectores. Además los factores de crecimiento en la leche materna ayudan en la reparación del intestino dañado.

Bebés que tienen dificultad respiratoria

Los bebés con dificultad respiratoria deben alimentarse frecuentemente con cantidades pequeñas ya que se cansan fácilmente. El amamantamiento les proporciona nutrientes, anticuerpos, calorías, líquidos y consuela al bebé y a la madre.

- ***El bebé con problemas neurológicos***
- Muchos bebés con síndrome de Down u otros problemas neurológicos pueden amamantarse. Si el bebé no puede succionar, la leche materna todavía es muy importante. Algunas formas de ayuda incluyen:
 - Favorezca el contacto temprano y un inicio temprano de la alimentación
 - El bebé puede necesitar ser despertado para amamantar frecuentemente, y requerir estímulo para permanecer alerta durante la lactada.
 - Ayude a la madre para posicionar y agarrar bien al bebé.
 - Puede ayudar si la madre apoya su pecho en la barbilla de su bebé para estabilizar la mandíbula del bebé y mantener un buen agarre a lo largo de la lactada. Ella puede agarrar suavemente la barbilla del bebé entre su dedo pulgar y segundo dedo, permaneciendo los otros tres dedos bajo su pecho.
- *Mostrar la Diapositiva 10/5 y 10/6 – Foto de Posición de Bailarina. Bebé en la Diapositiva 10/6 tiene Síndrome de Down*
- Además,
 - Las lactadas pueden durar un largo tiempo independientemente del método de alimentación. Ayude a la madre a entender que no es la lactancia misma la que toma tiempo.
 - La madre puede necesitar exprimir su leche y darle a su bebé en una taza.

- Evite tetinas artificiales y chupones ya que los bebés pueden encontrar muy difícil el aprender a chupar de un pecho y no de una tetina artificial.
- Algunos bebés con problemas neurológicos ganan peso muy lentamente aun cuando ellos reciben bastante leche materna
- Algunos bebés con problemas neurológicos pueden tener otros problemas médicos, por ejemplo problemas cardíacos

4. Razones médicas para usar alimentos que no son leche materna 10 minutos

A veces el amamantamiento no se inicia, o se detiene sin una indicación médica clara.

Es importante distinguir entre:

- bebés que no pueden ser alimentados al pecho, pero en quienes la leche materna sigue siendo el alimento de elección
- bebés que no deben recibir leche materna, incluso los usuales substitutos lácteos, y
- bebés para quienes la leche materna no está disponible, por cualquier razón.
- Bebés que no pueden alimentarse al seno deben recibir la leche extraída por sonda, taza, o cuchara. Asegure que el bebé ingiera la leche al final de la mamada que tiene un volumen graso alto para ayudar al crecimiento del bebé
- Muy pocos bebés pueden tener errores innatos de metabolismo como galactosemia, fenilcetonuria o enfermedad de orina en jarabe de arce. Estos bebés pueden requerir alimento parcial o completo con un substituto de la leche materna especial que sea apropiado a su condición metabólica específica.
- La madre puede estar lejos del bebé, muy enferma, muerta, o es VIH-positiva y ha tomado una decisión informada para no amamantar. Estos bebés necesitarán el alimento de reemplazo. Las situaciones relacionadas a salud materna que pueden requerir alimentación diferente a lactancia materna se discutirán en una sesión posterior.⁴¹

Los bebés con condiciones médicas que no permiten el amamantamiento exclusivo necesitan ser vistos y seguidos por personal de salud adecuadamente especializado. Estos bebés necesitan planes de alimentación individualizada y la madre y la familia necesitan estar informados de cómo alimentar al bebé.

- *Entregue la hoja didáctica: ¿El bebé necesita sustitutos de la leche materna? Discuta cualquier punto según necesidad.*
- *Pregunte si hay cualquier duda. Entonces resuma la sesión.*

⁴¹ Mayor información en problemas de salud materna y lactancia se encontrará en la Sesión 13.

Sesión 10 Revisión de Conocimiento

Jacqueline tiene un bebé prematuro de 33-semanas en la sala de cuidados especiales. Es muy importante que el bebé reciba su leche materna. ¿Cómo puede ayudar a Jacqueline a que baje su leche? ¿Cómo le puede ayudar a colocar al bebé a su pecho luego de algunos días?

Yolo da a luz gemelas. Ella teme no tener suficiente leche para alimentar a dos bebés y que tendrá que darles leche artificial. ¿Qué es lo primero que le puede decir a Yolo para darle confianza? ¿Qué sugeriría para ayudar a Yolo a amamantar a sus bebés?

Sesión 10 Resumen

Bebés que son prematuros, de bajo peso de nacimiento, enfermos o tiene necesidades especiales

- La leche materna es importante para bebés prematuros, de bajo peso de nacimiento o tienen necesidades especiales. Protege, proporciona nutrientes, y ayuda en el crecimiento y desarrollo.
- El acercamiento para alimentar dependerá del bebé individualmente y su condición. En general, el cuidado puede ser dividido en categorías basadas en la habilidad del bebé de succionar:
 - **El bebé no es capaz de tomar alimentos por vía oral.** Anime a la madre que exprima su leche y la guarde para suministrar cuando su bebé pueda tomar alimentos orales. Si es posible congelar la leche materna extraída para su uso posterior.
 - El bebé es capaz de tomar alimentos orales pero no puede amamantar al pecho. Dé leche extraída por sonda o taza si el bebé es capaz de tomar.
 - **El bebé es capaz de amamantar pero no para lactadas completas.** Permita al bebé amamantar siempre que el bebé esté dispuesto. Lactadas frecuentes breves pueden cansar al bebé menos que lactadas a intervalos largos. Dé la leche extraída por sonda o taza además de lo que el bebé puede extraer.
 - **El bebé puede amamantar bien.** Estimule lactadas frecuentes, para protección de infecciones y para consuelo.
 - **Bebé no puede recibir leche materna.** Por ejemplo, si el bebé tiene una enfermedad metabólica como galactosemia, y necesita una fórmula especial.
- Cuide de la madre con líquidos, comida, descanso, y ayúdele a estar en contacto estrecho con su bebé.
- Espere que el bebé haga pausas frecuentes para descansar durante la lactada. Planee lactadas silenciosas, pausadas, prolongadas. Evite ruidos fuertes, luces luminosas, acariciar o hablar con el bebé durante los intentos de alimentación.
- Prepara a la madre y bebé para el alta con alojamiento conjunto, favoreciendo el contacto piel a piel, brindando un tiempo para aprender a amamantar y reconocer las señales de alimentación), y conocer cómo conseguir ayuda cuando este en casa.
- Asegure pronto seguimiento para cualquier bebé que tiene necesidades especiales.

Amamantando a más de un bebé

- Las madres pueden producir bastante leche para dos bebés, e incluso tres. El factor clave no es la producción de leche, pero si el tiempo dedicado al apoyo y estímulo del cuidado de la salud por el personal de salud, la familia, y amigos.

Prevención y manejo de los problemas comunes

- Llevando a cabo prácticas como el contacto piel-a-piel temprano, amamantamiento temprano y frecuente y exclusivo, alojamiento compartido, y extracción de leche y administración por taza si el bebé tiene sueño o está débil, y evitando los suplementos de agua se pueden evitar muchos casos de hipoglucemia, ictericia y deshidratación.

Indicaciones médicas para dar alimentos diferentes a la leche materna

- Los neonatos con condiciones médicas que no permitan el amamantamiento exclusivo necesitan ser valorados y seguidos por personal de salud adecuadamente especializado.

¿Necesita el bebé sucedáneos de la leche materna?

La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida es la norma y particularmente beneficiosa para madres y lactantes. Sin embargo, un número pequeño de afecciones maternas y del recién nacido podría justificar la recomendación que no amamante o que introduzca los sucedáneos de manera temporal o permanente. Estas afecciones, que se relacionan a muy pocas madres y sus bebés,

Pueden existir:

- Recién nacidos que no deben recibir leche materna ni otra leche excepto fórmula especializada
- Recién nacidos para quienes la leche materna es la mejor opción de alimentación, pero que pueden requerir otros alimentos por un periodo limitado además de la leche materna

Recién nacidos que no deben recibir leche materna ni otra leche excepto fórmula especializada

puede incluir bebés con ciertas condiciones metabólicas inusuales, tales como galactosemia clásica, en cuyo caso necesitan una fórmula especial libre de galactosa; enfermedad de orina en jarabe de arce, necesitan una fórmula especial libre de leucina, isoleucina y valina; fenilketonuria, cuando se requiere una fórmula especial libre de fenilalanina (se permite amamantar no muy frecuentemente, por un tiempo, con monitorización cuidadosa);

Recién nacidos para quienes la leche materna es la mejor opción de alimentación, pero que pueden requerir otros alimentos por un período limitado además de leche materna

Este grupo puede incluir recién nacidos con muy bajo peso al nacer (nacen con menos de 1500g); bebés muy prematuros, (los que nacen con menos de 32 semanas de gestación); recién nacidos con riesgo de hipoglicemia debido a una alteración en la adaptación metabólica, o incremento de la demanda de la glucosa, en particular aquellos que son pre término, pequeños para la edad gestacional o que experimentaron estrés significativo intraparto con hipoxia/isquemia, aquellos que están enfermos y aquellos cuyas madres son diabéticas si la glicemia no responde a lactancia materna óptima o alimentación con leche materna;

Información Adicional para la Sesión 12

Uso de leche extraída

- La leche de una madre que da a luz un prematuro contiene más proteína, sodio y calcio que la leche de término. Los prematuros a menudo necesitan proteína extra, para lo que esto es muy útil.
- Leche materna con un valor energético de 65 Kcal/100ml en un volumen de 200 ml/kg/día resultará en un ingreso de energía de 130 Kcal/día. Si la madre tiene más leche que la necesidad del bebé, la leche extraída puede dejarse almacenada por tiempo corto y la grasa de la leche posterior subirá a la superficie. Esta “crema” puede agregarse a la leche administrada, lo que la hará aún superior en valor energético.
- Algunas unidades agregan fortificadores y fórmula a la leche materna para hacer que el bebé crezca más rápidamente. El efecto a largo plazo de un temprano crecimiento rápido se desconoce. Estos añadidos a la leche materna pueden preocupar a la madre que su leche no es suficientemente buena para su bebé. Tranquilízala con que su leche es buena para su bebé. Si hay una necesidad médica por fortificar la leche materna, explique que por un corto período su bebé tiene necesidades extras.
- Si se da junto leche materna y fórmula, la fórmula se absorberá mejor si es mezclada con la leche materna en lugar de dar alimentación alternada de fórmula y leche materna. Agregados a la leche materna deben decidirse para cada infante individualmente, no existe una política uniforme para todos los infantes en una unidad.⁴²

Hipoglucemia del recién nacido

- Los bebés alimentados con leche materna pueden mantener mejor los niveles de glucosa en sangre que los alimentados artificialmente con fórmulas. Los bebés compensan la bajada de azúcar usando sus reservas corporales (por ejemplo el glicógeno almacenado en el hígado).
- Bebés de término, sanos no desarrollan hipoglucemia por poca alimentación. Si un bebé de término sano desarrolla síntomas de hipoglucemia, se debe investigar un problema subyacente. Los síntomas de hipoglucemia incluyen nivel reducido de conciencia, convulsiones, tono anormal ('flácido'), y apnea. Un médico debe ver a cualquier bebé con éstos síntomas inmediatamente.

Ictericia fisiológica

- Este es el tipo más común de ictericia, y no indica una enfermedad del bebé. Normalmente aparece el segundo o tercer día y desaparece cerca del décimo día. Los glóbulos rojos fetales que no necesita el bebé después del nacimiento se destruyen más rápidamente de los que el hígado inmaduro del bebé puede manejar. Cuando el hígado del bebé madura, disminuye de la ictericia. La bilirrubina es excretada principalmente en las deposiciones, no en la orina, por consiguiente los suplementos de agua no ayudan a reducir el nivel de bilirrubina.

⁴² Si es posible, las madres que están infectadas por el HIV-deben amamantar exclusivamente o dar alimentación de sustitución exclusivamente y no dar alimentación mixta.

Ictericia prolongada

- A veces la ictericia puede persistir durante tres semanas a tres meses. El bebé debe examinarse para descartar una ictericia patológica. En un lactante que está amamantando bien con una buena ganancia de peso y sólo un nivel leve de ictericia, la ictericia prolongada raramente es un problema.

Ictericia anormal o patológica

- Este tipo de ictericia normalmente no se relaciona al amamantamiento, y es evidente al nacimiento o dentro de primer o segundo día. Normalmente el bebé está enfermo. El amamantamiento debe recomendarse, excepto en la rara enfermedad metabólica de galactosemia.

Tratamiento de la ictericia severa

- Fototerapia se usa en la ictericia severa para destruir la bilirrubina. Amamantamiento frecuente es importante para evitar la deshidratación. Dé leche extraída si el bebé tiene sueño. Agua o suplementos de agua glucosada no ayudan ya que reducen la succión de leche materna y hacen poco para reducir la ictericia.

Problemas cardíacos

- Los bebés pueden cansarse fácilmente. Lactadas frecuentes y cortas son útiles. El bebé puede respirar mejor cuando está amamantando. Amamantar es menos agotador y se usa y menos energía así que hay mejor ganancia de peso. La leche materna proporciona protección contra enfermedad reduciendo la hospitalización y ayudando al crecimiento y desarrollo.

Labio y paladar hendido

- Amamantar es posible, incluso en los casos extremos de labio/paladar hendido. Como los bebés con hendidura están en riesgo para otitis media e infecciones respiratorias superiores, la leche materna es especialmente importante.
- Sostener el bebé para que su nariz y garganta estén más altas que el pecho. Esto evitará el goteo de leche en la cavidad nasal que dificultaría la respiración del bebé durante la alimentación. La glándula mamaria o su dedo pueden ocluir la hendidura del labio y ayudar al bebé a mantener la succión.
- Es probable que las lactadas sean largas. Anime a que la madre sea paciente ya que el bebé se cansa fácilmente y necesita descansar. La madre probablemente necesitará exprimir su leche y suplementar con ella. Puede utilizar una taza.⁴³ Posterior a la cirugía reparadora del paladar, la lactancia se puede reiniciar en cuanto el bebé esté despierto.

Lactantes que requieren cirugía

- La leche materna se digiere fácilmente de modo que se un tiempo de ayuno más corto que con leche de fórmula u otro alimento. En general, el bebé no debe necesitar ayuno para más de tres horas. Discuta con los padres las formas de confortar al bebé durante el período de ayuno. El amamantamiento normal puede reiniciarse en cuanto el bebé esté despierto después de la cirugía.
- Amamantar rápidamente después de la cirugía ayuda a calmar el dolor, consolar el bebé y proporciona líquido y energía. Si el bebé no puede tomar grandes cantidades de leche materna inmediatamente, la madre puede exprimirse y permitir al bebé chupar el “pecho vacío” hasta que el bebé este más estable.

⁴³ Ver la Sesión 11.

SESIÓN 11

EL BEBÉ NO PUEDE AMAMANTAR – PASO 5

Objetivos de la Sesión:

El completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|---|------------|
| 1. Describir por qué la expresión manual es útil y cómo exprimir manualmente; | 15 minutos |
| 2. Practicar a ayuda a aprender expresión manual; | 15 minutos |
| 3. Resumir el uso seguro de leche de otra madre; | 5 minutos |
| 4. Explicar cómo alimentar al bebé con taza. | 25 minutos |

Tiempo total de la sesión: 60 minutos

Hay una demostración de alimentación con taza durante la Práctica 3 Clínica. Si una madre y el bebé están disponibles para venir al aula, la demostración puede hacerse como una parte de esta sesión. Ajuste el tiempo adecuadamente.

Materiales:

Diapositiva 11/1: Expresión Manual

Diapositiva 11/2: Alimentación con Taza

Diapositiva 11/3: Dispensador de leche (optativo)

Modelo de pecho para la demostración y algunos modelos adicionales de pecho para la práctica. Si es posible tenga un modelo de pecho para cada 2-3 participantes.

Muñeca, taza pequeña, tela. La taza debe ser abierta, sin bordes afilados, una taza para huevo o taza de té pequeña o vaso pueden usarse. Si un vaso se usa que puede ser más fácil ver la leche en el vaso.

Hoja Didáctica – CÓMO ALIMENTAR UN BEBÉ CON TAZA, una copia para cada participante. (optativo)

Hoja Didáctica – EXPRESIÓN DE LECHE, una copia para cada participante. (optativo)

Optativo - bombas de extracción que estén localmente disponibles. Asegúrese que usted sabe usar la bomba correctamente antes de demostrar. NO invite a un representante de una compañía importadora de bombas para dar esta demostración ya que su trabajo es aumentar el consumo de bombas en lugar de dar una visión imparcial de “bombear” y exprimir.

Dispensador de leche para demostración, ya sea casero o comprado, si se usa localmente.

Documentos de lectura para los facilitadores:

Sesión 8, en *Consejería de VIH y alimentación infantil: Curso de capacitación*. 2000
OMS/UNICEF/ONUSIDA.

RELACTACION: Revisión de la experiencia y recomendaciones para la práctica.
OMS/CHS/CAH/98.14

(Libro opcional) Lang, S. *Breastfeeding Special Care Babies*, Bailliere Tindall / Harcourt Publishers.2002

1. Aprendiendo a exprimir manualmente

15 minutos

- El Paso 5 de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa establece:

Muestre a las madres cómo amamantar, y cómo mantener la lactancia aun cuando ellas tengan que ser separadas de sus bebés.

Pregunte: ¿Por qué podría ser útil para una madre saber cómo realizar extracción manual?

Espere por algunas respuestas.

¿Por qué aprender la extracción manual?

- Puede ser útil saber cómo realizar expresión manual:
 - Para el confort del seno, aliviar la congestión, liberar un conducto obstruido ⁴⁴ o extraer unas gotas de leche posterior para dejar caer en el área del pezón para aliviar molestias de pezón.
 - Para animar al bebé a amamantar. Exprima leche
 - en el pezón para que el bebé pueda oler y saborear
 - directamente en la boca del bebé si el bebé tiene una succión débil, o
 - para ablandar la areola de un pecho lleno para que el bebé pueda agarrar.
 - Para mantener la producción de leche cuando el bebé no está mamando o para aumentar la producción de leche.
 - Para obtener leche si el bebé es incapaz de amamantar, o si el bebé es pequeño y se cansa rápidamente, cuando la madre y el bebé están separados, o para mantener la leche en un banco de leche.
 - Para pasteurizar la leche para el bebé, como una opción si la madre está infectada con el VIH.
- Muchas madres prefieren la expresión manual a usar una bomba porque:
 - Las manos siempre están con usted, y no existe ninguna forma de perderlas o romperlas.
 - La expresión manual puede ser muy eficaz y rápida cuando la madre es experimentada.
 - Algunas madres prefieren el estímulo piel-a-piel de la expresión manual antes que la percepción del plástico y el sonido de una bomba.
 - La expresión manual es normalmente más suave que una bomba, particularmente si el pezón de la madre es doloroso.
 - Hay menos riesgo de infección cruzada dado que la madre no usa el equipo que también puede ser manejado por otros.

Como extraerse la leche manualmente

Fátima sabe que la leche materna es muy importante a su bebé y quiere darle su leche. Sin embargo, él todavía no puede amamantar bien. La enfermera le ayudó a empezar a exprimirse la leche poco después que su bebé nació.

- Es más fácil de aprender a exprimir el seno cuándo el pecho esta suave en lugar de congestionado y duro.
- Los pasos claves para la expresión manual son:
 - Facilitar la salida de leche

⁴⁴ Ver la Sesión 12 para más información sobre conductos obstruidos y congestión mamaria.

- Encontrar los conductos de leche.
- Comprimir el pecho encima de los conductos.
- Repetir en todas las regiones del pecho

Distribuya la Hoja Didáctica de Expresión manual de leche (opcional)

Use el modelo de pecho para explicar los pasos

Facilitar la salida de leche

- Una madre puede ayudar a su reflejo de citosina:
 - Estando cómoda y relajada,
 - Pensando en su bebé y mirando al bebé (incluso a una fotografía)
 - Calentando su pecho y dando masaje suavemente o acariciándolo,
 - Rodando su pezón suavemente entre su pulgar y sus dedos.
- Las madres pueden conseguir su reflejo de oxitocina más fácilmente con la práctica. Cuando una madre está acostumbrada a exprimir su leche, ella no necesita estimular la salida de leche.

Encuentre los conductos de leche

- Pida a la madre que palpe suavemente el pecho cerca al borde exterior de la areola o a una distancia igual a la primera falange del pulgar⁴⁵ desde el pezón hasta que ella encuentre un lugar dónde el se siente diferente. Ella puede describirlo como sentir un cordón anudado o una fila de guisantes. Éstos son los conductos de leche. Dependiendo de qué parte del pecho sea, la madre debe poner el primer dedo encima del conducto, y su dedo pulgar en el lado opuesto del pecho, o su dedo pulgar en el conducto y otro dedo en situación opuesta. Ella puede sostener su pecho con los otros dedos de la mano o con la otra mano

Comprimir el pecho encima de los conductos

- Pida a la madre que apriete el pecho con su dedo pulgar y los otros dedos suavemente hacia la pared torácica. Entonces debe apretar el primer dedo y el pulgar juntos, mientras comprime el conducto de leche entre ellos. Esto ayuda a fluir a la leche hacia el pezón. Luego libera la presión y repite los movimientos de compresión y liberación hasta que la leche empiece a fluir (puede tardar unos minutos). El calostro puede fluir por gotas, ya que es espeso y en pequeña cantidad. Después la leche puede salir como rocío después que se inicia el reflejo de oxitocina.

Repita en todas las partes del pecho

- Cuando el flujo de leche disminuye, la madre mueve su pulgar y los otros dedos al borde de la areola y los mueve a otra sección del pecho y repite los movimientos de presión y liberación. Cuando el flujo cesa, nuevamente cambia a otra sección y repite el proceso en los dos pechos. La madre puede pausar para masajear su pecho nuevamente si es necesario. Ella puede regresar y avanzar entre sus pechos las veces que sea necesario.

⁴⁵ Cerca de una pulgada y media o 4 cts.

Cuándo exprimir

- Si el bebé no puede amamantar, empezar a exprimir lo más rápido posible después del parto, a las 6 horas preferentemente.

Cuánto tiempo exprimir

- El tiempo de expresión depende de porque la madre se está exprimiendo.
 - Si se exprime conseguir calostro para su bebé que no puede chupar, ella podría exprimir durante 5-10 minutos para conseguir una cucharilla de calostro. Recuerde que el estómago del bebé recién nacido es muy pequeño y pequeñas cantidades cada 1-2 horas son las necesidades del bebé.
 - Si la expresión se usa para aumentar la producción de leche, apunte para exprimir por aproximadamente 20 minutos, por lo menos seis o más veces en 24 horas que incluye por lo menos una vez por la noche, para que el tiempo total de expresión sea por lo menos 100 minutos en 24 horas.
 - Si la madre simplemente está ablandando la areola para ayudar al bebé a agarrar, ella sólo necesita comprimir 3 o 4 veces.
 - Si la madre está destapando un conducto obstruido, ella masajea y comprime y masajes hasta el libera el conducto.
 - Si ha pasado la fase de recién nacida y la madre está exprimiendo su leche para dar al bebé cuando ella está en el trabajo, determine el tiempo para exprimir de acuerdo al flujo de la leche y la cantidad necesaria para satisfacer las necesidades del bebé. Algunas madres pueden conseguir la cantidad de leche necesaria en 15 minutos y otras mujeres puede requerir 30 minutos.
- Los bebés prematuros y algunos bebés enfermos pueden tomar sólo pequeñas cantidades de alimento al principio. Favorezca la alimentación con pequeñas cantidades de calostro. Incluso pequeñas cantidades de alimento pueden ser útiles - no desperdicie las pequeñas cantidades exprimidas por la madre.
- El calostro puede solo salir en gotas. Éstas son preciosas para el bebé. La madre puede exprimir en una cuchara, taza pequeña o directamente en la boca del bebé para que las gotas de calostro no se pierdan. Una manera útil de ayudar es extraer el calostro con una jeringa directamente del pezón de la madre - 1 ml pueden parecer mucho en una jeringa pequeña.

Puntos a resaltar:

- No es necesario que el personal de salud toque los pechos de la madre cuándo está enseñando la expresión.
- Pueden necesitarse varios intentos antes de extraer mucha leche. Anime a la madre a no rendirse si ella consigue poca o ninguna leche en el primer intento. La cantidad de leche obtenida aumenta con la práctica.
- Explique a la madre que ella no debe apretar el pezón. Apretando o tirando el pezón no puede extraer leche, y es doloroso y puede dañar el pezón.
- Explique a la madre que ella debe evitar deslizar o frotar sus dedos a lo largo del pecho al comprimir. Esto también puede dañar el pecho.
- Con la práctica es posible para una madre exprimir de ambos pechos al mismo tiempo

- Si una madre se extrae y amamanta simultáneamente a un bebé mayor (por ejemplo, cuando ella trabaja lejos del bebé), sugiera que se exprima primero y luego amamante al bebé. El bebé puede extraer la leche posterior rica en grasas de la profundidad del pecho más eficazmente que la expresión.
- La expresión no deben lastimar. Si lastima, verifique las técnicas anteriormente listadas con la madre y obsérvela exprimiendo.

2. Práctica en parejas para aprender expresión manual 15 minutos

Divida el grupo en parejas y dé un modelo de pecho a cada pareja. Los participantes se turnan para ayudar a cada uno a aprender cómo realizar expresión manual. Los participantes pueden estar en un grupo de tres con una persona en el papel de trabajador de salud, una persona como la madre y u observador.

RECUERDE SUS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

Escuche, alabe, informe, sugiera - No ordene o juzgue

3. Uso de leche de otra madre 5 minutos

- Si un bebé no puede lactar al pecho, la mejor opción es recibir leche de su propia madre. Si la leche de su propia madre no está disponible, la leche de otra madre ⁴⁶ es más conveniente que la leche de una vaca, cabra, camello u otro animal, o la leche de una planta (la leche de la soja).
- Cuando una mujer amamanta a un bebé a quien ella no dio a luz, se llama *nodriza*. La leche extraída de otra madre se llama *leche de donador*.
- Algunos lugares pueden tener bancos de leche materna para proveer leche para bebés que son prematuros o enfermos. En un banco de leche, las madres donadoras son estudiadas para VIH y otras enfermedades y la leche es pasteurizada (tratada por calor). El uso de leche acumulada de donador normalmente es una opción a corto plazo, dado que el suministro es limitado, y otras formas de alimentar necesiten ser discutidas.
- Si hay un banco de leche en el área, avise a las participantes que este existe.
-

4. Dando la leche extraída al bebé 25 minutos

- Bebés que no son alimentados al pecho pueden alimentarse por:
 - Sonda naso gástrica u oro gástrica
 - Jeringa o gotero
 - Cuchara
 - Expresión directa en la boca del bebé
 - Taza
- La necesidad de métodos alternativos de alimentar y el método más conveniente debe ser individualmente evaluado para cada madre y bebé.
- **Alimentación por sonda** se indica para bebés que no pueden amamantar ni pueden tragar.

⁴⁶ La otra mujer no debe estar infectada con el VIH.

- **Una jeringa o gotero** puede usarse para pequeñas cantidades de leche, por ejemplo, el calostro. Ponga una cantidad muy pequeña (no más de 0.5 ml por vez) en los carrillos del ⁴⁷ y permita al bebé tragar antes de dar mas
- **Alimentación con cuchara**-es similar a la alimentación con jeringa y se dan cantidades muy pequeñas. El bebé no puede controlar el flujo así que hay un riesgo de aspiración si la leche se da rápidamente. Administrar grandes cantidades de leche con cuchara toma mucho tiempo. Esto significa que el cuidador o el bebé pueden cansarse antes de que bastante leche sea tomada. Si se usa una cuchara grande, entonces esto es similar a alimentar con taza.
- **La expresión directa en la boca** del bebé puede animar al bebé a chupar. Algunas madres pueden usar la expresión directa para un bebé con paladar hendido.
- Para todos los métodos de complementar anteriores, el médico decide cuánto y cuán rápido el bebé beberá.

Alimentación con taza

- Puede usarse la taza para alimentar bebés que pueden tragar pero no pueden (todavía) amamantar lo suficientemente bien para alimentarlos totalmente del pecho. Ellos pueden tener dificultad para un buen agarre, o pueden agarrar y succionar durante un tiempo corto, pero se cansan rápidamente antes de haber obtenido bastante leche. Un bebé de 30-32 semanas de gestación puede, a menudo, empezar a tomar su alimento de una taza.

- Mostrar la Diapositiva 11/1 – Alimentación con taza

- La alimentación con taza tiene algunas ventajas sobre otros métodos de alimentar:
 - Es agradable para el bebé - no hay ninguna sonda invasiva en su boca.
 - Permite al bebé usar su lengua y aprender los sabores
 - Estimula la digestión del bebé
 - Estimula la coordinación respiración/succión/deglución
 - El bebé necesita estar sostenido cerca y el contacto visual es posible
 - Puede permitirle al bebé controlar la cantidad y velocidad de alimentación
 - Una taza es más fácil de lavar que una mamadera con tetina
 - Puede verse como un método de transición en la manera a amamantar en lugar de como un “fracaso” del amamantamiento.
- La alimentación con taza pueden tener desventajas:
 - La leche puede desperdiciarse si el bebé babea
 - Los bebés de término pueden preferir la taza si no van regularmente al pecho
 - Puede usarse la alimentación con taza en lugar del amamantamiento directo porque es fácil. Por ejemplo, una enfermera de cuidados especiales puede preferir alimentar al bebé con taza en lugar de traer a la madre desde la unidad post-natal y ayudarle que amamante al pequeño bebé.

⁴⁷ Si la jeringa está colocada en el centro de la boca del bebé, existe el riesgo que la leche se escurra accidentalmente por la garganta cuando el bebé no está listo para deglutir. Algunos bebés succionan la jeringa como si fuera un chupón si esta en el centro de su boca. Esto puede dar más leche que la que puede tolerar el bebé y dificulta el aprendizaje de succión del pecho.

- La cantidad que un bebé toma varía de alimento a alimento - esto es verdad para cualquier método de alimentación. Si un bebé toma un alimento pequeño, ofrezca el próximo alimento un poco más temprano, sobre todo si el bebé da señales de hambre. Calcule la cantidad succionada por el bebé en 24 horas, no en cada alimentación. La leche extra puede ser dada por sonda si el bebé es demasiado débil para tomar el alimento completo por taza
 - Si las madres no están acostumbradas a alimentar con taza, ellas necesitan la información, y necesitan ver alimentar bebés con taza. El método necesita ser enseñado de modo que ellas tomen confianza para hacerlo por su cuenta.⁴⁸
 - La taza no necesita ser esterilizada de la misma forma que un biberón y tetina. Tiene una boca ancha, superficie lisa y es fácil de lavar con agua jabonosa caliente. Evite usar tapas o superficies ásperas donde la leche se puede pegar y permitir el crecimiento bacteriano.
 - Un bebé puede progresar de alimentación por sonda a alimentación con taza y luego alimentación completa al pecho. El bebé no necesita “aprender” a alimentarse con biberón y tetina como parte de su desarrollo.
- *Dé a los participantes el folleto - CÓMO ALIMENTAR EL BEBÉ CON TAZA*
Demuestre cómo alimentar con taza usando una muñeca y explicando los puntos del folleto.
 - *Hay una demostración realimentación con taza durante la Práctica Clínica 3 o puede ser demostrado en este momento si es conveniente.*
 - *Pregunte si hay alguna duda. Resuma la sesión.*

⁴⁸ La demostración de cómo enseñar a la madre la alimentación de cómo enseñar a la madre a alimentar con una taza utilizando las habilidades de comunicación incluida en la Sesión 8 de *Consejería en VIH y Alimentación Infantil: curso de capacitación*.

Sesión 11 Resumen

Aprendiendo la expresión manual de leche

- Confort del pecho,
- Ayudar a un bebé a amamantar,
- Mantener la producción de la leche,
- Obtener leche si el bebé es incapaz de amamantar, cuando la madre y el bebé están separados, o si se necesita leche para otro bebé.
- Pasteurizar la leche para el bebé, como una opción si la madre está infectada con el VIH.
- Los pasos importantes para dar leche exprimida son:
 - Estimular la leche a fluir.
 - Encontrar los conductos de leche.
 - Comprimir el pecho sobre los conductos
 - Repetir en todas las partes del pecho.
- La cantidad exprimida aumenta con la práctica.

Uso de leche de otra madre

- Si la leche de la propia madre de un bebé no está disponible, la leche de otra madre (que no está infectada por el VIH) es más conveniente que la leche de una vaca, cabra, camello u otro animal, o la leche de una fuente vegetal (leche de soja).

Alimentando al bebé con leche extraída

- Bebés que no son alimentados al pecho pueden alimentarse por::
 - Sonda naso u oro-gástrica
 - Jeringa o gotero
 - Cuchara
 - Expresión directa en la boca del bebé
 - Taza
- La necesidad de métodos alternativos de alimentación y el método más conveniente debe ser individualmente evaluado para cada madre y bebé.
- Pueden usarse taza para alimentar bebés que pueden tragar pero no pueden (todavía) amamantar bastante como para alimentarlos totalmente del pecho. Un bebé de 30-32 semanas de gestación puede empezar a menudo a tomar leche de taza
- Si las madres no están acostumbradas a alimentar con taza, ellas necesitan la información, y necesitan ver alimentar bebés con taza. El método necesita ser enseñado de modo que le de confianza para hacerlo sola.

Sesión 11 Revisión de Conocimientos

Hacer una lista de cuatro razones de porque se recomienda que las madres aprendan a extraerse la leche manualmente

Hacer una lista de 4 razones por las que se prefiere alimentar con taza y no por otros medios cuando el bebé no puede amamantar

Extracción de leche

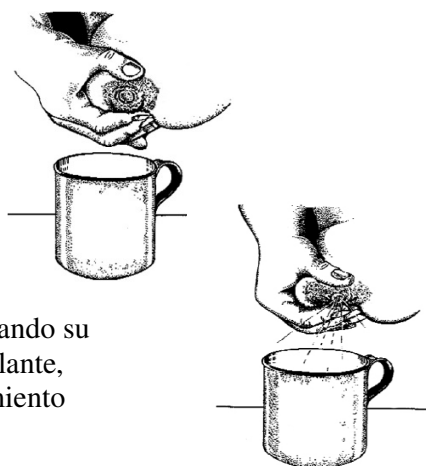
Su leche es muy importante para su bebé. Es útil exprimir su leche si:

- su bebé no puede lactar al seno
- usted está lejos de su bebé
- usted necesita gotas de leche para animar a chupar a su bebé ,
- sus pechos están congestionados o usted tiene un conducto obstruido,
- usted quiere un poco de leche posterior para frotar sus pezones dañados, y otras razones.

Usted puede ayudar su leche para fluir:

- sentándose cómodamente, relajada y pensando en su bebé,
- calentando su pecho,
- masajeando o acariciando su pecho, y rodando su pezón entre sus dedos
- masajeando su espalda.

Agarre su pezón desde atrás para encontrar un lugar dónde su pecho se siente diferente. Esto puede sentirse como nudos en un cordón o como un afila de guisantes. Éste normalmente es un buen lugar para presionar al exprimir. Ponga su dedo pulgar en un lado del pecho y 2-3 dedos en situación opuesta.



Comprima el pecho encima de los conductos. Pruebe apretando su pulgar y los otros dedos hacia sus costillas, y luego hacia adelante, moviendo la leche hacia el pezón. Repita y repita el procedimiento hasta que la leche empiece a salir.

Repita en todas las partes del pecho. Mueva sus dedos alrededor del pecho para comprimir diferentes conductos. Haga lo mismo con el otro pecho cuando la leche disminuya. Dé masajes a su pecho de vez en cuando moviendo su mano alrededor. Si usted está exprimiendo para destapar un conducto obstruido, usted sólo necesita exprimir en el área obstruida.

Requiere práctica para conseguir volúmenes grandes de leche. La primera leche (calostro) sólo puede salir en gotas. Éstas son preciosas para su bebé.

Cuán a menudo exprimir depende de la razón por la que se exprime. Si su bebé es muy joven y no se alimenta al pecho, usted necesitará exprimir cada 2-3 horas.

Es importante tener manos limpias y recipientes limpios para la leche. Discuta el almacenamiento de leche si es necesario.

Estos puntos son sugerencias no reglas.

- Encuentre lo que mejor le resulta a usted.
- La expresión no debe lastimar, pida ayuda si lo hace.
- Pregunte si usted tiene cualquier duda:

Ilustración de Consejería en Lactancia: Curso de capacitación, OMS/CHD/93.4, UNICEF/NUT/93.2

Alimentando al bebé con taza

Por que se recomienda alimentar con taza

- Es agradable para el bebé - no hay ningún tubo invasivo en su boca.
- Permite al bebé usar su lengua y aprender los sabores
- Estimula la digestión del bebé
- Estimula la coordinación respiración/succión/deglución
- El bebé necesita estar sostenido cerca y el contacto visual es posible
- Puede permitirle al bebé controlar la cantidad y velocidad de alimentación
- Una taza es más fácil de lavar que una mamadera con y tetina
- Puede verse como un método de transición en la manera a amamantar en lugar de como un “fracaso” del amamantamiento.



COMO ALIMENTAR A UN BEBÉ CON TAZA

Siente al bebé erecto o semierecto en sus faldas. Sujetando la espalda del bebé, la cabeza y su cuello. Es posible que envolver al bebé firmemente ayude a sujetar su espalda y a mantener sus manos fuera de su camino.

Acerque la taza pequeña a los labios del bebé.

La taza se apoya suavemente en el labio inferior del bebé, y los bordes de la taza tocan la parte exterior del labio superior del bebé.

Incline la taza con cuidado hasta que la leche toque los labios del bebé.

El bebé se pone alerta y abre su boca y sus ojos.

- Un bebé prematuro comienza a meter la leche con su lengua dentro la boca.
- El bebé a término o mayor succiona la leche, derramando algo.

NO VIERTA LA LECHE en la boca del bebé. Solo sujete la taza en los labios del bebé y deje que haga el resto por si mismo, misma.

Cuando el bebé ha tomado suficiente leche, el bebé cierra su boca y no tomara más. Si el bebé no ha tomado la cantidad calculada, él o ella puede tomar mas la próxima vez, o darle mas veces.

Mida la ingesta del bebé en 24 horas – no solamente en cada mamada.

Información Adicional para la Sesión 11

Uso de leche de otra madre

Nodriz

- En algunas culturas, una familia puede buscar a una nodriza si la madre muere, está muy enferma, estará lejos del bebé por un período largo de tiempo o si la madre es VIH-positiva. Si la razón para pedir a otra mujer que amamante a un bebé es reducir el riesgo de adquirir HIV por el bebé, la nodriza necesita ser aconsejada, evaluada y demostrada de ser VIH-negativa.
- La nodriza, si es sexualmente activa, también necesita ser aconsejada sobre prácticas de sexo seguro para que no adquiera el virus durante el período de amamantamiento. La nodriza necesita el acceso a apoyo para amamantar y ayuda para establecer un buen amamantamiento.
- Es importante para la madre estar cerca del bebé, y cuidarlo lo máximo que le sea posible, para crear la unión con su bebé.

Leche de donador y leche tratada con calor

- El tratamiento con calor destruye el VIH en la leche materna. Una madre que es VIH-positiva también puede tratar con calor su leche en casa para reducir el riesgo de transmitir VIH a su bebé. La leche materna no debe tratarse con calor a menos que sea necesario. Leche de una madre VIH-negativa o no testada no necesita ser tratada con calor si la leche es para su propio bebé. Calentando se reduce algunos componentes anti-infecciosos y enzimas de la leche materna. Sin embargo, la leche materna tratada por calor es superior a suplementos de leche materna. No trate con calor-la leche de la propia madre del bebé sólo “por si acaso” la madre es VIH-positiva.
- La información del uso de leche de otra madre y cómo tratar con calor-la leche materna para destruir VIH puede encontrarse en la Sesión 4 de *Consejería en VIH y Alimentación infantil: Curso de capacitación*.

Alimentando al bebé con leche materna extraída

- **Alimentación por sonda** - La grasa puede pegarse en la sonda reduciendo el nivel calórico del alimento recibido. Si la leche materna es administrada continuamente, oriente el recipiente de leche y ponga la sonda en el punto más alto del recipiente para que la parte grasa de la leche se reciba primero.
- **Biberón y tetinas** vienen en una variedad grande de tamaños y formas. No hay una tetina que sea “mejor” o parecida al seno materno. Bebés que usan biberón y tetina pueden perder el interés por el amamantamiento. Un bebé puede progresar de alimento por sonda, a taza y alimento completo al seno. El bebé no necesita “aprender” a alimentarse con biberón y tetina como parte de su desarrollo.
- Agua limpia y energía no siempre están disponibles para lavar biberones y tetinas. Esto pone la salud del bebé en riesgo. Si la madre planea utilizar biberón y tetinas, entonces la madre debe instruirse en los aspectos de salud y los problemas de seguridad asociados con su uso.

Dispensador de leche

- **Un dispensador de leche** puede ser útil para asegurar que el bebé recibe suficiente leche mientras aprende a succionar por más tiempo o si tiene una succión débil. Para usar un dispensador de leche el bebé debe poder agarrar el pecho y amamantar.

- *Mostrar la Diapositiva 11/2 - dispensador de leche*

- Un dispensador de leche es un dispositivo que permite dar leche extra mientras el bebé esta en el seno, estimulando así la producción de leche, estimulando la succión, y favoreciendo la cercanía de la madre y el bebé. Si el bebé no puede agarrar el pecho y amamantar, este método no puede usarse.
- Un dispensador de leche puede comprarse o ser casero. Lea las instrucciones para usar un dispositivo comprado.
- Para usar un dispensador de leche, este se pone en una taza, y una sonda delgada sale de la taza a lo largo del pecho de la madre a la boca del bebé. Cuando el bebé succiona el seno, también obtiene leche a través de la sonda.⁴⁹
- La sonda del dispensador requiere ser enjuagada completamente con agua, y luego esterilizándose, inmediatamente después de cada uso, sobre todo si el bebé está enfermo o es pre término; o enjuagado y lavado bien en agua jabonosa muy caliente para un bebé mayor, sano. La limpieza de la sonda implica un trabajo extraordinario para la madre o personal del hospital. La madre puede necesitar la ayuda para usar este método. Considere si un método más simple como alimentar con taza sería más conveniente.
 - *Discuta este método y muestre un dispensador si este se usa en su hospital.*

- .

Bombas de extracción

- *Demuestre el uso de las bombas de extracción disponibles a las madres en la comunidad. Explique los aspectos positivos y negativos de su uso.*
- Las bombas de extracción no siempre son prácticas, económicas o están disponibles, por lo que es preferible que las madres aprendan a extraer la leche a mano. Si las bombas de extracción están disponibles y si una madre en particular necesita usar uno, ayúdele a escoger una bomba eficaz, muéstrela cómo usarla y cumplir las instrucciones del fabricante.
- Es muy útil estimular el reflejo de oxitocina antes de bombear, sentándose cómodamente con apoyo en la espalda, y sujetando la bomba con la mano, relajadamente, masajeando y utilizando las técnicas descritas para extracción manual.
- Es posible con algunas bombas eléctricas grandes, bombear ambos senos al mismo tiempo. La doble extracción aumenta el nivel de prolactina de la madre. Puede ser útil cuando se necesitan grandes volúmenes de leche o la madre dispone de poco tiempo para extraer leche.
- Con todas las bombas use sólo el nivel confortable de succión - más succión no extrae más leche y puede dañar los pechos. Imite la acción del bebé – programe succiones iniciales rápidas seguidas por succión más larga, más lenta. Con una bomba manual de cilindro, estire el cilindro para crear un nivel cómodo de succión y sostenga la succión hasta que el flujo de leche disminuya. La madre no necesita seguir bombeando si la leche está fluyendo.

⁴⁹ Ver información adicional en *RELACTACION: Revisión de la experiencia y recomendaciones para la práctica*. OMS/CHS/CAH/98.14 <http://www.who.int/child-adolescent-health/NUTRITION/infant.htm>

- Si la madre está extrayendo poca o ninguna leche al bombear, revise que la bomba esté funcionando y verifique la técnica de bombeo (incluyendo el estímulo del reflejo de oxitocina). No concluya que ella "no tiene leche".
- Asegure que la madre pueda esterilizar la bomba si ella piensa dar la leche a su bebé.
- Evite las bombas manuales de caucho. Éstas dañan los pezones de la madre, son difíciles de lavar y la leche no puede usarse para alimentar a un bebé.

Lista de verificación para elegir una bomba

- ☐ ¿La madre encuentra que está funcionando?
- ☐ ¿Está disponible y el precio es asequible?
- ☐ ¿Es fácil usar – posición del brazo, peso y succión ajustable?
- ☐ ¿Es el tamaño de la copa/o embudo, correcto para el tamaño del pezón y el pecho?
- ☐ ¿Puede guardarse la leche en un recipiente, estándar o tiene que comprarse los recipientes especiales?
- ☐ ¿Cuál es el nivel del ruido cuando se usa?
- ☐ ¿Es fácil de usar y fácil de limpiar y esterilizar?
- ☐ ¿Es fácil de armar y tiene pocas piezas?
- ☐ ¿Tiene instrucciones para usar?

Almacenamiento de leche materna extraída

- Escoja un recipiente conveniente hecho de vidrio o plástico que puedan guardarse cubierto. Límpielo lavando con agua jabonosa caliente, y enjuagando con agua caliente limpia. Si la madre se extrae manualmente ella puede exprimir directamente en el recipiente.
- Si se guarda en varios recipientes, cada recipiente debe etiquetarse con la fecha. Use el más antiguo primero
- El bebé debe consumir la leche exprimida lo más pronto posible después de la expresión. Debe alentarse a alimentar con leche fresca (en lugar de congelada).
- Debe descongelarse la leche congelada lentamente en el refrigerador y usarse dentro las 24 horas. Puede ser descongelada en baño María en un jarro de agua caliente y ser utilizada en el lapso de una hora. No haga hervir la leche ni la caliente en un microondas ya que esto destruye algunas de sus propiedades y puede quemar la boca de bebé.

Almacenamiento de leche materna

Bebé saludable en casa

Leche fresca

- A 25-37°C durante 4 horas,
a 15-25°C durante 8 horas,
a menos de 15°C durante 24 horas. No debe guardarse leche por encima de 37°C.
- Refrigerada (2-4°C): por 8 días.
Ponga el recipiente de leche en la parte más fría del refrigerador o congelador. Muchos refrigeradores no mantienen una temperatura constante. Una madre puede preferir usar la leche en los 3-5 días siguientes o congelar la leche que no se usará dentro de 5 días, si ella tiene un congelador.

Leche congelada

- En un compartimiento del congelador dentro del refrigerador: 2 semanas
- En una parte del congelador de un refrigerador-congelador o un congelador separado (-20°C): 3 meses
- En un congelador separado: 6 meses
- Deshielo en el refrigerador: 12 horas (no re-congele), o coloque en un recipiente en agua tibia para que descongele rápidamente

Bebé enfermo en el hospital

Leche Fresca

- A temperatura ambiente (hasta 25°C): 4 horas
- Refrigerado (2-4°C): 48 horas

Leche congelada

- En un compartimiento del congelador dentro del refrigerador: 2 semanas
- En una parte del congelador de un refrigerador-congelador o un congelador separado (-20°C): 3 meses
- Deshielo en el refrigerador: 12 horas (no re-congele))

SESIÓN 12

AFECCIONES DEL PECHO Y DEL PEZÓN

Objetivos de la Sesión:

Al final de esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Enumerar los puntos que deben explorarse al examinar los pechos y pezones de la madre | 5 minutos |
| 2. Describir las causas, prevención y manejo de la congestión y la mastitis | 20 minutos |
| 3. Describir las causas, prevención y manejo de las grietas; | 10 minutos |
| 4. Demostrar a través del juego de roles como ayudar a la madre con afecciones del pecho y del pezón | 25 minutos |

Tiempo total de la sesión: 60 minutos

Materiales:

Pecho de tela

Diapositiva 12/1: Tamaño y forma del pecho y del pezón

Diapositiva 12/2: Pecho lleno

Diapositiva 12/3: Congestión

Diapositiva 12/4: Mastitis

Diapositiva 12/5-12/6: Pezones dolorosos

Ayuda de observación del amamantamiento - una copia para cada persona

Lista de Habilidades de Comunicación de la Sesión 2 - una copia para cada persona

Copia de las historias - una historia para cada de grupo de 4-6 participantes

En la sección de Información Adicional

Diapositivas 12/7: Método de la jeringa para pezón invertido

Diapositivas 12/8 y 12/9: Cándida en los pezones

Diapositiva 12/10: Frenillo lingual

Jeringa y una hoja afilada para cortarla.

Documentos de lectura para los facilitadores:

Mastitis: Causas y manejo OMS/FCH/CAH/00.13

1. Examen de los pechos y pezones de la madre

5 minutos

- En la sesión anterior para promover el amamantamiento durante el embarazo se mencionó que la preparación prenatal del pezón generalmente no era útil. Durante los controles prenatales, una mujer puede tranquilizarse sabiendo que la mayoría de los pechos de las mujeres producen leche sin importar su tamaño o forma.
- Después de que el bebé nace, el personal de salud no necesita examinar físicamente los pechos y pezones de la mujer en cada amamantando. Ellos sólo necesitan hacerlo si la madre tiene dolor o alguna dificultad
- Siempre observe la condición de los pechos de la madre cuando usted observa un amamantamiento. En la mayoría de los casos esto es todo lo que usted necesita hacer, ya que puede ver los aspectos importantes cuando ella está poniendo al bebé al pecho, o cuando el bebé termina la lactada.
- Si usted examina físicamente los pechos de una mujer:
 - Explique lo que usted quiere hacer.
 - Asegure privacidad para ayudar a la madre a sentirse cómoda y considere las costumbres de pudor.
 - Pida permiso antes de que los pechos sean expuestos o tocados.
 - Hable con la madre y mire los pechos sin tocar.
 - Si usted necesita tocar los pechos hágalo suavemente
- Pregunte qué ha notado ella en sus pechos - ¿hay algo que la preocupa? En ese caso pídale que le muestre.
- Hable con la madre sobre lo que usted ha encontrado. Resalte las señales positivas que usted ve. No haga ninguna crítica sobre sus pechos. Construya su confianza en su habilidad de amamantar.

Tamaño y forma del pezón

- *Mostrar la Diapositiva 12/1 –Pecho y Pezón: tamaño y forma.*
- Hay muchas formas y tamaños diferentes de pecho y pezón. Los bebés pueden amamantar de casi todos ellos.
- Los pezones pueden cambiar la forma durante el embarazo y pueden volverse más protráctiles o elásticos, no hay necesidad de “diagnosticar” o tratar un pezón que parece plano o invertido durante el embarazo.⁵⁰
- Los pezones invertidos no siempre presentan un problema. Los bebés agarran el pecho, no el pezón. Si usted piensa que los pezones son invertidos, la manera mejor de ayudar es mejorar su confianza y proporcionar buen apoyo desde el nacimiento.⁵¹
- Los pezones largos o grandes también pueden causar dificultad porque el bebé no puede introducir el pecho lo suficiente dentro su boca. Ayude a la madre a posicionar y agarrar al bebé para que haya una cantidad suficiente de tejido del pecho en la boca y no sólo el pezón.

⁵⁰ El utilizar las pezoneras o realizar los ejercicios especiales durante el prenatal para ayudar a que los pezones protruyan no se recomienda mas, y puede darle a la mujer la impresión de que sus pechos no están bien para amamantar. Construir su confianza y proveer de buen apoyo desde el nacimiento.

⁵¹ Las practicas de apoyo tales como el contacto piel a piel, alentar al bebé a encontrar su propia forma de encontrar el pecho, ayudar con la posición y el agarre, y evitar los biberones y chupones artificiales y los pacificadores, ayudar a que la lactancia se establezca. Estas prácticas ya se discutieron previamente.

- Si el bebé se atraganta repetidamente debido a un pezón grande, pídale a la madre que se exprima la leche y alimente al bebé con taza durante algunos días. Los bebés crecen rápidamente y su boca rápidamente se vuelve más grande.

2. Congestión, obstrucción de conductos y mastitis 20 minutos

Una de las madres en nuestra historia, Fátima, ha oído que las madres que están amamantando pueden tener los pechos adoloridos. Ella está angustiada que esto podría pasarle a ella, ya que sus pechos están hinchados.

Pregunte: ¿Qué puede usted explicar a una madre sobre los cambios normales del pecho durante el amamantamiento y que cambios pueden indicar un problema?

Espere por algunas respuestas.

Congestión

¿Qué es la congestión?

- *Diapositiva 12/2- foto de un pecho lleno.*
- **El llenado normal del pecho:** Cuando la leche está “bajando”, hay un mayor suministro de sangre al pecho así como hay más leche. Los pechos pueden sentirse calurosos, llenos y pesados. Esto es normal. Para mejorar la llenura, alimente frecuentemente al bebé y use compresas frías entre lactadas. En unos días, los pechos ajustarán la producción de leche a las necesidades del bebé.
- *Diapositiva 12/3 –foto de congestión*
- **Congestión:** Si la leche no es removida, la leche, la sangre y la linfa se congestionan y dejan de fluir adecuadamente, lo que resulta en hinchazón y edema. Los pechos se pondrán calientes, duros y dolorosos, y parecerán firmes y brillantes. El pezón puede estar firme y aplastado lo que hace difícil el agarre del bebé y produce pezones dolorosos
- . Si la congestión continúa, el reflejo inhibitor de la lactación reduce la producción de leche.
- Las causas de congestión mamaria incluyen:
 - Retraso en el inicio del amamantamiento rápidamente después del nacimiento
 - Mal agarre, de tal manera la leche no es eficazmente retirada;
 - Amamantamiento poco frecuente, no amamantamiento por la noche o corta duración de las lactadas.

¿Sus prácticas ayudan a evitar la congestión?

- Si se ve mucha congestión en la maternidad, el modelo de cuidado de las madres, debe revisarse. La aplicación de los Diez Pasos al Amamantamiento Exitoso previene muchas congestiones dolorosas. Si usted puede contestar "sí" a todas las siguientes preguntas, debe haber muy pocas congestiones en su maternidad.
- Pregúntese:
 - Se practica el contacto piel a piel al nacimiento? (Paso 4)
 - ¿Es iniciado el amamantamiento dentro la primera hora después del nacimiento? (Paso 4)
 - ¿Provee el personal ayuda temprana y se asegura que cada madre sabe colocar su bebé al pecho? (Paso 5)

- Si el bebé no está amamantando, se alienta e instruye a la madre sobre como exprimir la leche de sus pechos frecuentemente? (Paso 5)
- ¿Los bebés y sus madres se mantuvieron juntos las 24 horas del día? (Paso 7)
- ¿Es animada toda madre a amamantar siempre que su bebé lo desee y por el tiempo que el desee, día y noche (por lo menos ocho a doce lactadas en 24 horas)? (Paso 8)
- No se da a los bebés ningún chupón, tetinas artificiales, o biberones que reemplazarían la succión del pecho? (Paso 9)

Ayudar a las madres a aliviar la congestión⁵²

- Para tratar la congestión, es necesario retirar la leche del pecho. Esto:
 - Mejora la incomodidad de la madre,
 - Previene las complicaciones posteriores como mastitis y formación de abscesos,
 - Ayuda a asegurar la producción continua de leche,
 - Permite al bebé recibir leche materna.
- Cómo ayudar a una madre a aliviar la congestión:
 - Revise el agarre: ¿El bebé puede agarrar bien al pecho? Si no:
 - Ayude a la madre a colocar bien a su bebé al pecho para remover adecuadamente la leche.
 - Sugiera que ella exprima suavemente la leche de sus pechos antes de amamantar para ablandar la areola y que el bebé puede agarrar más fácilmente.
 - Si el amamantar no reduce la congestión, aconseje a la madre a exprimir la leche entre lactadas unas cuantas veces hasta que ella este cómoda.
 - Anime a lactadas frecuentes: si las lactadas están limitadas, anime a la madre a amamantar cuándo y por el tiempo que su bebé desee.
 - Aplique una compresa caliente (tela mojada) al área de la areola justo antes de una lactada para ayudar a iniciar el flujo de leche. Una ducha o baño caliente también pueden ayudar al flujo de leche.
 - El masaje de la espalda y cuello u otras formas de relajación también puede ayudar al flujo de leche.
 - Ayude la madre a estar cómoda. Ella puede necesitar apoyar sus pechos si son grandes.
 - Proporcione una atmósfera favorable; construya la confianza de la madre explicando que pronto la congestión se resolverá.
 - Las compresas frías pueden disminuir el dolor entre lactadas.

Conductos de leche obstruidos y mastitis (inflamación del pecho)

- La leche a veces parece estancada en una parte del pecho. Éste es un **conducto obstruido**.
- Si la leche se estanca en una parte del pecho, puede causar inflamación del tejido mamario o **mastitis no-infecciosa**. No hay infección inicialmente, sin embargo el pecho puede ser infectado con bacterias y volverse entonces una **mastitis infecciosa**.
- Los conductos obstruidos y la mastitis pueden ser causados por:

⁵² El tratar la congestión cuando la madre no está amamantando se discute en la información adicional de esta sesión.

- Amamantamiento poco frecuente - quizá porque el bebé se despierta infrecuentemente, no se detectan las señales de hambre, o la madre está muy ocupada.
- Extracción inadecuada de leche de un área del pecho.
- Presión local en un área del pecho, por ropa firme que aprieta el pecho, la presión de los dedos de la madre en el pecho, o trauma del pecho.
- Una mujer con un **conducto obstruido** puede decir que ella siente un cordón, y que la piel por encima puede estar roja. El cordón puede estar tenso. La madre normalmente no tiene fiebre y se siente bien.
- Una mujer con **mastitis** puede informar algunos o todos los siguientes síntomas y signos:
 - Dolor y enrojecimiento del área,
 - Fiebre, escalofríos,
 - Cansancio o náusea, dolor de cabeza y dolores generalizados
- Los síntomas de mastitis son el mismo para las formas no infecciosa e infecciosa.
- *Muestre la diapositiva 12/4 – foto de mastitis. Note que un área es roja y está inflamada. Esto es severo. Los participantes y madres necesitan aprender a reconocer los conductos obstruidos y la mastitis en una fase temprana para que no progrese hasta esta severidad.*
- **Valoración de una madre con un conducto obstruido o mastitis**
- La parte importante del tratamiento es mejorar el vaciado de leche de la parte afectada del pecho.
 - Observe el amamantamiento. Fíjese dónde pone la madre sus dedos y si ella quizás comprime bloqueando el flujo de leche
 - Fíjese si sus pechos están muy pesados. Si el conducto obstruido o la mastitis están en el área inferior, levantar el pecho mientras se alimenta al bebé puede ayudar a que esa parte del pecho drene mejor.
 - Pregunte por la frecuencia de lactadas y si al bebé se permite lactar por el tiempo que el bebé desea.
 - Pregunte sobre la presión de la ropa, sobre todo si el sostén es usado por la noche, o traumas en el pecho.

El tratamiento de la mastitis

- Explique a la madre que ella DEBIERA:
 - Remover frecuentemente la leche. (Si no es retirada, se puede formar un absceso.)
 - La mejor manera de hacer esto es continuar amamantando frecuentemente a su bebé.
 - Revise que su bebé agarra bien el seno.
 - Ofrezca a su bebé primero el pecho afectado (si no está demasiado doloroso).
 - Ayude a fluir la leche.
 - Suavemente masajee el conducto obstruido o el área tumefacta hacia el pezón antes y durante el amamantamiento
 - Aplique un paño húmedo, caliente al área antes del amamantamiento.
 - Vigile que su ropa, sobre todo su sostén, no tiene un agarre ajustado.
 - Descanse con el bebé para que el bebé pueda alimentarse a menudo. La madre debe beber suficiente líquido. La madre trabajadora debe tomar licencia de enfermedad si es posible.

Que descanse la madre, ¡no el pecho!

- Si la madre o el bebé no pueden amamantar frecuentemente, es necesario exprimir la leche.⁵³ Dé esta leche al bebé. Si la leche no es extraída, la producción de leche puede disminuir y el pecho ponerse más doloroso, posiblemente formándose un absceso.

Tratamiento farmacológico de la mastitis

- El tratamiento antiinflamatorio es útil reduciendo los síntomas de mastitis.
- El Ibuprofeno es apropiado si está disponible. Un analgésico suave puede usarse como una alternativa.
- La terapia antibiótica se indica si:
 - La madre tiene fiebre durante veinticuatro horas o más;
 - Hay evidencia de posible infección, por ejemplo un pezón obviamente infectado o resquebrajado;
 - Los síntomas de la madre no empiezan a disminuir hasta 24 horas de amamantamiento frecuente y eficaz y/o expresión de la leche;
 - La condición de la madre empeora.
- Los antibióticos prescritos⁵⁴, la mastitis o las grietas del pezón (sobre todo si sangran) puede aumentar el riesgo de transmisión de VIH

Mastitis en la mujer infectada por el VIH

- En la mujer VIH-positivo, la mastitis o las grietas del pezón (sobre todo si sangran) puede aumentar el riesgo de transmisión de VIH
- Si una mujer VIH-positiva desarrolla mastitis, un absceso o una grieta del pezón, debe evitar el amamantamiento del pecho afectado mientras la condición persista. Ella debe exprimir la leche del pecho afectado, a mano o con bomba, para asegurar el adecuado retiro de la leche. Esto es esencial para prevenir el empeoramiento, ayudar a la recuperación del pecho, y para mantener la producción de leche. El personal de salud debe ayudar su para asegurar que ella es capaz de exprimir leche eficazmente.
- El tratamiento antibiótico normalmente se indica en una mujer con VIH. Los antibióticos prescritos deben darse para un periodo adecuado de tiempo. Diez a catorce días se recomiendan actualmente por la mayoría de los expertos para evitar la recaída.
- Si sólo un pecho es afectado, el infante puede alimentarse del lado sano, alimentando más frecuentemente y por más tiempo para aumentar la producción de leche. La mayoría de los infantes consigue suficiente leche de un pecho. El infante puede alimentarse de nuevo del pecho afectado cuando el mismo se ha recuperado
- Si ambos pechos están afectados, la madre no será capaz de alimentar de ningún lado. La madre necesitará exprimir su leche de ambos pechos. El amamantamiento puede reiniciarse cuando los pechos se hayan recuperado.
- El personal de salud necesitará discutir otras opciones de alimentación provisional (AFASS). La madre puede decidir tratar con calor la leche extraída⁵⁵, dar fórmula comercial. o fórmula preparada en el hogar. El infante debe alimentarse por taza⁵⁶

⁵³ Ver Sesión 11 para los detalles respecto a la extracción de leche

⁵⁴ Los antimicrobianos más usados son: eritromicina, flucloxacina, dicloxacilina, amoxicilina, cefalexina. Ver *Mastitis: causas y manejo* OMS/WHO/FCH/CAH/00.13 para mayor información.

- A veces una mujer puede decidir detener el amamantamiento en este momento, si ella es capaz de dar otra leche más segura. Ella debe continuar exprimiendo leche para permitir la recuperación de sus pechos y mantenerlos sanos, hasta que la producción de leche cese.

3. Pezones adoloridos

10 minutos

- ¡El amamantamiento no debe lastimar! Algunas madres encuentran que sus pezones están ligeramente tensos al inicio de las lactadas durante unos días. Esta tensión inicial desaparece en unos días a medida que la madre y el bebé se adaptan al amamantar. Si esta tensión es tan dolorosa que la madre tiene miedo de poner al bebé al pecho, o hay lesión visible en los pezones, este dolor no es normal, y necesita atención,
- Las causas más comunes y precoces de dolor del pezón son simples y evitables. Si las madres en su hospital están presentando pezones dolorosos, asegúrese que todo el personal de maternidad sepa ayudar a las madres a conseguir un buen agarre de sus bebés al pecho. Si los bebés están bien agarrados al pecho y amamantan frecuentemente, la mayoría de las madres no presentan pezones dolorosos.

Observación e historia clínica en los pezones adoloridos

- Pida a la madre que describa lo que ella siente.
 - Dolor al inicio de una lactada que cede cuando el bebé suelta, lo más probablemente es que se relacione al agarre
 - Dolor que empeora durante la lactada y continúa después de que la lactada ha terminado, a menudo descrito como quemante o punzante, más probablemente sea causado por *Cándida albicans*.⁵⁷
- Examine los pezones y pechos.
 - Piel agrietada causada normalmente por mal agarre.
 - Piel roja, brillante, con ardor, y descamando, a veces con pérdida de pigmentación, es más a menudo vista con *Cándida*.
 - Recuerda que la *Cándida* y trauma por mal agarre pueden coexistir juntos.
 - Igual a otras partes del cuerpo, el pezón y pecho puede tener eczema, dermatitis y otras enfermedades de la piel
- *Mostrar la Diapositivas de pezones adoloridos:*
 - 12/5 - *este pezón tiene una herida abierta como una línea en la punta del pezón. Esto es probablemente el resultado de mal agarre.*
 - 12/6 - *este pezón es rojo y doloroso. Note las marcas rojas y machucones alrededor de la areola. Es probable que esto sea el resultado mal agarre.*
- Observe un amamantamiento completo. Use la *Ayuda de observación del amamantamiento*.
 - Controle como el bebé va al pecho, su agarre y succión
 - Fíjese si la madre acaba la lactada o si es el bebé quien la termina

⁵⁵ Esta leche puede tratarse por calor y ser utilizada por el bebé. Se pueden formar pequeños grumos después de calentarla, pero se pueden quitar para utilizar la leche.

⁵⁶ Sesión 11 describir la extracción manual y la alimentación con taza

⁵⁷ La *cándida* oral es también conocida como muguet.

- Observe como se ve el pezón parece al final de la lactada. Parece deformado ¿(aplastado), rojo o tiene una línea blanca?
- Observe la boca y lengua del bebé para ver si hay frenillo y/o Cándida.
- Pregúntele a la madre por historia anterior de Cándida o algún antecedente que podría contribuir a su aparición, como el uso reciente de antibióticos.
- Si una madre está usando una bomba de extracción, observe si esta apropiadamente posicionado y si la succión no es demasiado alta.
- Decida la causa del pezón doloroso. Las causas más comunes de pezones dolorosos son:
 - Mal agarre
 - Secundario a congestión, ambos causados por mal agarre
 - El bebé es “jalado” del pecho al acabar la lactada sin que la madre rompa primero el vacío entre la boca del bebé y el pecho
 - Una bomba de succión puede causar excesivo estiramiento del pezón y pecho o frotar excesivamente contra el pecho
 - Cándida que puede pasar de la boca del bebé a los pezones;
 - El frenillo corto lingual del infante, que impide que la lengua se extienda fuera de la encía causa la fricción del pezón
- Hay muchas otras causas menos comunes de pezones dolorosos. Ponga en contacto a la madre para ser vista por alguien que tiene el entrenamiento para investigar éstas causas menos comunes, si es necesario.⁵⁸
- ***Manejo de los pezones dolorosos***
- Tranquilice a la madre que los pezones dolorosos pueden sanarse y prevenirse en el futuro.
- Trate la causa de los pezones dolorosos:
 - Ayude a la madre a mejorar el agarre y posición. Esto puede ser todo lo que se necesita. Si es necesario, muestre a la madre cómo alimentar al bebé en una diferente posición. Esto ayuda a aliviar cualquier dolor que la madre está experimentando porque el bebé hará presión en un área diferente del pezón y le permite a ella continuar la lactancia mientras el pezón sana.
 - Trate los problemas de piel o retire las fuentes de irritación. Trate la candidiasis tanto en los pezones de la madre como en la boca del bebé.
 - Si el frenillo del bebé es tan corto que la lengua no puede extenderse mas allá de la encía inferior, y los pezones de la madre han estado dolorosos durante dos a tres semanas, considere si el bebé debe ser referido para corte de frenillo.
- Sugiera medidas de confort mientras los pezones están sanando:
 - Aplique leche materna exprimida a los pezones después de amamantar para lubricar y calmar el tejido del pezón.
 - Aplique un paño caliente y húmedo al pecho antes de alimentar para estimular la salida de leche
 - Empiece cada lactada con el pecho menos doloroso
 - Si el bebé se ha dormido al pecho y no se ha alimentando activamente por un largo periodo, pero continua agarrado, reitre suavemente al bebé del pecho.
 - Sólo lave una vez al día los pezones, junto con la higiene habitual del cuerpo, y

⁵⁸ Este curso no capacita a los participantes para que puedan tratar problemas complejos de lactancia. Establezca a quien los participantes podrán referir a la madre si la lactancia es difícil y compleja

no para cada lactada. Evite usar jabón en los pezones, ya que retira los aceites naturales de la piel.⁵⁹

Lo que no ayuda a los pezones dolorosos

- **NO** detenga el amamantamiento para descansar el pezón. La madre puede congestionarse, lo que hace más difícil para el agarre al pecho del bebé. La cantidad de leche disminuirá si no es retirada del pecho.
- **NO** limite la frecuencia o duración de las lactadas. Limitar la lactada no ayudarán si el problema básico no se resuelve. Un minuto de amamantamiento con mal agarre puede causar daño al pecho. Veinte minutos de amamantar con buen agarre no causara ningún daño al pecho.
- **NO** aplique ninguna sustancia que sea peligrosa para el bebé a los pezones, o que requiera su retiro antes del amamantamiento, o que puede sensibilizar la piel de la madre e incrementar el dolor del pezón. Un ungüento no es un sustituto de un agarre correcto.
- (*Incluya si las pezoneras están disponibles en el área*)) **NO** use una pezonera como una medida rutinaria. Una pezonera puede causar más problemas. Algunas pezoneras resultan en menor estímulo del pecho reduciendo la cantidad de leche transferida, lo que puede llevar a reducción de la producción. Puede afectar la manera en que el bebé chupa, resultando en más dolor cuando se detiene. También presenta un riesgo a la salud del bebé ante la posibilidad de contaminación

4. Trabajo en grupos pequeños

25 minutos

Divida a los participantes en grupos de 4 personas. Dé a cada grupo un caso de discusión y pídeles que discutan las preguntas. Anime a que ellos hagan un juego de roles para que ellos realmente hagan las preguntas y usen sus habilidades de comunicación. Recuérdeles que practicando las frases reales que ellos usarán con la madre es muy útil aun cuando ellos lo encuentran desafiante al principio. Puntualice la lista de Habilidades de Comunicación y recuérdeles a los participantes que los usen. Los facilitadores pueden circular para asegurar que los participantes entienden el ejercicio. Si hay tiempo, usted puede hacer representar a cada grupo su caso problema para los otros grupos.

.

- *Pregunte si tienen dudas. Resuma la sesión.*

⁵⁹ Este procedimiento de lavado es normal No solo cuando los pezones están adoloridos.

Sesión 12 Resumen

Examen de los pechos y pezones de la madre

- Siempre observe la condición de los pechos de la madre cuando usted observa un amamantamiento. En la mayoría de los casos, esto es todo que usted necesita hacer, usted puede ver la mayoría de los aspectos importantes cuando ella está poniendo al bebé al pecho, o cuando el bebé terminó una lactada.
- Examine los pechos de la madre solo si se nota algún problema. Asegure privacidad y pida permiso antes de tocar.
- Mire la forma de pechos y los pezones. Busque inflamación, daño en la piel o enrojecimiento. Busque evidencia de cirugía pasada.
- Hable con la madre sobre lo que usted ha encontrado. Resalte las señales positivas que usted ve. Construya su confianza en su habilidad de amamantar.

Previniendo la congestión

- La plétora es normal en los primeros días La congestión no es normal.
- Siga la práctica de los Diez Pasos:
 - Facilite el contacto piel-a-piel inmediatamente después del nacimiento e iniciado lactancia exclusiva, a libre demanda dentro de la primera hora después del nacimiento. (Paso 4)
 - Muestre a las madres que necesitan ayuda cómo poner su bebé al pecho. (Paso 5)
 - Muestre a las madres cómo exprimir su leche. (Paso 5)
 - Lactancia exclusiva sin agua o suplementos. (Paso 6)
 - Permita a las madres estar junto a sus bebés en una atmósfera afectuosa. (Paso 7)
 - Estimule alimentar a los bebés por lo menos 8-12 veces 24 horas durante los primeros días. (Paso 8)
 - No de chupones, tetinas artificiales, o biberones. (Paso 9)
 -

Tratando la congestión

- Retire la leche materna y promueva la lactación continua
- Corrija cualquier problema con el agarre
- Suavemente exprima poca leche para ablandar la areola y ayudar el agarre del bebé.
- Amamante más frecuentemente.
- Aplique compresas calientes al pecho antes de lactar y compresas frías a los pechos después de una lactada para confort
- Estimule la confianza de la madre y ayude que ella a sentirse cómoda.

Conductos de leche bloqueados y mastitis (inflamación del pecho)

- Puede ser causado por el amamantamiento poco frecuente, inadecuado retiro de leche, o presión en una parte del pecho.

Tratamiento

- Mejore la salida de leche:
 - Controle el agarre del bebé y corrija / mejore si es necesario.
 - Controle la presión de la ropa o de los dedos
 - Soporte un pecho grande para ayudar el flujo de leche
- Sugiera :
 - Amamantar frecuentemente, Si es necesario, exprima la leche para evitar la plétora.

- Suavemente masajee el pecho hacia el pezón.
- Aplique un paño húmedo, caliente al área antes de un amamantamiento para ayudar a que fluya la leche.
- Descanso a la madre no al pecho.
- Tratamiento antiinflamatorio o analgésico en el dolor

La terapia antibiótica se indica si:

- La madre tiene una fiebre por más de 24 horas;
- Los síntomas de la madre no empiezan a mejorar después de 24 horas de amamantamiento frecuente y eficaz y/o expresión de la leche;
- La condición de la madre empeora.
- Si una mujer es VIH-positiva y desarrolla mastitis o un absceso, ella debe:
 - Evita el amamantamiento del pecho afectado mientras la condición persiste,
 - Exprimir la leche de ese pecho que puede tratarse con calor y darse al bebé
 - Descansar, mantenerse caliente, tomar líquidos, analgésicos y antibióticos.

Pezones Adoloridos

- Investigue la causa, incluyendo una lactada. Examine los pezones y pechos.
- Tranquilice a la madre.
- Trate la causa – el mal agarre es la causa más común de pezones dolorosos.
- Evite limitar la frecuencia de lactadas.
- Refiérase problemas de piel, frenillo lingual y otras condiciones menos comunes a una persona adecuadamente especializada.

Sesión 12 Revisión de conocimiento

¿Que dificultades de lactancia le sugieren que necesita examinar los pechos y pezones de la madres?

Rosalía le dice que su pecho se hinchó cuando amamantó a su último bebé. Tiene miedo que le pase esto con el próximo bebé también. ¿Qué le diría usted si quiere ayudarle a prevenir la congestión mamaria?

Bola se queja porque sus pezones están muy adoloridos. Cuando usted le ve amamantar, ¿que buscará? ¿Qué puede hacer para ayudarla?

Describa la diferencia entre un conducto bloqueado, la mastitis no infecciosa y la mastitis infecciosa. ¿Cuál es el tratamiento más importante para estos padecimientos?

Casos para la práctica en grupos pequeños

La Sra. A le dice que su pecho está adolorido. Usted mira su pecho y ve que una parte de él esta rojo, tenso al tacto, y la Sra. A. siente un nódulo. Ella NO tiene temperatura. Su bebé tiene 3 semanas de edad. La Sra. A probablemente tiene.....

¿Qué podría Usted decir para crear empatía con la Sra. A?

¿Cuáles son las posibles razones para que esta situación haya ocurrido?

¿Qué preguntas podría usted hacer?

¿Qué información pertinente usted le dará a la Sra. A?

¿Qué sugerencias puede usted dar a la Sra. A para que este problema pueda superarse y el amamantamiento pueda continuar?

¿Qué prácticas deberían evitarse para evitar la reaparición de este problema?

La Sra. B le dice que ella siente como si hubiera tenido gripe durante los últimos dos días. Ella siente que le duele todo y un pecho esta doloroso. Cuando usted mira el pecho una parte de él está caliente, roja, dura y muy tensa. La Sra. B tiene temperatura y se siente demasiado enferma para ir a trabajar.

Su bebé tiene 5 meses de edad y la lactancia iba bien. El bebé se alimenta frecuentemente por la noche. La Sra. B exprime su leche antes de salir a trabajar para dejar leche para el bebé, y lo amamanta prontamente al regresar a casa del trabajo. Ella está muy ocupada en el trabajo y le resulta difícil conseguir tiempo para exprimir leche durante el día.

La Sra. B. probablemente tiene.....

¿Qué podría Usted decir para crear empatía con la Sra. B?

¿Cuáles son las posibles razones para que esta situación haya ocurrido?

¿Qué preguntas podría usted hacer?

¿Qué información pertinente usted le dará a la Sra. B?

¿Qué sugerencias puede usted dar a la Sra. B para que este problema pueda superarse y el amamantamiento pueda continuar?

¿Qué prácticas deberían evitarse para evitar la reaparición de este problema?

El bebé de la **Sra. C** nació ayer. Ella intentó alimentarlo rápidamente después del parto, pero él no succionó bien. La Sra. C dice que sus pezones son invertidos y ella no puede amamantar. Usted examina sus pechos y nota que sus pezones se ven planos cuando no son estimulados. Usted pide a la Sra. C que use sus dedos para estirar su pezón y areola brevemente. Usted puede ver que su pezón se estira fácilmente.

¿Qué podría decir usted para admitir la idea de la Sra. C sobre sus pezones?

¿Cómo podría usted mejorar su confianza?

¿Qué sugerencias prácticas podría usted dar a la Sra. C para ayudarle a amamantar a su bebé?

Información adicional para la Sesión 12

Examen de mama

- **Primero pregunte:**

- ¿Cómo cambiaron los pechos durante el embarazo? Si los pechos se pusieron más grandes y la areola se volvió más oscura durante el embarazo esto usualmente indica que hay suficiente tejido productor de leche.
- ¿Ha sufrido alguna vez cirugía del pecho, que puede haber cortado algunos conductos de leche o nervios, o para drenar un absceso del pecho?

Luego Mire:

- ¿Los pechos son muy grandes o muy pequeños? Tranquilice a la mujer que los pechos pequeños y grandes producen suficiente leche, pero a veces una madre pueda necesitar ayuda con el agarre.
- ¿Hay alguna cicatriz que puede indicar problemas pasados con amamantar como un absceso o cirugía?
- ¿Está el pecho hinchado con la piel brillante y firme? Esto hace pensar en congestión con edema. La llenura normal, cuando la leche baja, vuelve el pecho más grande, pero no hinchado con piel brillante y edematosa
- ¿Hay enrojecimiento de cualquier parte de la piel del pecho? Si es difuso o generalizado, puede ser debido a congestión. Si es localizado, puede ser un conducto bloqueado (área pequeña) o mastitis (área más grande claramente definida). La coloración purpúreo hace pensar en un posible absceso.
- ¿Cuál es el tamaño y forma de los pezones? (largos o planos, invertidos, muy grandes). ¿Pudo la forma del pecho dificultar el agarre??
- ¿Existen fisuras, grietas (grieta linear)? Esto generalmente significa que el bebé ha estado succionando con muy mal agarre.
- ¿Hay un salpullido o enrojecimiento del pezón?
- **Luego Palpe**
 - ¿El pecho es duro o suave? La dureza generalizada, a veces con varios cordones, puede ser debida a llenura normal o congestión. La apariencia de la piel (brillante en la congestión o normal en la llenura) y la elasticidad de la piel (turgente) podrán orientar de que se trata
- Hable con la madre sobre lo que usted ha encontrado. Resalte las señales positivas que usted ve. No suene crítico sobre sus pechos. Construya su confianza en su habilidad de amamantar.

Ayudando a la madre con pezones invertidos

- Si la madre parece tener pezones invertidos::
 - Asegure el contacto piel-a-piel ininterrumpido inmediatamente después del nacimiento y en otros momentos, para favorecer que el bebé encuentre su propio ritmo de ir al pecho, en su propio tiempo.
 - Dé ayuda extra con posicionar y agarrar en los 2 primeros días, antes que los pechos se llenen. Explique a la madre con un pezón invertido que el bebé agarra la areola no el pezón.
 - Ayude a la madre para encontrar una posición que ayude a su bebé a tomar el pecho. Por ejemplo, a veces apoyando el bebé en una mesa para que el pecho caiga hacia su boca puede ayudar.

- Explique que los bebés pueden necesitar tiempo para aprender y luego agarraran espontáneamente
- Sugiera que la madre estimule la boca de su bebé con el pezón y espere hasta que el bebé abra completamente la boca antes de acercar al bebé al pecho. Enseñe a la madre cómo reconocer el agarre eficaz.
- Anime a la madre a ayudar a sus pezones a protruir antes de una lactada. Ella puede estimular suavemente su pezón; usar una bomba de succión, y otro dispositivo de succión suave, o alguien más que chupe (si es aceptable) para sacar el pezón.
- Evite tetinas artificiales y chupones, ya que estos dispositivos puede hacer más difícil para el bebé el agarre
- Prevenga la congestión del pecho ya que esta hace el agarre más difícil para el bebé. Si necesario, exprima y alimente con la taza mientras el bebé aprende a amamantar.

Método de la jeringa para el manejo de los pezones invertidos

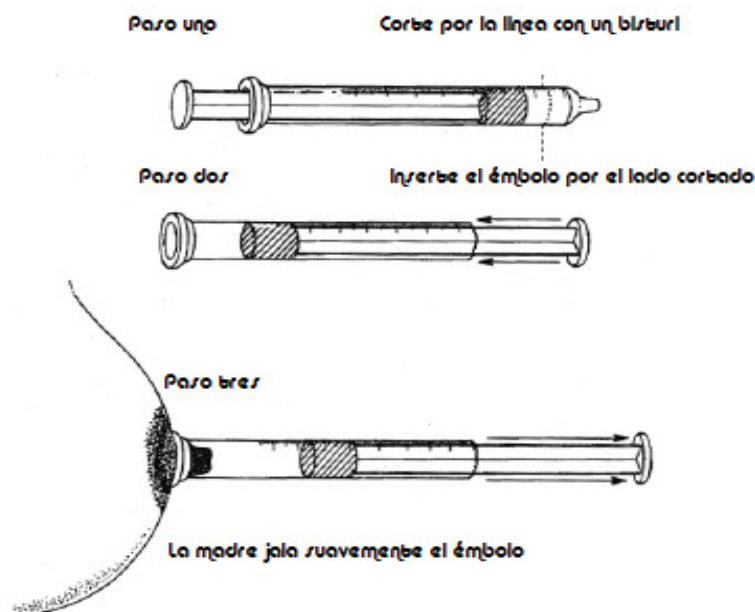
Este método puede ayudar a un pezón invertido a protruir y ayudar a un bebé a agarrar al pecho.

La madre debe usar sola la jeringa, para que pueda controlar la cantidad de succión y evite herir su pezón.

- Tome una jeringa de 10 ml por lo menos, 20 ml si es posible para que sea lo bastante grande para acomodar el pezón de la madre.
- Corte el final del adaptador (dónde normalmente se fija la aguja). Usted necesitará una hoja afilada o tijeras.
- De vuelta el émbolo para que entre en el corte (ahora áspero) el final de la jeringa.
- Antes de poner al bebé a su pecho, la madre:
 - Jala el émbolo un tercio de la jeringa
 - Pone el lado liso de la jeringa encima de su pezón
 - Suavemente tira al émbolo para mantener una presión suave pero mantenida durante aproximadamente 30 segundos;
 - Empuja el émbolo ligeramente para reducir la succión mientras quita la jeringa de su pecho

Decir a la madre que jale el émbolo hacia atrás para disminuir la succión, si siente dolor. Esto evite el daño de la piel del pezón y la areola.

Diapositiva 10/7 – Método de la jeringa para el pezón invertido



Adaptado de: N. Kesaree, et al, (1993) Tratamiento de los pezones invertidos, utilizando jeringa desechable, *Journal of Human Lactation*; 9(1): 27-29

Discusión de clase: Congestión (opcional)

María dio a luz a un bebé sano hace tres días. Su bebé está en la sala de recién nacidos y solo le llevan para que ella le dé su pecho de acuerdo a un horario. Cuando la matrona hace la visita a la sala de puerperio, ella encuentra que los pechos de María están muy congestionados y Marie le dice que son dolorosos

¿Qué puede hacer la matrona para ayudar a esta madre?

¿Cómo pudo evitarse su congestión mamaria?

¿Cómo puede María evitar la congestión mamaria nuevamente?

CALMANDO LA CONGESTIÓN CUANDO LA MADRE NO ESTA AMAMANTANDO

- *Sujete los pechos* para que se sienta más cómoda. (Sin embargo, no ajuste los pechos herméticamente, pues su incomodidad puede incrementar)
- *Aplique compresas.* El calor es confortable para algunas madres, mientras otras prefieren compresas frías para disminuir la hinchazón y el dolor.
- *Extraiga suficiente leche para disminuir la incomodidad.* La Extracción puede hacerse unas cuantas veces al día cuando los pechos estén sobrecargados. No se necesita hacer si la madre esta cómoda. Retire un poco de leche, no debe estimular la producción de leche.
- *Calmar el dolor.* Se puede usar un analgésico como el ibuprofeno o el paracetamol⁶⁰.
Algunas mujeres usan productos herbáceos como el té de hierbas o plantas o las hojas crudas del repollo, directamente sobre el pecho para reducir el dolor y la hinchazón

No se recomienda lo siguiente:

Tratamiento farmacológico para reducir la producción de leche⁶¹. A la larga los métodos citados son más efectivos.

⁶⁰ No se utiliza Aspirina de primera línea para mujeres que están amamantando porque se ha vinculado al síndrome de Reye en el lactante.

⁶¹ El tratamiento farmacológico que se han intentado incluye:

–Estilbestrol (diethylstilbestrol) –cuyos efectos colaterales incluyen hemorragia por deprivación y tromboembolismo.

–Estrógeno –disminuye la congestión y el dolor pero volverán si se discontinúa.

–Bromocriptina- inhibe la secreción de prolactina. Los efectos incluyen muerte materna, convulsiones y paro. Fue retirado del uso para las mujeres en postparto en muchos países.

–Cabergolina- inhibe la secreción de prolactina. Considerada más segura que la bromocriptina. Los efectos colaterales incluyen cefalea, mareo, hipotensión epistaxis.

Tratamiento del absceso mamario

- Si la mastitis no se trata temprano, puede progresar a un absceso. Un absceso es una colección de pus dentro del pecho. Produce una hinchazón dolorosa, a veces con aspecto de equimosis de la piel.
- Un absceso necesita ser aspirado por jeringa o drenado quirúrgicamente por personal de salud.
- La madre ⁶² puede continuar el amamantamiento si el drenaje o la incisión esta lo bastante lejos de la areola para no interferir con el agarre.
- Si la madre no es capaz o no tiene voluntad de amamantar con ese pecho debido a la presencia del absceso, ella necesita exprimir su leche. Su bebé puede empezar a alimentarse de nuevo de ese pecho tan pronto como empiece a sanar (normalmente 2-3 días).
- La madre puede continuar alimentando del pecho sano normalmente
- El buen manejo de la mastitis evitará la formación de un absceso.

Pezoneras

- A veces una pezonera se ofrece como una solución para un bebé que no chupa bien o si la madre tiene los pezones dolorosos. Las pezoneras pueden causar dificultades. Ellos pueden:
 - Reducir la estimulación del pecho y pezón y reducir la producción de leche y el reflejo de oxitocina.
 - Aumentar el riesgo de baja ganancia de peso y deshidratación
 - Interferir con la succión del bebé que amamanta al pecho sin pezonera
 - Acumular bacterias y muguet e infectar al bebé
 - Causar irritación y frote del pezón de la madre
- La madre, el bebé y el personal de salud pueden volverse dependientes de la pezonera y pueden encontrar difícil lactar sin él.
- Deténgase y piense antes de recomendar una pezonera. Si se usa como una medida temporal para una necesidad clínica, asegúrese que la madre tendrá la ayuda posterior para permitirle discontinuar el uso de la pezonera.

Infección por Cándida (Muguet)

- El muguet es una infección causada por la levadura *Cándida albicans*. Las infecciones por *Cándida* a menudo siguen al uso de antibióticos para tratar la mastitis u otras infecciones, o si se uso luego de una cesárea. Es importante tratar tanto a la madre y al bebé para que ellos no continúen pasándose la infección de un lado a otro.

⁶² Si la madre está infectada con VIH, no se recomienda que continúen amamantando de un pecho que tiene un absceso.

- Las molestias de un mal posicionamiento pueden ocurrir al mismo tiempo que la Cándida; antes de empezar el tratamiento para Cándida, control por otras causas de dolor del pezón como el mal agarre.
- 12/8 – *Cándida en un pezón de piel oscura*
- 12/9 – *Cándida en un pezón de piel clara.*
- Las señales de una infección con monilia son:
 - Los pezones de la madre pueden parecer normales o estar rojos e irritados. Puede haber dolor profundo, penetrante y la madre pueden declarar que sus pezones "queman y pican" después de amamantar.
 - Los pezones permanecen dolorosos entre las lactadas durante un tiempo prolongado a pesar del agarre correcto. Ésta puede ser la única señal de la infección.
 - El bebé puede tener manchas blancas en su piel o su boca.
 - El bebé puede tener un salpullido por hongos en la zona del pañal.
 - La madre puede tener una infección vaginal por levadura.
 - .

Tratamiento para la monilia

- Use una medicación para los pezones y para la boca del bebé según los protocolos locales. Continúe usando durante 7 días después de que el dolor haya pasado. Use medicación que no necesite ser lavada de los pezones antes del amamantamiento.
- *Nombre algunos tratamientos normalmente usados para Cándida.*
- Algunas mujeres encuentran útil airear y exponer los pezones a la luz del sol después de cada amamantamiento. Cambiar el sostén diariamente y lavarlo en agua jabonosa caliente. Si utiliza almohadillas, reemplácelas cuando estén húmedas.
- Si una infección vaginal por Cándida está presente, trátela. El compañero de la mujer puede necesitar ser tratado también.
- Lave bien las manos después de cambiar los pañales del bebé y después de usar el retrete.
- Interrumpa el uso de cualquier armazón, chupón, tetina, o pezonera; si se están usando, deben ser hervidos diariamente durante 20 minutos y reemplazados semanalmente.

Frenillo lingual

- Un lactante puede tener una brida lingual debido a un frenillo corto que restringe el movimiento de la lengua el extremo que la lengua no puede extenderse más allá de la encía inferior. La lengua entonces frota contra la base del pezón lo que causa el dolor. (*Diapositiva 12/10*)
-

SESIÓN 13

INQUIETUDES SOBRE LA SALUD MATERNA

Objetivos de la Sesión:

Al final de esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|---|------------|
| 1. Discutir las necesidades nutritivas de la mujer que amamanta; | 10 minutos |
| 2. Resumir cómo el amamantamiento ayuda en el espaciamiento gestacional | 10 minutos |
| 3. Discutir el amamantamiento cuando la madre está enferma; | 15 minutos |
| 4. Revisar la información básica sobre medicaciones y amamantamiento; | 10 minutos |

Tiempo total de la sesión: **45 minutos**

Materiales:

ENFERMEDAD MATERNA Y AMAMANTAMIENTO - una copia para cada participante (optativo)

RESUMEN DE AMAMANTAMIENTO Y MEDICACIÓN MATERNA - una copia para cada participante (optativo)

Copia para desplegar de Lactancia y Medicación Materna (2002) OMS/UNICEF

Documentos de lectura para los facilitadores:

Hepatitis B and breastfeeding, Hepatitis B y lactancia UPDATE No.22, November 1996 CHD, OMS Ginebra

Breastfeeding and maternal tuberculosis, Lactancia y tuberculosis maternal UPDATE No. 23, Feb 1998 CHD, OMS Ginebra

OMS. *Nutrient requirements for people living with HIV/AIDS – report of a technical consultation* *Requerimientos nutricionales para la gente que vive con VIH/SIDA*. (May 2003) Ginebra

OMS/UNICEF *Breastfeeding and maternal medication: Recommendations for drugs in the eleventh WHO model list of essential drugs* (2002) *Lactancia y medicación materna: Recomendaciones para medicamentos en el décimo primer modelo de lista de medicamentos esenciales* (2002) CHD,OMS, Ginebra

OMS/UNICEF *Razones medicas aceptables para el uso de sucedáneos de la leche materna*. Organización Mundial de la Salud, Ginebra 2008.

1. Necesidades nutritivas de la mujer que amamanta

10 minutos

- *Muestre la foto de dos madres en cama hablando con la enfermera o en la mesa hablando una con la otra.*

La madre de Fátima le dijo que ella necesita comer comidas especiales para tener buena leche y que algunas comidas pueden afectar a su bebé.

Pregunte: ¿Qué puede usted decir a una mujer que pregunta por lo que ella debe comer o debe evitar comer cuándo ella está amamantando?

Espere algunas respuestas.

- Todas las madres necesitan comer bastante comida y beber bastante líquido para sentirse bien y ser capaces de cuidar a su familia. Si una madre come una variedad de alimentos en las cantidades suficientes, ella conseguirá las proteínas, vitaminas y minerales que necesita. Las madres no necesitan comer comidas especiales o evitar ciertas comidas al amamantar.
- El cuerpo de una mujer almacena grasa durante el embarazo para ayudar que produzca leche durante el amamantamiento. Ella produce leche en parte de estas reservas y en parte de la comida que ella come.
- Una madre necesita estar en un estado de desnutrición severa para que su producción de leche disminuya significativamente. Si hay escasez de comida, ella usa primero sus propias reservas corporales para producir leche. Su leche puede reducirse en cantidad y ligeramente puede bajar en grasa y algunas vitaminas comparando con una madre bien-nutrida, pero aun así la calidad es buena.
- Malas elecciones de alimentos o saltar una comida no reduce la producción de leche. Sin embargo, una madre que trabaja en exceso, le falta tiempo para comer, y no tiene comida suficiente o le falta el apoyo social, puede quejarse de cansancio y un suministro bajo de leche. El cuidado de la madre, y tiempo para amamantar frecuentemente, ayudarán a asegurar la producción adecuada de leche.
- Amamantar es importante para la seguridad alimentaria de toda la familia. Si los recursos son limitados, es mejor dar alimento a la madre para que ella pueda cuidar a su bebé, que dar alimentos artificiales al bebé. Discuta esto con la familia.
- Madres que amamantan son animadas a beber grandes cantidades de líquidos. Tomar más líquidos que los necesarios para saciar las sed no aumentará la producción de leche, y puede incluso reducirla. Una madre debe beber según su sed o si ella nota que su producción de orina es baja o concentrada.
- *Mencione cualquier programa de ayuda alimentaria que está disponible en el área para mujeres embarazadas o amamantando.*

2. Cómo el amamantamiento ayuda a espaciar los embarazos 10 minutos

Fátima ha oído que el amamantamiento ayuda a espaciar los embarazos, pero ella quiere saber si esto es verdad.

Pregunte: ¿Qué puede usted decir a una madre sobre cómo el amamantamiento ayuda a espaciar embarazo?

Espere por algunas respuestas.

- El amamantamiento pueden retardar el retorno de la ovulación y menstruación; y así puede ayudar a espaciar los embarazos. El Método de Lactancia Amenorrea (MELA) ayuda a las mujeres que deseen usar el amamantamiento por el espaciamiento intergenésico.
- *Muestre la diapositiva 13/1 - MELA.*
- El método MELA es 98% efectivo previniendo la concepción si se reúnen tres condiciones:
 - La madre no está menstruando, y
 - La madre está amamantando exclusivamente, (día y noche) sin intervalos muy largos entre las lactadas, y
 - El bebé es menor de 6 meses.
- Si cualquiera de estas tres condiciones no se cumple, es aconsejable que la madre use otro método de planificación familia para lograr el retraso del embarazo.
- Muchos métodos de planificación familiares son compatibles con amamantamiento con la excepción de las píldoras anticonceptivas que contienen estrógenos.

3. Manejo del amamantamiento cuando la madre está enferma

Fátima ha escuchado de un vecino que si una madre amamantando tiene fiebre o necesita tomar cualquier medicación que ella debe detener el amamantamiento.

Pregunte: ¿Qué puede usted decir a una madre sobre amamantamiento si la madre está enferma?

Espere por unas repuestas.

- Las mujeres pueden continuar amamantando en casi todos casos cuando están enfermas. Hay muchos beneficios al continuar el amamantamiento durante la enfermedad:
 - El cuerpo de una mujer produce anticuerpos contra sus infecciones que pasan a la leche materna y pueden ayudar a proteger al bebé de la infección.
 - Detener el amamantamiento repentinamente pueden llevar a pechos dolorosos y la madre puede desarrollar fiebre.
 - Un bebé puede mostrar señales de dolor, como llorar mucho, si el amamantamiento es interrumpido de repente
 - Puede ser difícil de devolver a amamantar después de que la madre se recupere ya que su producción de leche puede haber disminuido.
 - Detener el amamantamiento deja al bebé expuesto a todo los riesgos de alimento artificial.
 - Amamantar es menos trabajo que preparar fórmula, sentarse a alimentar y esterilizar el biberón. El bebé puede estar al lado de la madre y alimentarse según necesidad sin que la madre se mude.
 - La madre y bebé pueden estar juntos, para que ella sepa que su bebé está seguro y feliz.
 - El bebé continúa recibiendo los beneficios del amamantamiento: protege su salud, es el mejor alimento, el crecimiento y desarrollo son óptimos, hay menos riesgo de obesidad y problemas posteriores de salud

- Madres con enfermedad crónica pueden necesitar ayuda extra para establecer el amamantamiento. Por ejemplo, una madre con diabetes puede experimentar complicaciones durante el parto, que pueden interferir con el establecimiento del amamantamiento, pero con la ayuda apropiada ella puede amamantar normalmente.

Pregunte: ¿Qué tipo de ayuda con el amamantamiento puede necesitarse si una madre está enferma?

Espere por algunas respuestas.

- Para ayudar con el amamantamiento cuándo una madre está enferma:
 - Explique el valor de continuar amamantando durante su enfermedad,
 - Minimice la separación, manteniendo a la madre y el bebé juntos,
 - Dé los líquidos suficientes, sobre todo si ella tiene fiebre,
 - Ayude a la madre a encontrar una posición cómoda para alimentar o mostrar a alguien más cómo ayudar para que ella sostenga al bebé cómodamente
 - Si el amamantamiento es difícil o la madre está demasiado enferma, ella puede ser capaz a (o ser ayudada) a exprimir su leche, y el bebé puede ser alimentado con leche materna con taza hasta que ella este mejor
 - Escoja los tratamientos y medicaciones que sean seguros al amamantar,
 - Ayude a la madre a restablecer el amamantamiento después de que ella se recupere, si ha habido una interrupción durante la enfermedad.

Pregunte: ¿Ay alguna situación relacionada con la salud de la madre que puede requerir el uso de otro alimento que no sea leche materna?

Espere por algunas respuestas.

- Hay muy pocas situaciones relacionadas a la salud materna que requieren el uso de alimentación artificial. Es importante distinguir si es la enfermedad la que es una contraindicación para el amamantamiento, o es la situación que rodea la enfermedad que hace el amamantamiento difícil.
- **Hospitalización** por sí misma no es una contraindicación al amamantamiento Si una madre está hospitalizada, el bebé debe mantenerse con la madre. Si la madre no puede cuidar de su bebé, un familiar puede ser solicitado para quedarse y ayudarla con el bebé.
- **Madre que utiliza sustancias.** Se ha demostrado efecto dañino en los bebés amamantados de madres que usan nicotina, alcohol, extasié, anfetaminas, cocaína y estimulantes relacionados; El alcohol, opioides, benzodicepinas y cannabis pueden causar sedación tanto en la madre como el bebé. Las madres deberían ser alentadas a no utilizar estas sustancias y tener oportunidad y apoyo para abstenerse.
- Incluso en situaciones de uso de tabaco, alcohol, y drogas, la lactancia materna continua siendo el método de alimentación de elección para la mayoría de los lactantes. Donde exista preocupación por el uso de drogas duras, deben tomarse las decisiones en base del caso-individual. Amamantamiento no se recomienda para madres que son usuarias de drogas intravenosas.

- Si una madre tiene una **enfermedad contagiosa común** como una infección del pecho, dolor de garganta, o infección gastrointestinal, hay un riesgo para el bebé al estar cerca de la madre y expuesto a la infección por contacto, tos o succión. Cuando la madre continúa amamantando, el bebé recibe alguna protección para la infección. Si se suspende el amamantamiento en este momento, el bebé está en mayor riesgo de contraer la infección de la madre. Para la mayoría de las infecciones maternas, incluso tuberculosis, hepatitis B, y mastitis, el amamantamiento no está contraindicado.
- Si una madre no puede amamantar, deben hacerse los esfuerzos para encontrar una nodriza (VIH-negativo conocido) o para obtener leche materna tratada con calor de un banco de leche materna.
- Dé a los participantes una copia de ENFERMEDAD MATERNA Y AMAMANTAMIENTO y permítales leer de la lista. Aclare cualquier punto necesario.

Si la madre está infectada con el VIH/SIDA

- *Mostrar la Diapositiva 13/2*
- Como dijimos en la Sesión 1, en la situación dónde la mujer se examinó y encontró que es VIH-positiva, la recomendación es:

UNICEF/OMS Recomendación de Alimentación Infantil para mujeres infectadas con VIH

La lactancia materna exclusiva esta recomendada para mujeres infectadas por el VIH durante los primeros seis meses de vida, a menos que la alimentación de sustitución sea aceptable, factible, accesible, sostenible y segura para ellas y sus niños antes de cumplir este tiempo.. Cuando la alimentación de sustitución es aceptable, factible, accesible, sostenible y segura se recomienda que las madres infectadas por el VIH no amamanten en lo absoluto.

- Cada mujer VIH positiva necesita una conversación personal con personal entrenado para ayudarle a decidir la mejor manera de alimentar a su niño en su situación individual.

4. Medicación materna y lactancia⁶³

10 minutos

- Si una madre requiere medicación, a menudo es posible para el médico prescribir un fármaco que puede tomarse con seguridad durante el amamantamiento. La mayoría de los fármacos sólo pasan a la leche materna en pequeñas cantidades y muy pocas afectan al bebé. En la mayoría de los casos, detener el amamantamiento puede sea más peligroso para el bebé que la droga.
- Una medicación que toma la madre es más probable que afecte a un bebé prematuro o a un bebé menor de dos meses que un bebé mayor. Si existe alguna preocupación, normalmente es posible encontrar una medicación o tratamiento que sea más compatible con el amamantamiento.
- Si una madre está tomando un fármaco sobre el que usted no está seguro:
 - Anime a la madre a continuar el amamantamiento mientras usted averigua más,

⁶³ La audiencia de este curso no debe dar medicación.

- Vigile al bebé por efectos colaterales como sueño anormal, rechazo al alimento, e ictericia, sobre todo si la madre necesita tomar la droga durante mucho tiempo,
- Revise la lista de la OMS, (explique dónde conseguir esta lista u otra lista localmente disponible que esté a favor de la lactancia)
- Pregunte a un personal de salud más especializado, por ejemplo médico o farmacéutico por más información, y para encontrar una droga alternativa que sea más segura si es necesario,
- .
- Los tratamientos tradicionales, hierbas y otros tratamientos pueden tener efectos en el bebé. Intente averiguar más sobre ellos si ellos normalmente se usan en su área. Entretanto anime a la madre para continuar el amamantamiento y observe al bebé por efectos colaterales.
- *Dé a los participantes el resumen de "AMAMANTAMIENTO Y MEDICACIÓN MATERNA, o infórmeles dónde pueden obtener el texto completo del folleto. Puntualice las categorías de drogas en el resumen - contraindicado, y continúe amamantando bajo supervisión*
- *Pregunta si hay alguna duda. Luego resuma la sesión.*

Sesión 13 Resumen

Necesidades nutricionales de las mujeres que amamantan

- Todas las madres necesitan comer bastante alimento para que se sientan bien y puedan cuidar a sus familias.
- Las madres no necesitan comer comidas especiales o evitar ciertas comidas cuándo están amamantando.
- Si el suministro de comida está limitado, es mejor para la salud y nutrición tanto de la madre como del bebé, y menos caro, dar comida a la madre para que ella pueda cuidar a su bebé, que dar alimento artificial al bebé.

Como la lactancia ayuda a espaciar los nacimientos

- El método MELA es 98% eficaz si se reúnen tres condiciones:
 - La madre no está menstruando,
 - La madre está amamantando exclusivamente, sin intervalos muy largos entre alimentos,
 - El bebé es menor de 6 meses de edad.
- Si cualquiera de estas tres condiciones no se cumple, es aconsejable que la madre use otro método de planificación familiar.

Amamantamiento cuando la madre está enferma

- Usted puede ayudar al amamantamiento durante la enfermedad materna:
 - Explicando el valor de continuar amamantando durante la enfermedad,
 - Minimizando la separación, manteniendo a la madre y bebé juntos,
 - Dando los líquidos suficientes, sobre todo si hay fiebre,
 - Ayudando a la madre a encontrar una posición cómoda para alimentar,
 - Ayudando a la madre a exprimir, y alimentar al bebé con leche materna por taza si la madre está demasiado enferma para amamantar,
 - Escogiendo los tratamientos y medicaciones que sean seguras para amamantar,
 - Ayudando a la madre y bebé a restablecer el amamantamiento cuando la madre recupera, si ella no amamanta durante su enfermedad.

Medicamentos y amamantamiento

- A menudo, si una medicación es necesaria, puede usarse una que sea segura para su bebé. La mayoría de los medicamentos sólo pasan a la leche materna en cantidades pequeñas y pocos afectan al bebé. En la mayoría de los casos, detener el amamantamiento puede ser más peligrosos para el bebé que la medicación.
- Observe al bebé en busca de efectos colaterales averigüe más sobre la droga si usted está angustiado. Los bebés menores de 2 meses de edad pueden presentar efectos colaterales más probablemente.
- Sepa dónde conseguir más información o consejos sobre medicaciones.

Sesión 13 Revisión de Conocimiento

Una mujer embarazada le dice a usted que no puede amamantar porque necesitaría alimentos especiales para ella que no puede costearse. ¿Qué le diría a ella para mostrarle que la lactancia es posible para ella?

Un colega le dice que la madre tendrá que dejar de amamantar porque necesita tomar un medicamento. ¿Qué puede responderle a esta colega?

Enfermedad Materna y Lactancia

La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida es particularmente beneficiosa para madres y lactantes y es la norma. Sin embargo, un número pequeño de afecciones maternas y del recién nacido podría justificar la recomendación que no amamante o que introduzca los sucedáneos de manera temporal o permanente.. Estas afecciones, que se relacionan a muy pocas madres y sus bebés, se mencionan a continuación, junto a otras condiciones maternas que, aunque serías, no son razones médicas para la suplementación o suspensión de la lactancia.

Las madres afectadas por alguna de las condiciones mencionadas abajo deberían recibir tratamiento de acuerdo a guías estándar.

Madres que podrían requerir el evitar la lactancia

Se considera en esta categoría madres con infección por VIH – si la alimentación de sustitución es aceptable, factible, asequible, sostenible y segura (AFASS).

Madres que podrían requerir el evitar la lactancia temporalmente

Incluyen madres con enfermedad grave que hace que la madre no pueda cuidar a su bebé, por ejemplo septicemia; Herpes Simplex Tipo I (HSV-1), en este caso se debe evitar contacto directo ente las lesiones en el pecho materno y la boca del bebe hasta que toda lesión activa haya sido resuelta

En este grupo están también incluidas aquellas con **medicación materna:**

- medicamentos psicoterapéuticos sedativos, antiepilépticos, opioides y sus combinaciones pueden causar efectos colaterales tales como mareo y depresión respiratoria, tales medicaciones deben evitarse si existen alternativas mas seguras disponibles (7);
- es recomendable evitar el uso de yodo radioactivo-131 debido a la existencia de nuevas opciones mas seguras disponibles - la madre puede reiniciar la lactancia luego de dos meses de recibir esta sustancia;
- el uso excesivo de yodo o yodóforos tópicos (yodo-povidone), especialmente en heridas abiertas o membranas mucosas, puede resultar en supresión tiroidea o anormalidades electrolíticas en el bebé amamantado y deberían ser evitados;
- la quimioterapia citotóxica requiere que la madre suspenda el amamantamiento durante la terapia.

Madres para quienes la lactancia no está contraindicada, aunque presentan condiciones médicas preocupantes Este grupo incluye:

- Absceso mamario: el amamantamiento debería continuar con el lado no afectado; el amamantamiento con el pecho afectado puede reiniciarse una vez se ha iniciado el tratamiento;
- Hepatitis B – los lactantes deben recibir la vacuna de la hepatitis B , en las primeras 48 horas o apenas sea posible después;
- Hepatitis C;
- Mastitis – si la lactancia es muy dolorosa, debe extraerse la leche para evitar que progrese la afección⁸;
- Tuberculosis – la madre y el bebé debe ser manejados juntos de acuerdo a las guías nacionales de tuberculosis;

Uso de sustancias:

- se ha demostrado efecto dañino en los bebés amamantados de madres que usan nicotina, alcohol, extasié, anfetaminas, cocaína y estimulantes relacionados;
- el alcohol, opioides, benzodiacepinas y cannabis pueden causar sedación tanto en la madre como el bebé

Las madres deberían ser alentadas a no utilizar estas sustancias y tener oportunidad y apoyo para abstenerse.

Referencias

VIH y alimentación infantil: actualización basada en la reunión consultiva técnica realizada en nombre del Equipo de Trabajo Interinstitucional (IATT) sobre la Prevención de la Transmisión del VIH en Embarazadas, Madre y Niños. Ginebra 25-27 de octubre de 2006. Ginebra, Organización Mundial de la Salud. 2008. on Prevention of HIV Infection in Pregnant Women, Mothers and their Infants, Geneva, 25–27 October 2006. Geneva, World Health Organization, 2007 (http://whqlibdoc.who.int/publications/2008/9789243595962_spa.pdf acceso 4 diciembre 2008).

Breastfeeding and maternal medication: recommendations for drugs in the Eleventh WHO Model List of Essential Drugs. Geneva, World Health Organization, 2003.

Mastitis: causas y manejo. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2000 (WHO/FCH/CAH/00.13; http://whqlibdoc.who.int/hq/2000/WHO_FCH_CAH_00.13_spa.pdf, acceso 4 diciembre 2008).

Hepatitis B and breastfeeding. Geneva, World Health Organization, 1996. (Update No. 22)

Breastfeeding and Maternal tuberculosis. Geneva, World Health Organization, 1998 (Update No. 23).

Background papers to the national clinical guidelines for the management of drug use during pregnancy, birth and the early development years of the newborn. Commissioned by the Ministerial Council on Drug Strategy under the Cost Shared Funding Model. NSW Department of Health, North Sydney, Australia, 2006.

Se puede encontrar mayor información en medicación materna y lactancia en el siguiente sitio web de la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos de America:

<http://toxnet.nlm.nih.gov/cgi-bin/sis/htmlgen?LACT>

Lactancia y Medicación materna - Resumen

Lactancia Contraindicada:

- Drogas anticancerosas (antimetabolitos)
- Sustancias radiactivas (detenga el amamantamiento temporalmente)

Continúe el amamantamiento:

Efectos colaterales posibles; controle al bebé por adormecimiento:

- Algunas drogas psiquiátricas y anti convulsivantes (vea la droga individual)

Use medicamento alternativo si posible:

- Cloranfenicol, tetraciclinas, metronidazol, antibióticos quinolónicos (por ejemplo ciprofloxacina)

Vigile al bebé por ictericia:

- Sulfonamidas, dapsona, sulfametoxazol+trimetoprima (cotrimoxazol), sulfadoxina+pirimetamina(fansidar)

Use la droga alternativa (puede disminuir el suministro de leche):

Estrógenos, incluyendo anticonceptivos que contienen estrógenos, diuréticos tiazídicos, ergometrina

Seguros en la dosificación usual:

La mayoría de los medicamentos normalmente usados:

- analgésicos y antipiréticos: paracetamol, ácido acetilsalicílico, ibuprofeno; las dosis ocasionales de morfina y petidina.
- antibióticos: ampicilina, amoxicilina, cloxacilina y otras penicilinas, eritromicina
- drogas anti tuberculosas y anti leprosas
- antimaláricos (excepto mefloquina, Fansidar), antihelmínticos, antifúngicos.
- Broncodilatadores (por ejemplo salbutamol), corticosteroides, antihistamínicos,
- Antiácidos, drogas para la diabetes, la mayoría de los anti hipertensivos, digoxina,
- Suplementos nutritivos de yodo, hierro, vitaminas.

(Adaptado de “Consejería en Lactancia: Curso de capacitación”, OMS/CDR/93.3-6)

Mas información sobre medicaciones específicas se encuentra en la publicación:

OMS/UNICEF Lactancia y Medicación Materna (2002)

www.who.int/child-adolescent-health/

SESIÓN 14

APOYO CONTINUO PARA LAS MADRES – PASO 10

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|---|------------|
| 1. Describir cómo preparar a una madre para el alta; | 15 minutos |
| 2. Revisar la disponibilidad de seguimiento y apoyo después del alta; | 10 minutos |
| 3. Resumir las formas de proteger la lactancia para mujeres que trabajan; | 10 minutos |
| 4. Analizar la lactancia prolongada en el segundo año o después; | 10 minutos |
| 5. Analizar el apoyo de grupo para la lactancia. | 30 minutos |

Tiempo total de la sesión: 75 minutos

Materiales y preparación:

Diapositiva 14/1: Apoyo de Madre-a-Madre

Obtenga información respecto al apoyo en áreas, tales como grupos de madres, apoyo comunitario, o clínicas de alimentación en el centro de salud.

Información sobre la legislación nacional o instructiva en las fuentes de trabajo que apoyen la lactancia.

Información sobre guías nacionales de alimentación complementaria y políticas –

Revise si estos materiales apoyan la lactancia exclusiva por seis meses.

Rotafolio sobre las Habilidades de comunicación de la sesión 2

Pida a dos participantes que jueguen el rol de Madres en la actividad del grupo de apoyo y entrégueles las preguntas que deben realizar.

Documentos de lectura para los facilitadores:

Community based strategies for breastfeeding promotion and support in developing countries.

WHO, Department of Child and Adolescent Health and Development (CAH) 2003

Green, C P. *Madre Support Groups: A Review of Experience in Developing Countries*. BASICS

II. 1998 <http://www.basics.org/publications/pub/msg/contents.htm>

Pautas de Guía para la introducción de alimentación complementaria del bebé amamantado.

OPS/OMS. 2003

1. Preparando a la madre para el alta

15 minutos

- El Paso 10 de los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa establece:
“Auspiciar el establecimiento de grupos de apoyo para la lactancia y referir a las madres a estos grupos a su alta del hospital o clínica.”
- El establecimiento de salud donde nace el bebé puede hacer mucho para iniciar y establecer la lactancia o alimentación de sustitución si es necesario. Sin embargo la necesidad para el apoyo continúa después de su alta.
- En algunas comunidades, las madres reciben apoyo de amigos y familia. Donde esto no esté disponible, por ejemplo madres que viven lejos de su familia, el establecimiento de salud necesita arreglar alguna alternativa de seguimiento, y debe considerarse antes de su alta.
- *Diga el próximo punto de la “historia”*

Fátima y Miriam están preparándose para irse con alta del hospital con sus bebés.

Pregunte: ¿Que necesita una madre antes que deje el hospital con su bebé?
 Espere algunas respuestas.

- Antes de dejar el hospital/maternidad, la madre necesita
 - Ser capaz de alimentar a su bebé.
 - Comprender la importancia de la lactancia exclusiva durante 6 meses y continuada después de la introducción de alimentación complementaria, por dos años o más.
 - Ser capaz de reconocer si la alimentación está yendo bien
 - Averiguar cómo obtendrá el apoyo continuo que necesita.

Ser capaz de alimentar a su bebé

- Un trabajador de salud capacitado en el apoyo a la lactancia debe observar a cada madre y su bebé y asegurarse que la madre y el bebé saben cómo amamantar.
 - conocer la alimentación guiada por el bebé, a demanda y cómo se comportan los bebés,
 - ser capaz de reconocer los signos de hambre de su bebé,
 - ser capaz de colocar su bebé al pecho para mamar con un buen agarre,
 - conocer los signos de una lactancia efectiva y un bebé sano,
 - saber qué hacer si piensa que no tiene suficiente leche,
 - ser capaz de extraerse la leche.
- Si una madre no está amamantando, el trabajador de salud capacitado para ayudar con la alimentación de sustitución debe asegurarse que la madre sabe
 - que tipo de alimentación de sustitución puede usar que sea aceptable, factible, asequible, sostenible, y segura para su situación,
 - como obtener la alimentación de sustitución en cantidades suficientes,
 - como preparar con seguridad y dar la alimentación de sustitución a su bebé y,
 - como reducir los riesgos asociados con la alimentación de sustitución
- Un trabajador de salud debe observar que la madre (o el cuidador) es capaz de preparar una alimentación de sustitución y darle a su bebé de una manera segura antes que se dé de alta de la maternidad.

Comprender la importancia de la lactancia exclusiva y continuada

- Cuando una madre vuelve a su hogar, puede que tenga presiones para dar suplementos a su bebé o líquidos que no sean leche materna. Antes que deje la maternidad, recuérdale la importancia de la lactancia exclusiva por los primeros seis meses.
- Después de los seis meses, el bebé necesita alimentos además de leche materna. La lactancia continúa para darle buena nutrición y protección contra la enfermedad así como cercanía a la madre. La leche humana es valiosa para la salud y nutrición del lactante por dos años o más.
- Si la madre está infectada con el VIH y esta amamantando, es mejor que sea lactancia exclusiva. La lactancia mixta, darle la lactancia/ leche humana y otros alimentos y líquidos, ha demostrado incrementar el riesgo de transmisión del VIH.

Ser capaz de reconocer que la lactancia está yendo bien

- Algunas veces podemos decir a la madre que se contacte con nosotros si hubiera algún problema. Una madre primeriza no puede decir que es normal y que es un problema. Las señales que una madre con un bebé pequeño debe buscar para saber si la lactancia está yendo bien incluyen:
 - El bebé esta alerta y activa, se alimenta al menos 8 veces en 24 horas.
 - El bebé descansa y duerme por algunos periodos en 24 horas.
 - El bebé moja 6 o más pañales en 24 horas con orinas pálidas, diluidas y tiene 3 o más deposiciones en el día.⁶⁴
 - Los pechos están llenos antes de las lactadas. Los pezones están sanos y no duelen.
 - La madre se siente confiada atendiendo a su bebé en general.

Considerar como conseguir el apoyo que necesita

- Las madres necesitan apoyo. Cuando la madre se vaya al hogar, necesita encontrar a un miembro de la familia, amigo, trabajador de salud y otra persona que le ayude a confiar en si misma mientras aprende a cuidar a su bebé. Una madre necesita ayuda particular si:
 - tiene mucha demanda de su tiempo como otros niños y deberes en el hogar,
 - es madre primeriza,
 - tiene dificultad alimentando a su bebé,
 - necesita trabajar fuera del hogar y dejar a su bebé,
 - esta aislada con poco contacto con gente que le apoye
 - recibe consejos confusos y conflictuantes de mucha gente,
 - si ella o el bebé tiene un problema de salud.
- A veces la madre piensa que puede hacer algo sin la necesidad de ayuda. Ella puede pensar que si busca ayuda será una mala madre y no puede tolerar esta idea.
- Cuando nosotros aprendemos una nueva destreza o trabajo, necesitamos tomarnos el tiempo para aprender y preguntar a otras personas. Es igual cuando se aprende a ser mamá, hay nuevas destrezas que aprender. Puede no ser suficiente que existan servicios de apoyo en el área. Una primeriza puede necesitar valor para buscar ayuda y utilizar el apoyo que está disponible.
- El seguimiento de la madre que está utilizando la alimentación de sustitución es muy importante para asegurar que está usando la opción adecuada, y si ella quiere cambiar la opción de alimentación en cualquier momento, tiene ayuda.

⁶⁴ En un bebé mayor, las deposiciones son menos frecuentes. Deben ser blandas.

- Cuando se habla con la mujer en el embarazo, puede ser útil mencionar que hay servicios de ayuda en caso de que tenga alguna dificultad. Esto puede ayudarle a sentirse confiada desde el comienzo.

2. Seguimiento y apoyo después del alta

10 minutos

Recursos disponibles en la comunidad local

- *Mostrar la Diapositiva 14/1 – Apoyo de madre a madre*

Fátima y Miriam se encuentran a veces, se sientan y hablan acerca de sus bebés. Fátima quiere escuchar lo que Miriam tiene que decir porque este es el segundo bebé de Miriam y Fátima valora su experiencia y conocimiento

Pregunta: ¿Quien en la comunidad puede proveer de seguimiento continuo para una madre que está alimentando y cuidando a su bebé?

Espere algunas respuestas.

Familia y amigos

- Las familias y amigos pueden ser una fuente de apoyo importante para la lactancia en general. Sin embargo el apoyo para la lactancia exclusiva por 6 meses generalmente falta en las familias donde otras mujeres han dando suplementos precozmente y alimentos.
- Las madres que utilizan alimentación de sustitución también necesita el apoyo de la familia y sus amigos. La madre que está infectada por el VIH necesita apoyo para alimentar exclusivamente con los alimentos de sustitución, evitar mezclar la lactancia con la alimentación de sustitución.

Atención Primaria y el trabajador de salud comunitario

- Cualquier momento que el trabajador de salud está en contacto con la madre y el niño pequeño, el trabajador de salud puede ayudar y apoyar a la madre que está alimentando y atendiendo a su bebé. Si el trabajador de salud no puede hacerlo por sí mismos, pueden referir a la madre a alguien que le dé su apoyo.
- El trabajador comunitario esta siempre cerca de familias en comparación a los trabajadores de salud del hospital y pueden tomarse más tiempo con ellos. Para ser efectivo, el trabajador de salud necesita ser capacitado para apoyar a las madres a alimentar y atender a sus bebés.
- Los centros de salud comunitarios, pueden tener “clínicas de lactancia”, lo cual significa que hay personal capacitado que ayuda a la madre que amamanta en el momento que ella contacta la clínica y no necesita hacer una cita. Puede ser efectivo ver a más de una madre junta para que pueden intercambiar experiencias. Los grupos de apoyo a las madres pueden formarse en estas clínicas.
- El trabajador de salud puede sentar un ejemplo en su propia comunidad mediante la lactancia exclusiva en sus bebés con la adición de alimentos complementarios adecuados después de los seis meses de edad.

Apoyo de madre a madre

- Este apoyo es generalmente basado en la comunidad y puede preverse individualmente, uno a uno, o en grupo. Una madre experimentada puede darle a la madre primeriza el apoyo individual. Pida permiso a la madre experimentada para dar su nombre a otras madres en su área.
- Un grupo puede iniciarse con varias madres o por un trabajador de salud de la comunidad. Puede existir un grupo especial o varios para el apoyo de la mujer que está infectada con el VIH.
- La ayuda es fácilmente accesible y es gratuita o barata. Idealmente las madres que fueron entrenadas para dar apoyo están dispuestas todo el tiempo para ayudar a una madre con dificultad.⁶⁵
- En un grupo de apoyo de madre a madre:
 - Puede haber ayuda disponible en la propia comunidad de la madre,
 - Los patrones tradicionales de la madre de obtención de información y apoyo de parientes y amigos se refuerzan,
 - El alimentar y atender a un bebé se ven como actividades normales más que problemas que necesitan ser resueltos por un trabajador de salud,
 - Los grupos de discusión son guiados y ayudados por madres experimentadas,
 - Las madres se sienten reafirmadas y tienen mucha confianza en si mismas,
 - Las mujeres embarazadas así como las mujeres más experimentadas son bienvenidas
 - Las madres se pueden ayudar fuera del grupo y construir amistades.
- Algunos grupos de apoyo de madre a madre son parte de grupos de redes más grandes que proveen capacitación, materiales escritos y otros servicios. Las madres experimentadas pueden ser invitadas a contribuir a la capacitación del trabajador de salud y visitar las salas y clínicas para presentarse a si mismas a las embarazadas y a las primerizas.

Cuando el apoyo formal no está disponible

- Si no existen grupos de apoyo disponibles en su área, antes que la madre deje la maternidad:
 - Averiguar qué apoyo familiar tiene en el hogar.
 - Si es posible, hablar con los miembros de la familia, y mostrarles como pueden ayudar.
 - Dele a la madre el nombre de la persona que se contactará en el hospital o la clínica. Ella debe asistir a un centro para ella y su bebé en la primera semana después del parto, que debe incluir la observación de una mamada. Ella debe volver en otro momento o en cualquier momento cuando tenga dificultades.
 - Ella también debe acudir para su revisión de rutina de las 6 semanas post parto y llevar a su bebé con ella, para que se pueda revisar también.
 - Recordar a las madres de los puntos clave sobre la alimentación óptima del bebé.
 - Es generalmente útil darles material escrito como recordatorio. Este material debe ser acertado y no de las compañías que producen o distribuyen sucedáneos de la leche materna, biberones, o chupones.
 - Si es posible, contacta a las madres después que se fueron con alta para ver cómo

⁶⁵ El apoyo puede darse por teléfono, carta, y por correo electrónico en otras áreas.

está yendo la lactancia.

- Algunos hospitales establecen los grupos de apoyo a madres por un trabajador de salud y se reúnen en el hospital. También debe haber una clínica o consultorio donde la madre pueda ir si tiene una dificultad de lactancia.
- *De información específica tal como detalles de contactos para cualquier fuente de apoyo en el área*

Comunidades amigables con el niño

- Algunas comunidades han establecido el concepto de “Comunidades amigables con el niño.” Su establecimiento puede auspiciar el establecimiento de este concepto en su área de influencia. Mientras no exista una estrategia internacionalmente reconocida, los elementos básicos incluyen la discusión comunitaria de las necesidades, como se refleja en todos los pasos aplicables de los Diez Pasos para una Lactancia Exclusiva.
- La comunidad amiga del niño puede incluir:
 - Sistema de salud, o provisión de atención de salud local, se designa como “Amiga del Niño” y apoya activamente tanto la lactancia inmediata como exclusiva;
 - El acceso a un sitio de referencia que brinde apoyo capacitado para la lactancia inmediata, exclusiva y continuada está disponible y aprobado por la comunidad;
 - Se da el apoyo apropiado para la edad, frecuente, y alimentación complementaria perceptiva, con la lactancia continuada;
 - El sistema de apoyo de madre a madre, está funcionando ;
 - No existen prácticas, distribuidores, tiendas o servicios que violen el Código Internacional;
 - El gobierno local o la sociedad civil, crea y apoya la implementación del cambio que activamente apoya a madres y familias para tener el éxito con las prácticas de alimentación infantil óptimas. Ejemplos de este cambio pueden ser, el compartir las obligaciones, dar autorización para transportar a las embarazadas si se requiere, identificación de los “protectores de la lactancia” entre los líderes de la comunidad, y lugares de trabajo que apoyen la lactancia.

3. Protegiendo la lactancia para las mujeres empleadas 10 minutos

- Muchas madres introducen suplementos precoces o dejan de amamantar porque deben retornar al trabajo. El trabajador de salud, puede ayudar a las madres a continuar dando su leche lo más posible una vez que vuelvan al trabajo.

Pregunte: ¿Porque se recomienda continuar la lactancia cuando se retorna al trabajo?
Espere algunas respuestas.

- Así como la importancia en general de la lactancia mencionada antes en este curso, una mujer que trabaja fuera del hogar puede valorar la lactancia por:
 - Menos enfermedad en el bebé, por lo que no necesita pedir permiso de su trabajo para cuidar a un niño enfermo,
 - Alimentación nocturna fácil, las madres pueden dormir más,
 - Oportunidad para estar con el bebé y continuar con el apego al bebé.
 - Una oportunidad para descansar mientras alimenta al bebé.
 - Una relación especial y personal con su bebé.

Pregunte: Si un empleado le pregunta porque él o ella debieran apoyar a la mujer para amamantar después cuando retorna a su trabajo, ¿Qué podría usted decir?

Espere algunas respuestas.

- Los empleados apoyan a la mujer a continuar la lactancia por mas beneficios:
 - Las Madres están trabajando porque sus niños están sanos,
 - Las madres se pueden concentrar mejor en su trabajo porque tienen menos preocupaciones por la salud de su bebé,
 - Los empleados retienen a sus trabajadoras entrenadas.
 - Las mujeres están más interesadas en trabajar para los empleadores que les apoyan,
 - Las familias y la comunidad piensan bien de los empleadores que apoyan la lactancia,
 - Los bebés amamantados crecen sanos para ser la futura nueva fuerza de trabajo.

Pregunte: ¿Cuáles son los puntos clave que se abordaran con la madre que está retornando al trabajo?

Espere algunas respuestas.

- Algunas semanas antes que la mujer retorne a su trabajo, considere:
 - ¿Podría llevar el bebé a su trabajo?
 - ¿Podría su bebé quedarse cerca de su trabajo para que ella vaya a alimentarle durante los recesos o que le lleven al bebé para que le alimente?
 - ¿Podría la madre trabajar menos horas o menos días hasta que el bebé crezca?
- Si no es posible amamantar al bebé durante la jornada de trabajo, sugiera:
 - Amamantar exclusivamente y frecuentemente durante la baja de la maternidad.
 - Continúe amamantando siempre que la madre y el bebé estén juntos, – noches, temprano en la mañana, y en días libres.
 - No comience otra alimentación – unos días antes de volver al trabajo es suficiente.
 - Aprender a extraerse la leche y dejarla al cuidador para que le administre al bebé,
 - Extraerse la leche cada 3 horas en el trabajo si es posible. Esto mantiene la producción de leche y mantiene los pechos confortables. Los pechos harán más leche cuanto más se leche se extraiga.⁶⁶
 - Enseñar al cuidador que administre la leche al bebé de manera segura y con cariño, en taza, no en biberón, para que el bebé pueda succionar cuando su madre retorne después del trabajo.
 - Tener contacto y apoyo de otras madres que están trabajando y amamantando
- Mucha de la información acerca de la lactancia y el trabajo se aplica a las madres que están estudiando.
 - (opcional) Muchos trabajadores de salud son mujeres y muchas madres de bebés pequeños. ¿Cómo podría su establecimiento convertirse en un trabajo que apoye la lactancia?
 - Mencione todas las leyes nacionales o políticas que protegen a las madres que trabajan.

⁶⁶ Ver la Sesión 11 para como extraerse y almacenar la leche.

4. Apoyando la lactancia continuada por 2 años o más 10 minutos

- No existe una edad específica después de la cual la lactancia deja de ser importante. La lactancia otorga cercanía a la madre, protección de enfermedad y buena nutrición.
- El amamantar a un bebé mayor/niño pequeño adquiere valor cuando el niño se enferma. Generalmente el niño será capaz de amamantar cuando no tolera otros alimentos. Esto ayuda al niño a recibir líquidos así como evita la pérdida de peso durante la enfermedad.
- La lactancia puede ser tranquilizante para el niño que está adolorido e irritable.
- El amamantar a un lactante mayor es diferente a amamantar un bebé recién nacido. A medida que el bebé está más alerta, ella o él se pueden distraer fácilmente entre las mamadas por los ruidos y actividades. La madre puede decidir que amamantar en lugares tranquilos limita las distracciones.
- Los niños pequeños pueden amamantar una o dos veces o más frecuentemente. Algunos pueden amamantar solo si sienten dolor o están molestos.
- Las madres pueden necesitar apoyo especial para vencer las presiones competitivas sobre ella, ya sea del trabajo o la familia, mientras el bebé crece. El abordar el tema podría ayudar a identificar sugerencias que pueden funcionar en su situación.

*Alimentación complementaria*⁶⁷

- Después de seis meses de edad, el bebé necesita otros alimentos mientras continúa recibiendo lactancia suficiente. Esto se llama *alimentación complementaria* porque es un complemento a la lactancia, no la sustituye.
- Hasta que el bebé tenga 1 año de edad, la lactancia o los sustitutos de la leche si no están amamantados proveerán la mayor parte de la dieta de los bebés. Continúe ofreciendo el pecho frecuentemente así como otros alimentos. El período de 6-12 meses de edad es un tiempo de aprendizaje para comer una amplia gama de alimentos y texturas.
- Para mantener la producción de leche, alentar a la madre a continuar ofreciendo el pecho antes del alimento complementario.
- Un niño deja de amamantar cuando está listo como una parte natural de su desarrollo. Un niño no debe suspender abruptamente la lactancia, porque puede provocar tensión en el niño y la madre, pechos adoloridos para la madre, así como el retiro del alimento de un niño. Permitir al niño disminuir el número de alimentaciones gradualmente, y este seguro que recibe suficiente cantidad de alimentos cada día y atención permanente de la madre.

Otros programas nacionales de salud para la madre y el niño (incluye a aquellos que están implementados localmente)

- El apoyo continuo a la lactancia puede ocurrir a través de otros programas nutricionales y de salud que incluyen::
 - Programas de Maternidad Segura: Las madres son vistas durante el embarazo para asegurar el parto.
 - La Atención Integrada de Enfermedades Prevalentes de la Infancia (AIEPI) : los

⁶⁷ La información detallada en alimentación complementaria se encuentra en: *Consejería en Alimentación Complementaria: Curso de capacitación*.

- niños evaluados por enfermedad recurrentes
- El Programa Ampliado de Inmunizaciones (PAI) en el cual el niño se ve a intervalos frecuentes
 - Programas de suplementación de micronutrientes, programas de suplementación de hierro y vitamina A.
 - Programas de despistaje neonatal: que se hacen de 6 a 10 días después del parto, lo cual es un tiempo importante para asegurar que la lactancia está yendo bien.
 - Programas de desarrollo infantil temprano: se monitorea el crecimiento y desarrollo del bebé durante las revisiones de rutina en los centros de desarrollo infantil.
 - Programas de planificación familiar: Las madres que buscan apoyo para la planificación familiar en cualquier momento, a veces a través de visitas domiciliarias.

5. Grupo de apoyo –actividad de clase

30 minutos

Introduzca la actividad:

- Los facilitadores en un grupo de apoyo de madre a madre necesitan usar habilidades de comunicación buenas y que tengan conocimiento sobre alimentación infantil. Estas madres expertas pueden asistir a un curso de capacitación para adquirir estas habilidades.
- En esta actividad podemos ver como las habilidades de comunicación pueden ser útiles en un grupo de apoyo.

Solicite que 6-8 participantes se sienten en un círculo. De a dos participantes preguntas como si fueran madres 'primerizas'. Los otros participantes del 'grupo de apoyo de madre a madre' son madres expertas en dar apoyo a madres primerizas. Elija a uno de los participantes que haga el papel de 'facilitadora' ej., una madre experimentada que ayudara a guiar la discusión y se asegurara que todas las 'madres' tengan una posibilidad de contribuir.

Pida a los participantes restantes formar un círculo externo y observen.

Pida a los participantes que hablen con la madre que está haciendo la pregunta, y que le ayuden como madres en el grupo de apoyo. Nadie debe dar una clase. Trate de mantener una conversación amigable. Recuerde las habilidades de comunicación que se practicaron en este curso.

Además de las preguntas de ejemplo para la discusión en grupo, se pueden sugerir otras por el mismo grupo. Los puntos de discusión se incluyen si el facilitador necesita dar información que no está llegando del grupo. Sin embargo, si el grupo está respondiendo bien, no dé la conferencia. Este es un grupo de apoyo no un estudio de caso.

Aliente al grupo de 'madres expertas' a compartir brevemente como resolvieron los problemas similares cuando sus bebés tuvieron los mismos problemas a la misma edad. El compartir desvía el foco de la 'madre primeriza' y también ayuda a entender cómo funciona el grupo de apoyo, donde todos aprenden que pueden existir problemas con muchas soluciones.

Ejemplo “problema” 1:

Jaime tiene 8 meses de edad y está sano. Tiene dos comidas de papilla cada día y amamanta cuando vuelvo de mi trabajo. Ayer no quiso mamar durante la tarde ni la noche. Esta mañana cuando despertó tampoco quiso mi pecho. Toma cuatro biberones de fórmula por día, tal vez pueda dejar la lactancia.

Posibles puntos de discusión

Recordar escuchar a la madre y responder de manera que se le aliente a hablar y que permita conocer su propia situación.

¿Cuál situación le gustaría a la madre?

¿Qué hizo la madre hasta el momento? ¿Tiene la madre otras ideas de lo que puede tratar de hacer?

Algunas veces los bebés de esta edad rechazan el pecho debido al proceso de dentición o si tienen la boca adolorida, cree usted que esto está ocurriendo?

¿Cómo es la alimentación? Algunos bebés se distraen cuando amamantan. Una madre ocupada puede apurara la lactancia.

¿Cuán frecuente es ‘cuando estoy en la casa’? ¿Podría pasar más tiempo con el bebé? ej., está el bebé con ella cuando tiene el día libre o tiene que ir de compras a de visita?

¿Dónde duermen el bebé y la madre? (¿Juntos?) ¿Cómo se alimenta el bebé durante la noche?

¿Cuánta leche toma el bebé cuando la madre esta fuera, puede reducirse en la tarde para que tenga hambre cuando la madre llegue a su casa?

Cuando se le da vegetales, fruta o carne, le estamos ampliando la gama de alimentos, aunque tal vez el bebé no se llene como cuando le dan la papilla. ¿Ha pensado en ofrecerle una variedad de alimentos en vez de solo papilla?

La lactancia continúa siendo una fuente importante de alimento en el segundo año.

Ejemplo “problema” 2:

Clara tiene tres meses de edad y esta amamantando frecuentemente. No se satisface. Algunas veces cuando termino de darle el pecho, empieza a llorar. Creo que mi leche se está perdiendo, ¿Necesito empezar a darle alimentos en cucharilla u otra leche?

Posibles puntos de discusión

Recuerde escuchar a la madre y responderle en una manera que le aliente a hablar y a explorar su propia situación.

¿Cuál situación le gustaría a la madre?

¿Qué hizo la madre hasta el momento? ¿Tiene ideas sobre lo que podría intentar?

A veces el bebé necesita ayuda para alimentarse bien. ¿La madre preguntó a una persona con conocimiento que vea cómo está comiendo el bebé?

A veces el bebé quiere comer, para tener contacto o para estar más tranquilo antes de que sea el momento de alimentarle. ¿Qué piensa la madre acerca de cargar al bebé y darle el pecho más veces cuando esta irritable?

Si el bebé está creciendo bien, ¿cuáles son las sugerencias para tranquilizar al bebé que está llorando?

Concluya la actividad

Pida a las ‘madres’ del grupo como se sienten al abordar sus preocupaciones. Pida a las ‘madres experimentadas’ como se sienten utilizando sus habilidades de comunicación. Después pregunte a los observadores qué notaron. Recuerde reforzar las habilidades de comunicación que pudieron utilizar correctamente.

- *Pregunte si hay dudas. Ellos resumen la Sesión.*

Sesión 14 Resumen

Preparando a las madres para el alta

- Antes que la madre abandone la maternidad, necesita:
 - Ser capaz de alimentar a su bebé
 - Conocer la importancia de la lactancia exclusiva durante los 6 meses y continuada con la introducción de alimentación complementaria
 - Si la alimentación de sustitución es necesaria, debe tener la leche adecuada para preparar el alimento de una manera segura.
 - Ser capaz de reconocer que la lactancia está yendo bien
 - Averiguar cómo obtener apoyo que necesita.

Seguimiento y apoyo después del alta

- Antes que la madre abandone la maternidad:
 - Indagar con la familia el apoyo que tiene en la casa,
 - Si es posible hablar con los miembros de la familia acerca de cómo pueden dar ayuda y apoyo,
 - Dar a la madre el nombre de la persona que puede contactar en el hospital o la clínica para una revisión de control en la primera semana, ya sea en el hospital o en la comunidad, para incluir la observación de la lactancia. Arregle un control de rutina a los 6 meses también.
 - Dígle a la madre qué grupos de apoyo trabajan en el área y el nombre de madres experimentadas que apoyan a las primerizas.
 - Recuerde a la madre los puntos clave sobre las prácticas de lactancia que pueden ayudar.
 - Esté segura de que la madre no reciba materiales escritos de comercialización de sucedáneos de la leche materna, o biberones
 - Contactar a la madre después de su alta para ver cómo va la alimentación.

Protegiendo la lactancia de las mujeres trabajadoras

- La lactancia continua siendo importante cuando la madre retorna al trabajo.
- El apoyar la lactancia le otorga beneficios al empleador.
- Algunas semanas antes que la madre retorne al trabajo debe considerar si:
 - ¿El bebé volverá al trabajo con ella?
 - ¿Podría cuidarse al bebé cerca de su trabajo?
 - ¿Podría la madre trabajar en un horario más corto o por menos días hasta que el bebé crezca?
- Si no es posible amamantar al bebé durante la jornada laboral, sugiera:
 - Amamantar exclusiva y frecuentemente durante la baja postnatal.
 - Que aprenda a extraerse la leche y deje para que el cuidador le dé al bebé.
 - Tenga contacto y el apoyo de otras madres que están trabajando y amamantando.

Apoyando la lactancia continuada por 2 años o más

- La lactancia continúa otorgando apego a la madre, protección de la enfermedad y buena nutrición al bebé mayor y niño pequeño.
- Hasta que el bebé tenga un año, la leche materna (o la sustitución si no está amamantado) debiera ser la mayor parte de los alimentos del bebé. Después de los seis meses de edad, el bebé necesita continuar con la lactancia frecuente y otros alimentos además de la leche materna o de sustitución. El dar estos alimentos se llama *alimentación complementaria* porque complementa la lactancia, no la sustituye.
- Recomiende que la madre continúe ofreciendo el pecho frecuentemente, preferiblemente antes de la alimentación complementaria, para mantener la producción de leche. Si la madre desea destetar, sugerirle que sea el bebé quien reduzca las mamadas gradualmente y asegúrese que tenga bastante alimento de día.

Sesión 14 Revisión de Conocimientos

Cite tres fuentes de apoyo a las madres en su comunidad.

Cite dos razones de porque el apoyo de madre a madre es útil para las madres.

Cite dos razones de porque la lactancia es importante para el bebé mayor y la madre.

Información Adicional para la Sesión 14

Desarrollando un grupo de apoyo de madre a madre

- Las madres en muchas comunidades se ayudan mejor cuando existen grupos de apoyo de madre a madre. Estos grupos no necesitan ser grandes ni tener facilitadores altamente capacitados. Solo necesitan tener buen corazón y facilitadores cordiales, que sepan amamantar y que puedan ayudar a otras mujeres. Si no hay tal grupo de apoyo en su comunidad tal vez quiera usted conformar un grupo y apoyarle para que crezca.
 - Identifique madres con experiencia en la lactancia y averigüe si quisieran ayudar a otras madres como ‘facilitadoras’ Las madres pueden ayudar efectivamente a otras madres.
 - Provea de información correcta y ayude a los facilitadores, pero déjeles guiar al grupo.
 - Aliente al grupo a que se reúnan frecuentemente en la casa de una madre o en algún centro de la comunidad. Las madres pueden compartir como se sienten, las dificultades que tiene, y como resolverlas. Usted puede sugerir el tópico especial que pueda discutirse.
 - Indique a cada madre donde está el grupo de apoyo más cercano y si puede presénteles al facilitador si es posible.
 - Este disponible para que los facilitadores den información adecuada y apoyo cuando se les pida.
 - Incluya actividades de capacitación para los facilitadores en la clínica de lactancia.
 - Provea capacitación en la comunicación y habilidades de escuchar.

SESIÓN 15

CONVIRTIENDO SU HOSPITAL EN AMIGO DEL NIÑO

Objetivos de Sesión:

Al completar esta sesión, los participantes serán capaces de:

- | | |
|--|------------|
| 1. Explicar que significa prácticas amigas del Niño | 20 minutos |
| 2. Describir el proceso de la evaluación de la IHAN; | 10 minutos |
| 3. Discutir como la IHAN puede incluirse en otros programas existentes | 5 minutos |

Tiempo total de la sesión: 35 minutos

Las actividades que se incluyen en esta Sesión requieren tiempo adicional. Las necesidades del grupo de participantes le ayudaran a decidir qué actividades incluir.

El Instrumento de Autoevaluación puede ser completad por el establecimiento de salud. Esto le llevara 1-2 horas o más dependiendo de cómo se pregunta (a madres y el personal) sobre sus puntos de vista/

Un plan para utilizar las preguntas mencionadas sería útil. El plan tomaría una hora o más además del tiempo propio de la sesión, y más tiempo será necesario para discutir con quienes están involucrados y afectados por el plan.

Materiales:

Diapositiva 15/1: Objetivos del Curso

Lista de los *Diez Pasos para una Lactancia Exitosa* de la Sesión 1

Instrumento de Autoevaluación del Hospital OMS/UNICEF; Iniciativa de Hospital Amigo y los Criterios Globales – una copia para cada uno de los grupos de 4-6 participantes. Si la actividad opcional para completar el instrumento ser realiza, se necesitaran mas copias.

Para la actividad adicional referida a la política.

Copias de la política del hospital/ o ejemplos de políticas, *El apoyo de La Política de Alimentación Infantil* – para cada uno de los grupos de 4-6 participantes

Para actividad opcional de planificación:

Diapositivas de planificación (5)

Ejemplo de un plan – una copia para cada grupo pequeño

Lectura para los facilitadores:

Otras secciones en este juego:

Materiales de la IHAN: Revisada, Actualizada y Ampliada para la Atención Integral

Sección 1: Antecedentes e Implementación

Sección 4: Autoevaluación del Hospital y Monitoreo,

1. ¿Que significan ser Hospital Amigo del Niño?

20 minutos

- En la primera Sesión, vimos que el propósito del curso era:

- *Mostrar la Diapositiva 15/1 léala en voz alta*

El objetivo de este curso es
el de lograr que el personal de planta apoye efectivamente a las madres con
la lactancia inmediata y exclusiva, y que el hospital se transforme hasta
alcanzar la designación de Hospital Amigo

- Un Hospital Amigo del Niño:
 - implementa los Diez Pasos para una Lactancia Exclusiva.
 - no acepta suministros o muestras ni material promocional de las compañías que fabrican o distribuyen sucedáneos de la leche materna
 - auspicia la alimentación óptima y atención de los bebés que no están amamantando.
- *Señale la lista de los Diez Pasos expuesta o recuerde a los participantes que la recibieron como parte del material, si se distribuyó en la Sesión 1.*
- *Pida al participante leer en voz alta el **Paso 1**.*

Pregunte: ¿Por qué es importante para un hospital tener una política por escrito que sea visible?

Espere algunas respuestas.

- Una política define lo que el personal debe hacer como práctica de rutina y es obligatorio. Ayuda a los padres a conocer qué atención deben esperar recibir.
- Para satisfacer los requerimientos de la IHAN, la política tiene que cubrir todos los Diez Pasos, así como prohibir las muestras y suministros gratuitos o a bajo precio de los sucedáneos de la leche materna, biberones, chupones y tetinas así como material promocional.
- En áreas de alta prevalencia de VIH, la política tiene que definir claramente qué servicios del personal se requieren como su práctica de rutina en relación con las madres que no están amamantando.
- *Pregunte si tienen alguna duda en este Paso.*
- *Pida a los participantes que lean en voz alta el **Paso 2**.*

Pregunte: ¿Porque es importante para un hospital capacitar a su personal?

Espere algunas respuestas.

- Si el personal está acostumbrado a trabajar en un hospital donde no se implementan las prácticas del Hospital Amigo del Niño, necesitaran capacitación para aprender las prácticas.
- El personal capacitado agrupado puede hacer los cambios necesarios, eliminar las prácticas no fundamentadas, y desarrollar las prácticas que apoyan a las madres y bebés a amamantar.
- *Pregunte si tienen alguna pregunta sobre este paso.*

- *Pida a un participante que lea en voz alta el **Paso 3**.*

Pregunte: ¿Porque es importante para un hospital hablar con una mujer embarazada?
Espera algunas respuestas.

- Las mujeres embarazadas necesitan información correcta que no promocionen productos comerciales como tales como la fórmula infantil. Esta información debe ser relevante para una mujer en especial. Si las mujeres embarazadas no abordan la información con un trabajador de salud que tenga conocimiento, pueden tomar sus decisiones basadas en la información incorrecta.
- *Pregunte si tienen dudas en este Paso.*

- *Pida a un participante que lea en voz alta **Paso 4**.*

- Este Paso se interpreta ahora como:
Colocar a los bebés en contacto piel a piel con sus madres inmediatamente después del parto, por lo menos por una hora, y alentar a las madres a reconocer cuando dos bebés están listos para amamantar, ofreciendo su ayuda si es necesario.

Pregunte: ¿Porque es importante ayudar a las madres y sus bebés para que tengan contacto inmediato?

Espera algunas respuestas.

- El contacto piel a piel ayuda:
 - A mantener al bebé caliente, estabiliza su respiración y frecuencia cardiaca,
 - A iniciar la lactancia,
 - La madre y el bebé se conocerán el uno al otro.
- Si el bebé o la madre necesitan atención médica inmediata después del nacimiento, el contacto piel a piel se restablecerá apenas estén estables.
- *Pregunte si tienen dudas en este Paso.*

- *Pida a un participante que lea en voz alta **Paso 5**.*

Pregunte: ¿Por qué es importante mostrar a las madres y sus bebés como amamantar?
Espera algunas respuestas.

- Algunas madres han visto amamantar muy pocas veces en su familia y entre sus amigos. Mostrarles algunos aspectos puede hacer que su lactancia funcione mejor.

Pregunte: ¿Cuales son los puntos más importantes que debemos buscar para evaluar la posición del bebé?

Espera algunas respuestas

- El cuerpo del bebé necesita estar:
 - **en línea** el oído, hombro y a cadera en una línea recta, para que el cuello no se tuerza ni se doble hacia adelante ni hacia atrás;
 - **pegado** al cuerpo de la madre, así el bebé es llevado al pecho y no el pecho hacia el bebé

- **apoyando** tanto la cabeza, los hombros, y si es recién nacido, todo el cuerpo
- **frente** al pecho, con la nariz del bebé frente al pezón, mientras se acerca al pecho

Pregunte: ¿Cuáles son los puntos principales para que exista un buen agarre del bebé?

Espere algunas respuestas.

- Los signos de un buen agarre son:
 - mentón tocando el pecho (o casi)
 - boca bien abierta
 - labio inferior evertido
 - Areola: más visible por encima de que por debajo de la areola

Pregunte: ¿Cuales son los signos principales de una succión efectiva?

Espere algunas respuestas.

- Los signos de una succión efectiva son:
 - Succión lenta, profunda, con sonidos de deglución
 - Mejillas llenas no hundidas
 - El bebé lacta con calma
 - El bebé termina de mamar y se siente satisfecho
 - La madre no siente dolor

Pregunte: Si la madre se está extrayendo la leche para su bebé, ¿qué aspectos le pueden ayudar a extraerse la leche?

Espere algunas respuestas.

- Ayuda a la expresión manual de leche si la madre puede:
 - Alentar el flujo de leche
 - Encontrar los conductos de leche
 - Comprimir el pecho a la altura por encima de los conductos
 - Repetir en todas las partes del pecho.

Pregunte: si el bebé no está amamantando, ¿Que necesita aprender la madre respecto a la alimentación?

Espere algunas respuestas.

- La madre necesita saber:
 - Que alimento de sustitución es aceptable, factible, asequible, sostenible y segura, (AFASS) en su situación.
 - Como obtener, preparar y darle el alimento de sustitución de manera segura.
- *Pregunte si tienen dudas en este Paso.*

- *Pida al participante leer en voz alta el **Paso 6**.*

Pregunte: ¿Porque es importante darle al recién nacido solo leche materna?

Espere algunas respuestas.

- La leche materna recubre, como con pintura, el sistema digestivo del niño para protegerle. Otros líquidos y alimentos podían lavar esta protección. Otros líquidos y alimentos pueden introducir infecciones al bebé
- Existe información disponible para debatir si se piensa que existe una razón médica para desalentar la lactancia exclusiva.

- *Pregunte si tienen dudas en este Paso.*

- *Pida a un participante que lea en voz alta **Paso 7 y Paso 8.***

Pregunte: ¿Por qué es importante para las madres y los bebés estar juntos las 24 horas del día?

Espere algunas respuestas.

- El alojamiento conjunto ayuda a una madre a aprender las claves de alimentación de su bebé, cuándo tiene hambre, y cómo atender a su bebé. Le ayuda a alimentar en respuesta a estas claves (alimentación a demanda) en vez de alimentar con el reloj. Los bebés que tienen que llorar para ser alimentados gastan su energía y se duermen sin haberse alimentado bien.

- *Pregunte si tienen preguntas en este Paso.*

- *Pida al participante leer el **Paso 9.***

Pregunte: ¿Porque es importante evitar dar chupones artificiales y chupones de distracción?

Espere algunas respuestas.

- El uso de chupones y tetinas puede:
 - Interferir con el aprendizaje del bebé para amamantar,
 - Afectar la producción de leche,
 - Indican que la madre tiene dificultades para cuidar a su bebé y necesita ayuda.

- *Pregunte si tienen dudas en este Paso.*

- *Pida al participante que lea en voz alta el **Paso 10.***

Pregunte: ¿Donde podría la madre conseguir apoyo a la lactancia en su comunidad después de su alta del hospital o clínica?

Espere algunas respuestas.

- El apoyo a la lactancia y otros aspectos de la atención del bebé pueden estar disponibles de:
 - Familia y amigos
 - Trabajadores de salud
 - Grupos de apoyo organizados y consejeros
 - Grupos de apoyo voluntarios e informales, consejeros informales
 - Otros servicios comunitarios.

- La necesidad de apoyo y donde encontrar apoyo deben ser temas de discusión con cada madre antes de su alta después del parto.

- *Pregunte si tienen dudas en este Paso.*

- Los hospitales deben cumplir el Código Internacional así como sus resoluciones subsecuentes para ser reconocido como Hospital Amigo del Niño.
- El objetivo final del **Código Internacional** de Comercialización de Sucedáneos de la leche Materna es una alimentación segura y adecuada para todos los lactantes.

Pregunte: ¿Cómo puede ayudar a lograr este objetivo?

Espera algunas respuestas.

- Para lograr este objetivo debemos:
 - Proteger, promover y apoyar la lactancia materna.
 - Asegurar que los sucedáneos de la leche materna (SLM) sean utilizados adecuadamente cuando son necesarios.
 - Proveer de información adecuada acerca de la alimentación infantil
 - Prohibir la propaganda u otra forma de promoción de los (SLM)
 - Reportar las violaciones al Código (y/o leyes locales) a las autoridades apropiadas.

- *Pregunte si tienen dudas respecto al Código.*

- **Las prácticas amigables para la madre durante el parto** ayudan a la mujer a que se sienta competente, en control, apoyada y lista para interactuar con su bebé cuando este se encuentra alerta y capaz de responder a estímulos.

Pregunte: ¿Que tipo de practicas durante el trabajo de parto y parto ayudarían a lograr esto?

Espera algunas respuestas.

- Practicas de apoyo incluyen:
 - Apoyo durante el trabajo de parto,
 - Limitar las intervenciones invasivas,
 - Prestar atención a los efectos del alivio del dolor,
 - Ofrecer líquidos y alimentos ligeros,
 - Evitar cesáreas innecesarias, y
 - Facilitar el contacto temprano entre madre y bebé.
- Cuando los establecimientos de salud trabajan para implementar las prácticas de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño, el objetivo no es ganar una placa o un premio. Lo más importante es incrementar el bienestar de los bebés y sus madres y así beneficiar a la comunidad en general.
- La iniciativa es amiga del *Niño*, más que amiga de la *Lactancia*. La mayoría de las prácticas en un hospital amigo del niño también favorecen a los bebés y madres que no están amamantando.

2. El proceso de Evaluación de la Iniciativa

10 minutos

Auto-Evaluación

- El proceso de evaluación de la IHAN se inicia cuando el hospital decide hacer los cambios, y forma un grupo o comité con un coordinador responsable del trabajo. Generalmente consiste en personas expertas del hospital que pueden tomar decisiones, y personal que está interesada en lactancia y conocen acerca de la Iniciativa.
- El comité decide que 2-3 personas llenen el Instrumento de Autoevaluación para revisar sus políticas y prácticas que pueden ayudar o perjudicar la lactancia. Las experiencias de las madres y del personal son claves en la información para evaluar si las prácticas son adecuadas.
- *Muestre a los participantes el Instrumento de Autoevaluación, deles unos cuantos minutos para ver el formato – hay preguntas, y listas para marcar sí o no de cada practica. No necesitan revisar en detalle.*
- Las casillas de si/no del formulario deben ser llenadas honestamente considerando un día normal. Los ítems para los cuales se espera que funcionen en un día regular, no reflejan la situación actual. Imagine un evaluador externo visitando su hospital hoy, ¿que encontraría?
- Una vez que el hospital decide cuales de estas prácticas apoyan y cuáles no apoyan, se puede hacer un plan de acción que haga a su servicio más de apoyo. Un plan con un horario es necesario para mantener el proyecto en progreso. Puede también ayudar a buscar un presupuesto y a obtener financiamiento.⁶⁸
- La capacitación, como esta, es necesaria al inicio del proceso. Cuando el personal ha recibido el entrenamiento necesario, y las nuevas prácticas están funcionando, el hospital puede conducir una autoevaluación repetida.
- Cuando el hospital puede decir “sí” a todas las preguntas en el Instrumento de Autoevaluación, ellos pueden solicitar una evaluación externa.

Actividad Opcional (se necesita tiempo adicional)

El Instrumento de Autoevaluación puede ser completado por el personal del hospital, antes del curso o como una actividad separada y discutida en este espacio. Esto llevará 1-2 horas más, dependiendo de cuanta gente es entrevistada (madres y personal).

Evaluación externa

- Después de llenar el Instrumento de Autoevaluación, el comité y el coordinado deben trabajar para ayudar al otro personal a hacer los cambios. Cuando se cree que los cambios son satisfactorios, la autoridad nacional de la IHAN puede llevar a cabo la evaluación externa utilizando los Criterios Globales. Los Criterios Globales son los mismos en todo el mundo. Los criterios no pueden modificarse para facilitarle a un hospital individual la nominación, aunque algunos países han adoptado criterios aun más estrictos.

⁶⁸ La actividad opcional de Planificación para el cambio abarca este punto.

- A menudo, uno o más evaluadores externos acuden al hospital para una visita preliminar, para explicar el proceso de evaluación, revisar la política y el proceso de capacitación por el cual atravesó el hospital, para estar seguros de que está listo para la evaluación, y para ayudarle a planificar que más necesitan hacer. Esto ayuda a asegurar que el proceso es educacional, no disciplinario, en caso de que no estén listos aun. Es muy desalentador cuando un hospital ha trabajado para mejorar sus prácticas y no pasa una evaluación.
- Para la evaluación externa, un equipo de evaluación externa, visitará la maternidad, y realizará entrevistas a las madres y al personal, observará las prácticas y revisará la documentación. La evaluación externa puede tomar dos días o más (y noches) dependiendo del tamaño del hospital.
- Cuando sea posible, los documentos como los antecedentes de capacitación, la política del hospital, las estadísticas de lactancia, y la información prenatal se revisarán antes que el equipo arribe al hospital.
- Las entrevistas con las embarazadas y con las primerizas son clave en la evaluación. Es importante entrevistar a los miembros del personal que tienen contacto directo con las madres en los servicios de maternidad, para evaluar su conocimiento y prácticas. No es suficiente que los directores o Jefes informen las actividades.
- El equipo de evaluación externa no designa al hospital como Amigo del Niño. El equipo completa un informe que se envía a la autoridad responsable de la IHAN, el comité nacional de lactancia u otro cuerpo designado.
- Las autoridades nacionales, en consulta con la OMS y UNICEF si es necesario, determinará si el hospital será reconocido como Hospital Amigo del Niño. Si el hospital no cumple con los criterios, puede recibir un Certificado de Compromiso para ser Hospital Amigo del Niño y la guía para hacer las mejoras necesarias.

Monitoreo continuo

- Cuando un hospital recibe la designación de Hospital Amigo del Niño, requiere mantener los estándares de los Criterios Globales y obedecer las regulaciones del Código Internacional para permanecer nominado como Hospital Amigo. Para ayudar a mantener los estándares entre evaluaciones, se necesita supervisar las prácticas.
- Para monitorizar, se necesita recoger información acerca de las prácticas. Es mejor recolectar la información acerca de los *productos o resultados* en vez de las *actividades*. Por ejemplo, es mejor cuantificar el número de bebés y madres que han tenido contacto piel a piel inmediatamente después del parto que ver si alguna información visible enumera las ventajas de apego precoz piel a piel.

Pregunte: ¿Que prácticas cree usted que le serán útiles al hospital para saber cómo lo están haciendo?

Espere algunas respuestas.

- El monitoreo es más fácil, cuando la política del hospital está escrita de manera que sea medible. Por ej. el siguiente enunciado es difícil monitorizar - “Ofrecer el contacto piel a piel a la madre con su bebé tan pronto como sea posible después del parto, preferentemente en la media hora”. ¿Cómo se puede evaluar “tan pronto como sea posible” y “preferentemente”?
- El siguiente enunciado es más fácil evaluar” Dentro de los 5 minutos después del nacimiento todas las madres, independientemente de su intención de alimentar al bebé reciben a sus bebés en contacto piel a piel durante por lo menos 60 minutos,”

Re evaluación externa

- Es importante que los hospitales designados como “Amigo del Niño” sean reevaluados regularmente. Esta reevaluación ayuda a asegurar que mantienen la adherencia a los “Diez Pasos” y el Código en el tiempo y de esta manera continuaran dando el apoyo que necesitan las madres y los niños.
- UNICEF recomienda que el hospital se reevalúe cada 3 años, pero sugiere que la autoridad nacional responsable de la IHAN en cada país tome la decisión final del periodo y el proceso que debe seguirse.
- La reevaluación debe ser conducida, al igual que la evaluación, por un equipo externo. No obstante el país puede usar el instrumento de evaluación completo para este proceso, es más costo - efectivo utilizar un instrumento más simple, que consume menos tiempo, y que el equipo sea menor. UNICEF brinda guías para planificar la reevaluación, así como varios instrumentos que la autoridad nacional puede considerar utilizar.
- Una vez que el hospital se ha reevaluado, la nominación de hospital Amigo del Niño puede renovarse, o si no pudo lograrlo, se le puede pedir que mejore la implementación de los pasos débiles, antes que sean oficialmente re designados como hospital Amigo del Niño.

3. Incluyendo la IHAN en los programas existentes

5 minutos

- Algunos hospitales participan en un proceso de acreditación nacional o internacional de calidad o mejora de la calidad que evalúa la equidad del acceso, calidad del servicio y gestión de calidad de la atención.
- La IHAN puede insertarse en este programa de gestión de calidad. La IHAN tiene criterios medibles y estándares internacionales. Estos son los instrumentos para evaluar en los hospitales estos estándares y criterios. Si un hospital tiene ya la acreditación de sistema de calidad funcionando, la planificación y los instrumentos de monitoreo del sistema pueden utilizarse.
- En un hospital, la IHAN puede ser la responsabilidad de los servicios materno-infantiles, del comité de alimentación infantil, o puede ser parte de un comité de calidad. Incluyendo la IHAN en un comité de calidad, puede lograr la concientización de la importancia del apoyo a las prácticas de lactancia, así como en la gestión para obtener recursos para implementar la IHAN.
- La experiencia del personal de la maternidad es generalmente la atención de la madre y el niño. La experiencia del personal de una oficina de control de calidad es medir y mejorar la calidad de atención. Por ejemplo, la oficina de control de calidad puede desconocer la existencia de la IHAN y los criterios e instrumentos disponibles. El personal de la maternidad puede desconocer que la oficina de calidad puede ayudar a utilizar el Instrumento de Auto evaluación, con el desarrollo o la inserción de este material en un proceso regular de auditoría, y en la planificación de la mejora. Ambas áreas de experiencia profesional, pueden utilizarse para proveer un mejor servicio; sin embargo cada grupo necesitará conocer la experiencia del otro campo y trabajar juntos.
- La IHAN también puede integrarse con el programa de Maternidad Segura y/o AIEPI⁶⁹. Sin embargo para que un hospital sea designado como *Hospital Amigo del Niño*, debe evaluarse utilizando los Criterios Globales de la Iniciativa.

⁶⁹ Atención Integrada de las Enfermedades Prevalentes de la Infancia.

- *Pregunte si tienen dudas. Resuma la Sesión*
- *Existe un resumen de Sesión de Clausura luego de las páginas de actividades opcionales.*

Resumen de la Sesión 15

- La Auto Evaluación de la IHAN ayuda al personal de salud a ver qué prácticas están en funcionamiento y que practicas necesitan atención. Un plan estructurado para mejorar estos puntos puede ser muy útil.
- La evaluación externa se solicita cuando las prácticas de apoyo están ya puestas en marcha.
- El monitoreo continua y la re evaluación son necesarios para mantener sus estándares altos.
- La IHAN puede integrarse en otros programas tales como programa de gestión de calidad, si existiera uno.

Sesión 15 Revisión de conocimiento

Enumere dos razones de por qué el hospital debe buscar una evaluación externa.

Explique, como lo haría con un colega, porqué lograr la nominación no es el final de proceso, explique la importancia del monitoreo continuo.

Actividad Opcional: Evaluar una Política**al menos 30 minutos**

- Puede existir una política de lactancia que necesita ser revisada. Generalmente no hay una política entonces debe desarrollarse una.
- La política consiste en un juego de reglas que el personal que ocupa una posición en el hospital para tomar decisiones ha decidido respetar. Generalmente es personal experto, en posición de tomar decisiones que han decidido seguir. Este personal experto proviene de los servicios de obstetricia, enfermería, pediatría, y administración del hospital. Todos necesitan estar de acuerdo con la política, antes de ser implementada. Esto requiere que se reúnan y debatan. Esto puede requerir cierto número de meses.
- La política no necesita ser muy larga y detallada. Pueden adjuntarse protocolos adicionales, guías, o artículos de información que ayude al personal a implementar las prácticas requeridas.
- La política necesita ser redactada en palabras fáciles de comprender. Los enunciados deben ser medibles. Por ejemplo, si la política dice “el personal debe hacer todo lo posible para ayudar a la lactancia”, como podría monitorizarse si esto está sucediendo? Se abordará este tema posteriormente cuando se describa el monitoreo.

Actividad en grupos pequeño

Si el curso es en el hospital, revise la política del hospital. Si el curso se realiza en otro lugar, revise las políticas adjuntas en el Apéndice de esta Sesión. Evaluar si la política abarca los *Diez Pasos para una Lactancia Exitosa*, incluye el rechazo de las muestras y suministros gratuitos así como material promocional de sucedáneos de la leche materna y apoya a las madres que no están amamantando recibe apoyo.

Use la *Lista de Verificación* de la Política de Alimentación Infantil del Hospital. Marcar los cambios que se sugieren que la política debe ser más comprensiva.

Para usar el tiempo en forma adecuada, dividir al grupo de manera que cada uno de los grupos pequeños revise 2 a 3 de los encabezados en la lista de chequeo de la lista de *revisión de la política*, y comunicar a los otros lo grupos que encontraron. Recordar marcar si los enunciados de la política están claramente escritos y si las actividades son medibles de manera que puedan facilitar el monitoreo.

Permitir 2 minutos para explicar la actividad, 10 minutos para que los pequeños grupos revisen si los Pasos están o no incluidos en la política y 15 minutos para la retroalimentación en el grupo y discusión.

- *La lista de revisión de la política está en la próxima página.*

Usted puede utilizar la política del hospital donde el curso se esté realizando o existen políticas adjuntas en las próximas páginas.

En la muestra de la Política del Hospital Feliz, se pueden analizar los siguientes puntos.

- *Frases como “hacer lo posible” “tan pronto como sea posible” son difíciles de monitorizar,*
- *No existe necesidad de que cada mujer en el prenatal tenga una revisión de los pechos.*
- *Las mujeres no deben escoger el método de alimentación antes de conocer la importancia de la lactancia.*

- *El bebé no necesita ser “puesto al pecho” El bebé puede pegarse al pecho por si mismo. El énfasis en este momento es el tiempo que transcurre en contacto piel a piel y no la succión.*

Lista de comprobación de la política de lactancia/alimentación infantil

(Nota: La política del hospital no tiene que ser redactada en las mismas palabras de esta lista, pero debe cubrir la mayoría de estos puntos clave. Se debe apreciar si es muy larga. Las políticas cortas (3 a 5 págs.) son más efectivas que las largas y generalmente no leídas.)

La política debe cubrir claramente los siguientes puntos.		SI	NO
Paso 1:	La política se pone en conocimiento de todo el personal de rutina (nuevo).		
	El resumen de la política que abarca los Diez Pasos y apoya a la madre que no amamanta, se exhibe en todas las áreas apropiadas y en el idioma y redacción que el personal y las madres pueden comprender fácilmente.		
Paso 2:	La capacitación para todo el personal clínico (de acuerdo a la posición) incluye: Lactancia y manejo de la lactancia (20 horas mínimamente, cubren los tópicos esenciales, incluyendo al menos 3 horas de práctica clínica)		
	Alimentación del lactante que no está amamantando		
	El rol del establecimiento y su personal para defender el Código Internacional de Comercialización de los Sucedáneos de la AMS y sus resoluciones subsecuentes.		
	Los nuevos miembros del personal se capacitan en los 6 meses en su ingreso.		
Paso 3:	Todas las embarazadas reciben información de: Manejo de la lactancia básico y prácticas de atención.		
	Los riesgos de dar suplementos a sus bebés durante los seis primeros meses.		
Paso 4:	Todas las madres y bebés reciben: El contacto piel a piel inmediato después del nacimiento durante 60 minutos		
	Estimulación para buscar los signos que muestran que su bebé está listo para amamantar y ofrecer ayuda si se necesita.		
Paso 5:	Se enseña a todas las madres la extracción manual (o se entrega un tríptico, se derivan para ayuda.).		
	Se enseña posición y agarre a todas las madres que amamantan.		
	Se enseña a todas las madres extracción manual (o se les proporciona material informativo o información sobre referencia para ayuda)		
	Todas las madres que han decidido <u>no</u> amamantar: Son informadas acerca de los riesgos y manejo de las diferentes opciones de alimentación y reciben ayuda para decidir cuál es la opción más conveniente para ellas.		
	Se les enseña a preparar la alimentación de su elección y se les pide que demuestren lo que aprendieron.		
	A las madres de recién nacidos en cuidados especiales: Se les ofrece ayuda para iniciar la lactancia, ayuda para que baje la leche y mantener la producción de leche en las 6 horas posteriores al nacimiento de su bebé.		
	Se les muestra cómo extraerse la leche manualmente y se les dice que necesitan extraerse la leche 6-8 veces en 24 horas para mantener la producción.		
	Se les da información en los riesgos y beneficios de varias opciones de alimentación y cómo cuidar sus pechos si no piensan amamantar.		
Paso 6:	Los suplementos/alimentación de sustitución se administran solo: Si están médicamente indicados.		

	Si las madres tienen “un consentimiento informado” después de la consejería en las varias opciones de alimentación, sus riesgos y beneficios de cada uno.		
	Se documentan las razones para el uso de suplementos.		
Paso 7:	Todas las madres y sus bebés tienen alojamiento conjunto, incluyendo la noche.		
	La separación tiene razones justificadas con documentación escrita.		
Paso 8:	A las madres se les enseña como reconocer cuando sus bebés tienen hambre y cuando están satisfechos.		
	No hay restricciones en la frecuencia y duración de la lactancia.		
Paso 9:	Los bebés no se alimentan con biberones ni chupones		
	A las madres se les enseña los riesgos de usar biberón.		
	A los bebés no se les da chupones ni pacificadores.		
Paso 10:	Se provee información sobre dónde buscar ayuda y apoyo con la lactancia/alimentación infantil después de retornar a su casa. Incluyendo al menos un recurso de apoyo (como en el hospital, comunidad, servicios de salud, grupos de apoyo y consejeros pares.).		
	El hospital trabaja para auspiciar o coordinar con los grupos de apoyo de madres y /otros servicios comunitarios que brindan atención y apoyo a la alimentación infantil.		
	Las madres reciben información acerca de cómo obtener ayuda para la alimentación de sus lactantes cuando son dados de alta (preferiblemente de 2 a 4 días después del alta y nuevamente a la semana siguiente.)		
El Código :	La policía prohíbe la promoción de los sucedáneos de la leche materna.		
	La política prohíbe la promoción de biberones, tetinas y chupones/chupones de distracción		
	La política prohíbe la distribución de muestras o regalos con sucedáneos de la leche materna, biberones o chupones o materiales de comercialización de estos productos a mujeres embarazadas o mujeres o miembros de sus familias..		
Atención amigable para la madre	Las políticas requieren prácticas amigables para la madre incluyendo: El estímulo a las mujeres para que tengan un trabajo de parto y parto acompañadas por la persona de su elección.		
	Aliento a la mujer para que camine y se movilice durante el trabajo de parto si desea, y asumir la posición de su elección para dar a luz, a no ser que hubiera restricción médica y la razón se explico a la madre.		
	No usar procedimientos invasivos como la ruptura de membranas, episiotomías, aceleración, o inducción del trabajo de parto, cesárea, o parto instrumental, a no ser que hubiera una complicación y la razón se explique a la madre		
	Se alienta a la mujer a considerar el uso de métodos no medicamentosos para calmar el dolor a no ser que los analgésicos y anestésicos debido a la complicación, respetando la preferencia personal de la mujer.		
VIH*	Todas las madres infectadas con el VIH reciben consejería, en VIH reciben consejería, incluyendo la información acerca del riesgo y los beneficios de varias opciones de alimentación y guía específica en la elección de lo que es mejor en estas circunstancias.		
	El personal que brinda apoyo a las mujeres infectadas con el VIH reciben capacitación en el VIH y alimentación infantil		

*** El contenido relacionado con el VIH en la política debe ser evaluada solo si las autoridades han tomado la decisión que la IHAN debe incluir los criterios del VIH.**

Políticas para actividad

Note que estas políticas pueden tener áreas que pueden mejorar, no son ejemplos de políticas aceptables de la IHAN.

EJEMPLO A para Análisis POLÍTICA DE LACTANCIA DE HOSPITAL FELIZ

Objetivos

1. Para incrementar la incidencia y duración de la lactancia.
2. Para ayudar a las madres y lactantes a lograr la lactancia exclusiva mediante la enseñanza, eliminando las sugerencias contradictorias, implementando las prácticas que conduzcan al éxito de la lactancia.

POLÍTICA

PERIODO PRENATAL

El personal debe comprometerse con la promoción de la lactancia, y deben hacer lo posible para incrementar la confianza de la mujer en su habilidad de amamantar.

En la primera visita prenatal:

- (a) Realizar un examen minucioso de mamas.
- (b) Elegirá el método de alimentación, si no ha decidido aún alentar la lactancia.
- (c) Dar información escrita que describa los beneficios y el manejo de la lactancia.

SALA DE PARTO

Poner al bebé al pecho tan pronto como sea posible después del nacimiento, preferiblemente en la media hora puesto que la succione es más fuerte en la primera hora después de nacido. Una enfermera debe presenciar la primera alimentación para ofrecer la instrucción en la técnica correcta y posición.

SALAS DE PUERPERIO

Alimentación a demanda –No debe existir límite en el máximo número de alimentaciones, pero un recién nacido debe amamantar por lo menos 5/6 veces en un período de 24-horas, con intervalos no mayores a cinco horas.

Práctica de alojamiento conjunto.

Evitar las rutinas rígidas- no despertar al bebé para el baño/peso/temperatura entre alimentaciones. Aconseje a la madre a llamar a un miembro del personal cuando el bebé despierte para que el personal cumpla con estas tareas.

La eficiente comunicación entre la madre y las matronas o el personal de la maternidad en los cambios de turno es esencial para garantizar la consistencia del enfoque y orientación.

Documentar las alimentaciones como sigue – alimentaciones largas buenas, cortas buenas, pobres

No dar biberones ni chupones o chupones de distracción, a bebés que están amamantando mientras se establece la lactancia.

Todas las madres necesitan aprender, mientras están en el hospital, cómo extraerse y almacenarse la leche humana.

ALTA

Dar información sobre grupos de apoyo comunitarios, basados en grupos de apoyo, clínicas comunales, y la disponibilidad de clínicas de seguimiento.

EJEMPLO B para el Análisis

Note que estas políticas pueden tener áreas que pueden mejorar. No son ejemplos de políticas aceptables para la IHAN.

POLÍTICA DE LACTANCIA DEL HOSPITAL CON ATENCIÓN DE CALIDAD

El personal del Hospital con Atención de Calidad está comprometido con la Protección, Promoción y Apoyo de la Lactancia porque la lactancia es importante para la madre y el niño. Esta política nos ayudara a proveer información efectiva y consistente y apoyo a la mujer embarazada, madres y sus familias. La adherencia a los Diez Pasos para una Lactancia Exitosa (OMS/UNICEF) y la adherencia al Código internacional de Comercialización de los Sucedáneos de la Leche Materna (1981) y sus resoluciones subsecuentes son la base de nuestras prácticas.

1. Todo el personal recibirá orientación en nuestra política de lactancia y su role cuando se une al hospital.
2. La capacitación de un mínimo de 18 horas en el manejo de lactancia es obligatoria para todo el personal que atiende a las embarazadas, lactantes y niños pequeños. El nuevo personal se beneficiara con la oportunidad de capacitarse en los 6 meses de su ingreso. Los cursos de actualización se ofrecen de rutina.
3. Las matronas deben debatir la importancia y el manejo básico de la lactancia en el periodo prenatal y registrar esta discusión en el registro de la mujer.
4. En los 30 minutos del parto, todas las madres, independientemente de su elección de alimentación tendera a sus bebés en contacto piel a piel por al menos 30 minutos. El apego piel a piel puede ser efectuado por un miembro de la familia cuando la madre no está en condiciones de hacerlo. Se alentara el apego en la sala de puerperio o en la sala de cuidados intensivos cuando la madre/bebé estén estables.
5. Todas las madres recibirán ayuda para iniciar la lactancia durante los 30 minutos del parto. Mayor asistencia se ofrecerá en las 6 horas siguientes, por una matrona para apoyar a la madre en la posición y el agarre del bebé al pecho.
6. El alojamiento conjunto es una política del hospital y a no ser que estuviera indicado por un razón médica/clínica la madre no debe separarse de su recién nacido. Si la separación es necesaria, se debe alentar y mantener la lactancia.
7. La alimentación guiada por el bebé, será practicada por todos los bebés, aunque durante los primeros días el bebé deberá ser despertado para evitar que se congestionen los pechos de la madre. Cuando el bebé ha terminado de alimentarse en un pecho, el segundo será ofrecido.
8. Las madres que están amamantando recibirán orientación de las matronas para extraerse la leche manualmente y por bomba si es necesario.
9. Los suplementos se darán solo en caso necesario. Toda alimentación suplementaria /líquidos, serán registrados en el registro o historia clínica del bebé y la razón que justifique la administración. Toda alimentación suplementaria será administrada con vaso o sonda naso gástrica.
10. No se dan chupones/biberones/chupones de distracción mientras se establece la lactancia.
11. No se hace propaganda de sucedáneos eche, biberones, chupones y chupones de distracción. Las madres que optan por la alimentación de sustitución recibirán instrucciones individuales sobre la preparación de leches antes de su alta.
12. Antes del alta, los servicios de apoyo disponibles en la comunidad serán considerándose.

Toda desviación de esta política respecto a la atención debe estar registrada en la historia clínica de la madre y el bebé, con el día, la hora, y la firma del personal responsable.

Cumplimiento con la política de lactancia será sujeto de auditoría por la Oficina de Calidad por lo menos una vez al año.

Fecha del edicto:

Fecha de Revisión de la Política

Actividad opcional– Planificando el cambio

Como la planificación puede ayudar al cambio⁷⁰ al menos 30 minutos

- Si el cambio está planificado en una forma sistemática, es más probable que rinda frutos. El plan ayuda a focalizar el proyecto, sus actividades para alcanzar el objetivo. Un cronograma ayudará a mover el proyecto. Puede ayudar a definir el presupuesto y obtener fondos.
- Existen muchos sistemas diferentes para ayudar la planificación la mayoría son similares y solo se denominan de manera diferente.
- *Muestre la Diapositiva 15/1-15/5 para cada paso de la planificación y leer en voz alta*

¿Dónde estamos ahora? Diapositiva 15/1

- El Instrumento de Autoevaluación ayudara a responder esta pregunta. Mencionar las barreras o dificultades para el Trabajador de Salud, o familias para llevar a cabo las prácticas apropiadas. Hacer un registro de las actividades que van bien y de las que necesitan refuerzo.

¿Dónde queremos estar? Diapositiva 15/2

- Este Paso involucra definir sus metas y objetivos. Defina un objetivo específico, medible, relevante, alcanzable, y en un plazo de tiempo. (objetivos SMART)
- Si el objetivo es muy fácil, las personas pueden simplemente sentarse y no hacer nada, porque habrán cumplido de todas maneras. Si es muy difícil o el objetivo les parece irrelevante, las personas pueden levantar las manos y ni intentar. El objetivo debe ser realista, alcanzable y en un plazo.

¿Cómo llegaremos donde queremos estar? Diapositiva 15/3

- Cuando se ha decidido cuales serán los objetivos, se necesitara decidir las mejores actividades para alcanzar estos objetivos. Se pueden realizar muchas actividades. Lo que se escoja dependerá de las necesidades, los recursos disponibles, y la capacidad para implementar y sostener los cambios. No existe una actividad óptima exclusiva para cada escenario.
- Es importante asignar a cada objetivo o acción un responsable de supervisar el cumplimiento. Los objetivos más grandes, pueden fraccionarse en objetivos más pequeños, y dividirse entre un número de gente. Una sola persona no puede hacer todo.
- Defina un periodo requerido para cumplir sus objetivos. Puede ayudar si los divide en unas cuantas semanas. El objetivo que tiene un año para su realización generalmente se hace al final del año.
- Planifique las formas de involucrar, al personal, familias, líderes comunitarios para definir y cumplir los goles.

⁷⁰ Originalmente desarrollado por Genevieve Becker, usado con permiso en la Sesión15, Sosteniendo las Prácticas, en el *Curso de Consejería de Alimentación Complementaria*. OMS/UNICEF 2004.

- Cuando se está trabajando en este Paso, también considerar que recursos se necesitan para llevar a cabo las acciones.

¿Cómo sabremos que vamos en la dirección correcta? Diapositiva 15/4

- ¿Está yendo en la dirección correcta? ¿Ha alcanzado su objetivo o meta? Si sus objetivos y actividades son específicos y medibles, es fácil saber si los ha logrado.
- Este Paso se llama monitoreo y evaluación. El monitoreo puede realizarse durante el proyecto o actividad para verificar si la actividad va en la dirección correcta. La evaluación se realizara cuando se termine el proyecto para medir la efectividad de la actividad. Sin embargo, aquello que se medirá necesita decidirse en la planificación no cuando el proyecto hubiera concluido.

¿Cómo se sostiene la practica? Diapositiva 15/5

- La palabra “sostener” significa mantener algo en el futuro. Las prácticas sostenidas se alcanzan haciendo que las nuevas prácticas sean parte del servicio regular, antes que actividades especiales, que solo funcionan por un corto tiempo.
- En su plan, trate de encontrar formas de conectar cada actividad nueva a una existente. Generalmente es más fácil expandir una actividad existente que iniciar una nueva.

- *Considerar el Plan de muestra. Remarcar cada uno de los Pasos de la planificación.*

Una actividad adicional será hacer un plan específico para una acción escogida por los participantes. Desarrollar un plan detallado puede tomar una hora dependiendo de la práctica que quiere implementarse.

Proyecto de Desarrollo de un Plan de Acción para la IHAN⁷¹

Alojamiento conjunto **Ejemplo**⁷²

Objetivo: Incrementar el número de madres y sus bebés en alojamiento conjunto las 24 hrs

¿Dónde estamos ahora? ¿Cuál es la situación actual?

La auditoría en el alojamiento conjunto realizada en (fecha) _____ mostró:

- ___ %de madres y bebés permanecieron juntos las 24 horas del día.
- ___ % de madres y bebés permanecieron juntos durante el día pero no de noche
- ___ % de madres y bebés no permanecieron juntos las 24 horas del día por indicación medica
- ___ %iniciaron el alojamiento conjunto inmediatamente después de un parto normal
- ___ % de cesáreas que iniciaron el alojamiento conjunto en la media hora después de ser capaz de responder a su bebé.

¿Como quisiéramos cambiar esta situación? ¿Cuál es nuestro objetivo o meta?

En (fecha) _____, la auditoría en alojamiento conjunto mostrara:

- ___ %de madres y bebés permanecieron juntos las 24 horas del día.
- ___ % de madres y bebés permanecieron juntos durante el día pero no de noche
- ___ % de madres y bebés no permanecieron juntos las 24 horas del día por indicación medica
- ___ %iniciaron el alojamiento conjunto inmediatamente después de un parto normal
- ___ % de cesáreas que iniciaron el alojamiento conjunto en la media hora después de ser capaz de responder a su bebé.

Si alguna madre y su bebé fueron separados durante las 24 horas, ser registrar en _____ con la razón específica para el *alejamiento conjunto*

Este registro se revisará cada 3 meses para ver si existen factores contribuyentes para el *alejamiento* que podrían considerarse.

¿Cómo conseguiremos nuestro objetivo? (Método)

Acción	Persona (s) Responsable	Fecha de Inicio y fecha del Final
Todo el personal , profesional y auxiliar, será informado respecto a que el alojamiento conjunto es la política estándar para todas las madres mediante una circular.		
Todo el personal será capacitado en las razones de por que la práctica es apropiada en sus áreas de responsabilidad, mediante la asistencia a una sesión de 20 minutos en sala.		
El personal relevante será capacitado para ayudar a las madres a calmar a sus bebés, y para explicar la importancia del alojamiento conjunto para el bebé/padres. El personal será educado mediante una sesión de 20-minutos en la sala y el tema será abordado en el curso de 20 horas.		
Las clases prenatales y otras fuentes de información explicaran a los padres la importancia del alojamiento conjunto y que es política del hospital.		

⁷¹ Utilizado con permiso de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño en Irlanda.

⁷² Este Plan de Acción focaliza el alojamiento conjunto. Otros Planes se harán para otras prácticas/Pasos que necesitan atención.

La madre y su bebé que no están en alojamiento conjunto por indicación médica o a pedido de la madre serán registrados en _____ incluyendo la razón. El completar este registro será objeto de revisión semana en el primer mes del proyecto su no cumplimiento será considerado		
Este registro será analizado al final de (un mes desde el inicio) y cada 3 meses después para ver si existen factores que contribuyen al <i>alejamiento conjunto</i> que deben considerarse. (la consideración será objeto de otro plan separado.)		
La (persona designada) realizará una auditoria del alojamiento conjunto una vez por mes, al azar en los próximos 4 meses. El resultado de esta auditoría será registrado en _____ y publicado en la estación de enfermería de la sala.		

¿Cómo sabremos que vamos en la dirección correcta? (Evaluación)

En (fecha, tal vez 4 meses del comienzo), la auditoria mensual al azar mostrará un incremento en el alojamiento conjunto de acuerdo a los objetivos citados

Durante una semana (fecha de 4 meses del inicio), mayores datos permitirán elaborar una estadística considerando el grado de información recolectada sobre el alojamiento conjunto y cuan pronto comienza de acuerdo al plan. La recolección de estos datos es responsabilidad de _____

El registro de *alejamiento conjunto* será llenado en el momento, tiempo y duración, y la razón
Una lista de las razones para el *alejamiento conjunto* y el número de veces será registrado por _____

Una muestra de madres (todas las madres en una semana- fecha) llenará un pequeño formulario respecto a sus experiencias de alojamiento conjunto. La persona responsable de diseñar el formulario es _____, quien revisara los formularios llenados _____ y el análisis e informe de los hallazgos _____.

¿Cómo se sostendrá la práctica? (Sostenibilidad)

El cumplimiento con el alojamiento conjunto se auditará una vez por mes al azar por (persona) _____ y los resultados se registrarán en _____ y publicados en la sala.

Las razones para el *alejamiento* se registrarán en _____ y revisadas tri - mensualmente para analizar los factores que contribuyen y deben abordarse. Responsable _____

La explicación de la importancia del alojamiento a las madres durante el prenatal

individualmente (no solo en clases) Responsable _____

Orientación al nuevo personal en la práctica de alojamiento conjunto: Responsable _____

Presupuesto (Que recursos se necesitan para implementar la acción?)

Equipamiento: camas grandes, si son angostas o cunas

Personal: inicial –personal de sustitución para quienes acuden a la capacitación; personal a ½ día por semana por x semanas para un coordinador de proyecto u otra persona para educar al persona (depende del numero de personal que debe capacitarse), desarrollar un método de registro y proyecto de evaluación.

Continuo - 15 minutos por mes para las personas que contabilizan el numero de *alejamientos*;

1 hora por mes para monitorizar si la mejora se sostiene y capacitar al nuevo personal

Puede necesitar personal de prenatal adicional para asegurar que se aborda el tema con todas las mujeres.

Fotocopias/material impreso

Responsabilidad general: _____

Fecha de Inicio:

Fecha de logro del Objetivo:

SESIÓN DE CLAUSURA

Tiempo de la Sesión:

La longitud de la clausura dependerá si alguna persona invitada dará un discurso y si se entregaran los certificados de asistencia.

Si no hay persona invitada, la clausura durara 15 minutos.

Preparación de la Sesión:

- Si entregarán certificados de asistencia, asegúrese que estén listos.
- Hacer una lista de personas a las que se debe agradecer
- Recordar a los participantes antes de esta Sesión que complete los formularios de evaluación del curso.
- Averigüe si existen planes de seguimiento del curso, coordine otros cursos, evaluación y otras actividades.

Contenido de la Sesión:

- Gracias por participar y compartir sus experiencias, sus pensamientos y sus ideas durante este curso.

Los puntos clave de este curso son:

La Lactancia es importante para la madre y el bebé

La mayoría de las madres y los bebés pueden amamantarse

Las madres y bebés que no están amamantando reciben cuidado especial

Las practicas del hospital pueden favorecer (o perjudicar) las prácticas amigables para la madre

La Implementación de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño ayuda a que las prácticas buenas funcionen

- *Pregunte si existen dudas en la información del curso.*
- Espero que su participación en este curso hubiera incrementado su conocimiento, habilidad y confianza para apoyar a las madres. Cuando vuelvan a su trabajo podrán proveer de información consistente y de prácticas adecuadas a todo el personal de su establecimiento
- *Considerar los planes de seguimiento del curso y las actividades continuas.*
- *Agradecer a las personas como a los organizadores.*
- *Entregar certificados.*

PRÁCTICA CLÍNICA 1– OBSERVAR Y AYUDAR AL AMAMANTAMIENTO

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta Sesión, los participantes serán capaces de:

1. Observar la lactancia utilizando el Instrumento de Observación;
2. Ayudar a la madre a aprender la posición y el agarre de su bebé para lactar;
3. Utilizar las habilidades de comunicación para ayudar a la madre

Tiempo Total

120 minutos

No se incluye el tiempo de transporte al área de práctica clínica.

Materiales:

Instrumento de Observación de la Sesión 7 – dos copias para cada participante

Lista de las Habilidades de Comunicación de la Sesión 2 – una copia para cada participante

Preparación de la Práctica Clínica:

Este seguro de conocer el lugar donde se realizara la práctica clínica, donde debe llevar cada facilitador a su grupo. Si decide no hacerlo en la semana preparatoria, visite las salas o clínicas donde ira. Preséntese a los miembros del personal a cargo y asegúrese que ellos estén en conocimiento de la Sesión.

El tiempo de la Sesión no incluye tiempo de transporte al lugar de la sesión práctica. Debe considerarse este tiempo el momento de elaborar el horario. Aumente tiempo extra al horario si deben movilizarse dentro del edificio por alguna razón.

1. Explicar el contenido de la práctica clínica**20 minutos**

- Esta práctica clínica le dará la oportunidad para:
 - Practicar la evaluación de la lactancia con el Instrumento de Evaluación
 - Practicar sus habilidades de comunicación.
 - Ayudar a la madre a colocar su bebé al pecho y a tener un buen agarre para mamar.
- Trabajarán en grupos de cuatro con un facilitador para cada grupo. Para comenzar todo el grupo trabajará junto. Una persona habla con la madre, los otros miembros observan. Cuando todos sepan que hacer, ustedes podrán trabajar en pares mientras el facilitador observa.
- La matrona les dirá cuáles madres pueden ser entrevistadas y quienes tienen sus bebés en la sala.
- Un participante hablará con la madre:
 - Preséntese a la madre, pídale permiso para hablarle. Si no quiere ser observada, le agradece y busque a otra madre. Presente a su compañero/pequeño grupo, y explíquele que está interesada en la alimentación infantil.
 - Pida permiso para ver a su bebé mamar. Evite decir que quiere ver como ella está amamantando, le hará sentir nerviosa. Si el bebé está muy envuelto, pídale a la madre que le desenvuelva para que usted pueda ver.
 - Trate de encontrar una silla para sentarse, y si se permite, puede sentarse en la cama para estar al nivel de la madre.
 - Si el bebé está amamantando, pídale a la madre que continúe haciéndolo. Si no está amamantando, dígame a la madre que haga lo que siempre hizo. Si el bebé está listo para mamar, pídale permiso a la madre para observarles. Si el bebé no está interesado en amamantar, agradezca a la madre y busque otra.
 - Antes o después de la mamada, pregúntele a la madre respecto a como está, como está su bebé, como le va con la alimentación, para iniciar la conversación. Alentar a la madre a hablar de ella y su bebé. Practicar todas las habilidades de escuchar y aprender.
 - Recuerde alabar a la madre las cosas que hace bien y ofrecer información escasa pero relevante si es apropiado.
- El compañero o resto del grupo (de los cuatro) observarán:
 - Párese silenciosamente atrás. Trate de pasar desapercibido en lo posible. No comente o hable con los otros facilitadores.
 - Haga observaciones *generales* de la madre y el bebé. Noten por ejemplo si se ve feliz, si tiene una lata de leche o un biberón cerca?
 - Haga observaciones *generales* sobre la conversación entre la madre y el participante. Note por ejemplo quien habla más, si el participante hace preguntas abiertas, si la madre habla libremente, y si disfruta la conversación.
 - Haga observaciones *específicas* sobre las habilidades de comunicación del participante, si se ayuda con la comunicación no verbal, si usa o no palabras que juzgan, si se hacen preguntas cerradas que hacen que la madre responda 'Si' y 'no'.

- Cuando observa una mamada
 - Quédese quieto mirando a la madre y el bebé mientras amamanta.
 - Mientras observe, llene el instrumento de Observación. Explique a la madre que está utilizando una ayuda memoria para recordar las nuevas prácticas que está aprendiendo.
 - Marcar al lado de cada signo que usted observe
 - Bajo las ‘Notas’ al pie del formulario, escriba cualquier cosa que observe que parezca importante para la lactancia.
- Cuando ha terminado de observar a la madre
 - Agradézcale por el tiempo y su colaboración, y diga algo que le aliente y apoye.
 - Vaya con este grupo hacia otra sala o un área alejada para comentar sus observaciones.
 - Comente lo que notó acerca de la lactancia y de las habilidades de comunicación que el participante había usado.

Si la madre necesita ayuda

- Cuando una pareja encuentra a una madre que necesita ayuda para colocar al bebé al pecho, díglele al facilitador del grupo pequeño. Luego practique ayudando a la madre, mientras que su facilitador le observa y ayude si es necesario.
- Cuando una pareja termina de ayudar a la madre, si es necesario, se moverán a un lugar donde puedan conversar respecto a la práctica. El participante debe comentar su propia experiencia primero. Luego el facilitador puede alabar lo que se hizo, darles información relevante y sugiera los cambios que debe hacer la próxima vez que ayude a la madre.
- Antes de que deje la sala o clínica, díglele al personal, que ustedes sugirieron el cambio de posición y agarre para que el personal pueda hacer el seguimiento a estas madres.
- Cada participante debe hablar con al menos una madre y observar una mamada. No todas las madres necesitarán ayuda para la posición y el agarre de sus bebés.
- Mientras usted este en la clínica o la sala observe:
 - si hay alojamiento conjunto;
 - -si se les da o no fórmula o agua glucosada;
 - -si se usan biberones;
 - -la presencia o ausencia de propaganda de leche artificial
 - -si se admiten madres y bebés enfermos al hospital juntos;
 - -como se alimentan los bebés de bajo peso
- No comente sus observaciones, no muestre desacuerdo, mientras que en el establecimiento de salud, el facilitador pedirá a los participantes que comenten en privado, en el aula
- *Pregunte a los participantes si están seguros de lo que tienen que hacer, espere las preguntas. De la orientación para que lleguen al lugar de las practicas*

2. Conducir la práctica clínica

80 minutos

- *Para el facilitador de cada grupo pequeño:*
- Cuando lleguen al área de la práctica clínica:
 - Preséntese y presente a su grupo al personal del hospital a cargo.
 - Pregunte qué madres y bebés podrán ser entrevistadas y donde están.
 - Trate de encontrar a las madres y bebés que están amamantando o a un bebé que quiera mamar pronto. Si no es posible, hable con la madre y su bebé.
 - Recuerde alabar lo que las madres están haciendo bien y ofrezca un poco de información relevante si es apropiado
- Cuando los participantes encuentren a una madre que necesita ayuda con la posición y el agarre, observe al participante hablar con la madre y dé ayuda si es necesario.
- Cuando la participante hubiera terminado de hablar con la madre, lleve el grupo lejos de la madre y comente sus observaciones. Haga preguntas.
 - ¿Qué observaron en general en la madre y el bebé?
 - ¿Qué signos del Instrumento de observación advirtieron?
 - ¿Qué habilidades de comunicación observaron?
- Si la madre y el bebé muestran signos de buena o mala posición y agarre y los participantes no se dan cuenta, señalar.
- Antes que su grupo deje la clínica o sala, dígame a la persona que las madres han recibido sugerencias para la posición y agarre para que la persona pueda vigilar a estas madres.

3. Discusión de la práctica clínica

20 minutos

- *Todos los participantes retornan al aula para la discusión de la práctica.*

Pida a un participante de cada grupo a informar brevemente lo que aprendieron

- Pídale que comente:
 - su experiencia con el Instrumento de evaluación y la lista de Habilidades de comunicación.
 - Cualquier situación de la madre y el bebé de la que hubieran aprendido.Aliente a los participantes que refieran solo los puntos de interés especial no los detalles de cada madre.
- Los participantes pueden continuar sus habilidades observando y ayudando a las madres si las madres y el personal de la clínica lo permite. Aliente a los participantes a practicar en pares para que utilicen las habilidades de comunicación y puedan comentarlas con otros participantes
- Revise los puntos de la práctica clínica que le ayudarán a mejorar la próxima práctica.
- *Pregunte si hay dudas.*

PRÁCTICA CLÍNICA 2- HABLANDO CON LA EMBARAZADA

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta Sesión, los participantes serán capaces de:

1. Hablar con la embarazada respecto a cómo alimentar a su bebé;
2. Considerar con la embarazada las prácticas que le ayudarán a iniciar la lactancia;
3. Utilizar habilidades de comunicación para escuchar y aprender y construir la confianza de la madre

Tiempo total de la sesión: 60 minutos

El tiempo para el traslado al lugar de la práctica NO está incluido.

Materiales:

LA LISTA DE COMPROBACION DEL PRENATAL –una copia para cada uno (opcional)

Lista de las Habilidades de Comunicación de la Sesión 2 – una copia para cada participante

Rotafolio con las Habilidades de Comunicación de la Sesión 2

COMO ALIMENTAR CON TAZA O VASO A UN BEBÉ hoja didáctica de la Sesión 11

Preparación de la Práctica Clínica:

Asegúrese de conocer el lugar donde se realizara la práctica clínica, donde debe llevar cada facilitador a su grupo. Si decide no hacerlo en la semana preparatoria, visite las salas o clínicas donde ira. Preséntese a los miembros del personal a cargo y asegúrese que ellos estén en conocimiento de la Sesión.

El horario de la Sesión no incluye tiempo de transporte al lugar de la sesión práctica. Debe considerarse este tiempo el momento de elaborar el horario. Aumente tiempo extra al horario si deben movilizarse dentro del edificio por alguna razón.

.

1. Explique la práctica clínica**10 minutos**

- Está práctica clínica le da la oportunidad de:
 - Hablar con la mujer embarazada acerca de las opciones de alimentación;
 - Considerar con la embarazadas las practicas que le ayudaran a establecer la lactancia como el apego precoz piel a piel, alojamiento conjunto, lactancia a demanda, lactancia exclusiva sin suplementos ni biberones o chupones
 - Utilizar sus habilidades de comunicación de escuchar y aprender, y construir su confianza.
- Trabajarán en grupos de 4 con el facilitador en cada grupo. Para comenzar todo el grupo trabaja junto. Se turnarán para hablar con la embarazada y el resto observara. Cuando todos sepan que hacer, deben trabajar en pares, los facilitadores circulan.
- Un participante en cada grupo pequeño hablara con la madre
 - Presente a su compañero/pequeño grupo, y explíquelo que está interesada en la alimentación infantil.
 - Trate de encontrar una silla o taburete para sentarse
 - Hágale una pregunta abierta a la mujer embarazada , tal como “¿Qué piensa de la alimentación de su bebé?” o “¿Que sabe de la lactancia?” para iniciar la conversación
 - Aliente a la madre a hablar usando sus habilidades de comunicación. *Referirse a la Lista de Habilidades de comunicación.* Practique utilizando tantas habilidades como pueda.
 - Si la mujer sabe mucho de lactancia, puede reconocer y alabarle. No necesita darle la información que ya conoce.
 - Proveer de la información de una manera que es fácil comprender. Incluir la importancia de la lactancia para la mujer así como para el bebé y alguna información de porqué se recomiendan algunas prácticas.
 - Ofrecer las oportunidades para que la mujer haga preguntas o analice la información acerca de sus experiencias previas si la mujer ya tiene hijos.
 - Recuerde alabar la práctica de la mujer si está bien, y ofrezca información relevante si es apropiado.
- Si la mujer embarazada le dice que no amamantara porque tiene una enfermedad NO pregunte que enfermedad. No necesita conocer sus detalles personales. Puede preguntarle si alguien le hablo sobre la alimentación con sucedáneos.
- *Pregunte si los participantes saben donde referir a la madre si se requiere consejería en alimentación infantil.*

- El resto del grupo pequeño observe:
 - Párese silenciosamente atrás. Trate de pasar desapercibido en lo posible. No comente o hable con los otros facilitadores.
 - Haga observaciones *generales* respecto a la conversación entre la embarazada y el participante. Note por ejemplo quien habla más, si el participante hace preguntas abiertas, si la embarazada habla libremente, y si disfruta la conversación?
 - Haga observaciones *específicas* sobre las habilidades de comunicación del participante, si se ayuda con la comunicación no verbal, si usa o no palabras que juzgan, si se hacen preguntas cerradas que hacen que la embarazada responda 'Si' y 'no'.
- Cuando ha terminado de conversar con la embarazada:
 - Agradézcale por el tiempo y su colaboración, y diga algo que le aliente y apoye.
 - Vaya con este grupo hacia otra sala o un área alejada para comentar sus observaciones.
 - Comente lo que notó acerca de la lactancia y de las habilidades de comunicación que el participante había usado.
- Cada participante debe hablar al menos con una embarazada.
- Mientras usted este en la clínica o la sala observe:
 - la presencia o ausencia de propaganda de leche artificial, muestras gratis, bolígrafos, equipamiento con propaganda de fórmula y otros
 - Pósters o trípticos para la madre con la importancia de la lactancia para la madre y como amamantar.
- No comente sus observaciones, no muestre desacuerdo, mientras que en el establecimiento de salud, el facilitador pedirá a los participantes que comenten en privado, en el aula.
- *Pregunte a los participantes si están seguros de lo que tienen que hacer, espere las preguntas. De la orientación para que lleguen al lugar de las practicas.*

2. Conduzca la práctica clínica

40 minutos

- *Para el facilitador de cada grupo pequeño:*
- Asegúrese que su grupo tenga la lista de Prenatal (si van a utilizarla) y la lista de Habilidades de Comunicación para practicar y/o para observar a los colegas.
- Cuando lleguen al área de la práctica clínica:
 - Preséntese y presente a su grupo al personal del hospital a cargo.
 - Pregunte que embarazadas pueden hablar con ellos y donde encontrarlas.
- Cuando la participante hubiera terminado de hablar con la embarazada, lleve el grupo lejos de la embarazada y comente sus observaciones. Haga preguntas:
 - ¿Qué habilidades de comunicación observaron?
 - ¿La información fue correcta y pertinente y en cantidad adecuada?

3. Discusión de la práctica clínica**10 minutos**

- *Todos los participantes retornan al aula para la discusión de la práctica.*

Pida a un participante de cada grupo a informar brevemente lo que aprendieron.

- Pídales que comenten:

- que problemas quisieron abordar las embarazadas cuando se les ofreció información;
- sus experiencias utilizando la lista de habilidades de comunicación, para hablar con la embarazada.

Aliente a los participantes que refieran solo los puntos de interés especial no los detalles de cada embarazada.

- Revise los puntos de la práctica clínica que le ayudaran a mejorar la próxima práctica.

- *Pregunte si hay dudas.*

PRÁCTICA CLÍNICA 3 – OBSERVANDO LA EXTRACCIÓN MANUAL Y LA ALIMENTACIÓN EN VASO

Objetivos de la Sesión:

Al completar esta Sesión, los participantes serán capaces de:

1. Enseñar a la madre las habilidades de extracción manual de leche
2. Observe la demostración de la alimentación con vaso.

Duración de la Sesión:

- **60 minutos** para la extracción manual de leche
- **30 minutos** para la demostración de la alimentación con vaso

La duración de la Sesión no incluye el tiempo de transporte al área de práctica clínica

Añadir tiempo extra al horario si los participantes tienen que ir de un lugar a otro.

Materiales:

Lista de las Habilidades de Comunicación de la Sesión 2 – una copia para cada participante

EXTRACCION MANUAL DE LECHE hoja didáctica de Sesión 11– una copia para cada participante

COMO ALIMENTAR CON TAZA A UN BEBE hoja didáctica de la Sesión 11

Demostración de alimentación con vaso:

Un vaso pequeño y estéril y un paño pequeño para limpiar si se derrama la leche mientras se alimenta al bebé con vaso

Recuerde a los participantes a traer su hoja didáctica de Alimentando con vaso a un bebé de la Sesión anterior.

Preparación de la Práctica Clínica:

La práctica de la extracción manual de leche y la demostración de alimentación con vaso se pueden hacer por separado.

Busque una madre que acceda ir al aula con su bebé para la demostración de alimentación con vaso. Las madres pueden asistir a la clase de extracción manual para aprender.

Esta demostración puede hacerse en un consultorio externo, consulta de niño sano o las vacunas. Si el bebé es prematuro o enfermo, el grupo representa un riesgo de infección para el bebé. Encuentre a un bebé sano para demostrar la alimentación con taza o vaso/

Si la práctica se realizara en el hospital o la sala de puerperio, asegúrese de conocer el lugar y donde llevara cada facilitador a su grupo. Si no lo hizo en la semana antes, visite las salas o clínicas donde se harán las prácticas, preséntese al personal de salud, y cerciórese que estén preparados para la Sesión.

Si es necesario asegúrese de que exista un lugar con privacidad para extraerse /observar la extracción de leche.

Pregunte al personal de la sala o clínica que recipientes utilizan para la leche extraída que se le dará al bebé. Asegúrese que estén limpios y disponibles si la madre necesita. Realice la demostración de la alimentación con vaso en grupos pequeños para que cada uno observe y la madre ni el bebé se cansen.

1. Explicar la práctica clínica – extracción manual

5 minutos

Explicar las instrucciones a los participantes

- Esta práctica clínica le da la oportunidad de:
 - Ayudar a la madre a cómo extraerse la leche manualmente,
 - Practicar el uso de las habilidades de comunicación.
- *Brevemente revise los cuatro puntos claves de la extracción manual. Recuerde a los participantes que no importa la cantidad de leche que se obtenga ahora.*
- Cada grupo de cuatro se divide en parejas. Cada par trabaja por separado. Una persona habla con las madres, la otra observa. El facilitador circula entre los pares observando y ayudando según se requiera. Algunas madres tendrán pena de extraerse la leche delante del grupo
- Para comenzar:
 - Preséntese a la madre y pídale permiso para hablarle.
 - Presente a su compañero y explíquele que está interesada en aprender la extracción manual de leche.
- Pregunte a la madre respecto a cómo esta ella, cómo esta su bebé, cómo está yendo la lactancia, para iniciar la conversación. Alentar a la madre a hablar de ella y su bebé. Considere que la madre puede estar exprimiendo su leche por razones que no quiere compartir – no la obligue a dar explicaciones. Si el bebé está enfermo, muestre empatía, pero recuerde que no necesita conversar de ello con la madre. Practique las habilidades de escuchar y aprender.
- Pida a la madre que se extraiga la leche manualmente
 - Si se extrae la leche, pregúntele como lo hace. Deje que le muestre sin interrumpirla, mientras usted observa como lo hace. – no la interrumpa ni le diga que esta hacienda bien o mal. Aun aunque lo crea.
 - Si se siente bien extrayendo la leche, si baja la leche y está contenta con su técnica, alabar como lo hace, reforzar que la leche es lo mejor para su bebé, y le agradece para permitirle aprender.
 - Si la madre tiene dificultad extrayéndose la leche, haga un comentario positivo y pregúntele si usted le puede sugerir cómo hacerlo más fácilmente. Explique en palabras simples las razones de cada sugerencia, por ejemplo, si le ha sugerido que mueva sus dedos alrededor del pecho explíquele que hay leche en todas la áreas del pecho, y moviendo los dedos le ayuda a aflojar la leche de esas áreas
 - Si la madre no sabe de la extracción manual, pregúntele si puede usted decirle porque es importante extraerse la leche. Si está de acuerdo, explíquele algunas razones por las que la expresión manual puede serle útil. Luego pregunte si puede usted ayudarle a extraerse la leche
 - Trate de encontrar una silla o un taburete, para estar a la altura de la madre. Vea que la madre esté cómoda y si necesita privacidad

- La madre puede extraerse la leche en pequeñas cantidades para mostrar como lo hace o si puede extraerse más leche para alimentar a su bebé regularmente. Si la madre está dando su leche al bebé, necesita lavarse las manos y preparar un recipiente limpio para la leche.
- La primera vez que una pareja de participantes encuentre a una madre que necesite ayuda con la extracción de leche, pídale a la madre permiso para que el facilitador acuda. El participante ayuda a la madre a aprender como extraerse la leche, el facilitador observa y ayuda si es necesario
- La pareja observará:
 - Párese silenciosamente atrás. Trate de pasar desapercibido en lo posible. No comente.
 - Haga observaciones *generales* sobre la extracción manual – la madre parece cómoda o le duele, fluye la leche. Puede utilizar la ayuda memoria de la extracción manual de leche para ayudarle a recordar los puntos clave.
 - Haga observaciones *generales* sobre la conversación entre la madre y el participante. Note por ejemplo: quien habla más, si el participante hace preguntas abiertas, si la madre habla libremente, y si disfruta la conversación o si encuentra difícil hablar.
 - Haga observaciones *específicas* sobre las habilidades de comunicación del participante, si se ayuda con la comunicación no verbal, si usa o no palabras que juzgan, si se hacen preguntas cerradas que hacen que la madre responda 'Si' y 'no'.
- Cuando hubiera terminado de observar a la madre:
 - Agradezca a la madre por su tiempo y alabe a la madre y apóyela.
 - Vaya con su pareja a otra sala, lejos de las madres para compartir sus observaciones.
 - Hable con su facilitador, sobre lo que advirtió de la extracción manual y que ha notado acerca de las habilidades de comunicación que el participante ha utilizado
- Cada participante observará al menos a una madre extrayéndose la leche. No todas necesitaran ayuda para la extracción manual.
- Mientras usted está en la sala /clínica observe
 - si hay alojamiento conjunto;
 - la presencia o ausencia de bombas de extracción;⁷³
 - como se guarda la leche, para alimentación posterior para el bebé en cuidados especiales;
 - como los bebés de bajo peso o enfermos se alimentan si no pueden amamantar.
- No comente sus observaciones, no muestre desacuerdo, mientras que en el establecimiento de salud, el facilitador pedirá a los participantes que comenten en privado, en el aula
- *Pregunte a los participantes si están seguros de lo que tienen que hacer, espere las preguntas. De la orientación para que lleguen al lugar de las practica.*

⁷³ Las bombas de extracción no son imprescindibles para extraerse la leche. Si usted no ve las bombas en la sala, esto indica que el personal es capaz de ayudar a las madres como extraerse la leche, lo cual es una práctica positiva

2. Conducir la práctica clínica – expresión manual**45 minutos*****Instrucciones para el facilitador de cada grupo pequeño:***

- Cuando lleguen al área de la práctica clínica:
 - Preséntese y presente a su grupo al personal del hospital a cargo.
 - Pregunte qué madres y bebés podrán ser entrevistadas y donde están.
 - Pregunte si le permitirían ayudar a una madre que tuviera problemas con la lactancia o si necesitan preguntar a la madre antes de ayudar.
 - Recuerde alabar a la madre y señalar lo que hace bien, y ofrecer ayuda e información pertinente si es apropiado.
- Las madres necesitarán un recipiente para la leche, una toalla pequeña o paño de algodón para limpiarse o si van a utilizar la leche, un recipiente limpio. La madre debe lavarse las manos antes.
- Circule entre los grupos de pares. Observe sus habilidades de comunicación, y cómo le ayudan a la madre a aprender. Si se necesita puede demostrar a la pareja de participantes, si la madre quiere.
- Cuando el par de participantes hubiera concluido hablar con la madre, llévese el grupo fuera de la sala y comente sus observaciones. Pregúnteles
 - ¿Qué observaron en general acerca de la madre y el bebé?
 - ¿Qué signos de Extracción Manual de la leche pudieron observar?
 - ¿Qué tipo de habilidades de comunicación pudieron observar?
- Permita a los participantes comentar su propia percepción primero. Luego refuerce lo que hicieron bien y ofrezca información relevante y sugiera cambios que pueden realizarse la próxima vez que ayuden a una madre
- Si la madre tiene buenas técnicas de extracción manual que los participantes no vieron señale estas.

3. Discusión de la práctica clínica – extracción manual**10 minutos**

- *Todos los participantes retornan al aula para la discusión de la práctica.*

Pida a un participante de cada grupo a informar brevemente lo que aprendieron.

- Pídale que comente:
 - Cualquier situación especial de las madres y bebés y que aprendieron de esta situación con respecto a la extracción manual y darle la leche extraída al bebé.
 - sus experiencias utilizando la lista de habilidades de comunicación.
 Debido al límite de tiempo los participantes deben referir solo los puntos de interés especial no los detalles de cada Madre y su bebé.
- Los participantes pueden continuar la práctica de sus habilidades de observar y ayudar a las madres en todo momento, si esto es aceptable para las madres, y para la sala del hospital donde están haciendo sus prácticas. Aliente a los participantes a trabajar en pares donde cada uno observe las habilidades utilizadas y discutir las después con el compañero.
- Revise los puntos de la práctica clínica que le ayudarán a mejorar la próxima práctica.
- *Pregunte si hay dudas.*

4. Práctica clínica– alimentación con vaso, demostración⁷⁴ 30 minutos

- La mayoría de los bebés son capaces de mamar del pecho y no necesitan alimentarse con vaso. El trabajador de salud necesita saber las bases técnicas de cómo alimentar con vaso/taza para que sepan cómo funciona.
- No todas las madres necesitan saber cómo alimentar al bebé con taza/vaso. No enseñaremos esta práctica a todas las madres. Ver la demostración de alimentación con taza/vaso para que sepa cómo funciona.⁷⁵
- *Revisión de los puntos principales de alimentación con taza/vaso de la Sesión 11.*

Instrucciones para el facilitador

- Haga la Demostración en grupos pequeños para que cada uno vea y evite abrumar a la madre y el bebé.
- Pregunte a la madre si puede hacer la demostración de alimentación con vaso a su bebé. Puede ser un bebé que ya esté recibiendo leche extraída o leche de sustitución en vaso o la madre quiere aprender cómo se hace.
- Use preguntas abiertas para averiguar cómo está la madre y cómo esta alimentándose el bebé. Explique a la madre porque la alimentación con vaso se necesita algunas veces.
- Demuestre al grupo cómo dar alimentación con vaso. Cuando termine pregunte a la madre qué pensó acerca de alimentar con vaso. Responda las preguntas que podría tener la madre acerca de la alimentación con vaso.
- Retírese con los participantes para comentar lo que observaron los participantes y aprendieron acerca de la alimentación en vaso.
- Revise los puntos de la práctica clínica que le ayudaran a mejorar la próxima práctica.
- *Pregunte si hay dudas.*

⁷⁴ Si el bebé es pre término o enfermo, el grupo es un riesgo de infección para el bebé. Trate encontrar un bebé sano para la demostración en vaso.

⁷⁵ La práctica clínica adicional puede ser organizada para dar la oportunidad a los participantes de practicar enseñar a las madres la habilidad de alimentar con taza/vaso. Esta habilidad se explica en más detalle en *VIH y Alimentación Infantil: curso de capacitación*, puesto que la alimentación con taza es una habilidad que la madre debe aprender para dar la leche de sustitución al bebé.

Anexo 1:



Razones médicas aceptables para el uso de sucedáneos de leche materna



Prefacio

En 1992 la OMS y UNICEF desarrollaron una lista de razones médicas aceptables para el uso de sustitutos de la leche materna, como anexo al paquete de herramientas de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño (IHAN).

La OMS y UNICEF acordaron actualizar la lista de razones médicas considerando las pruebas científicas que surgieron desde 1992 y el hecho de que se estaba actualizando el paquete de la IHAN. El proceso fue liderado por los departamentos de Salud y Desarrollo del Niño y del Adolescente (CAH) y Nutrición para la Salud y el Desarrollo (NHD) de la OMS. En 2005, una lista actualizada en borrador fue compartida con revisores de los materiales IHAN, y en septiembre 2007 la OMS invitó a un grupo de expertos en varios campos y provenientes de todas las regiones de la OMS a participar en una red virtual de revisión de la lista. El borrador de la lista fue compartido con todos los expertos que aceptaron participar. Varios borradores fueron preparados a partir de tres procesos relacionados: a) varias series de comentarios por los expertos, b) colección de revisiones técnicas y guías de orientación actualizadas de la OMS (ver la lista de referencias), y c) comentarios de otros departamentos de la OMS (MPS, Salud Mental, Medicamentos Esenciales) en general y en temas específicos o a raíz de preguntas específicas por los expertos.

La OMS no disponía de revisiones técnicas o guías orientadoras en un número limitado de temas. En estos casos, se identificaron pruebas en consulta con los departamentos correspondientes de la OMS o los expertos externos en el área específica. En particular, se utilizaron las siguientes fuentes de datos para medicación materna y lactancia materna - LactMed (un sitio web de la Biblioteca Medica de los Estados Unidos de America), - el sitio web es actualizado mensualmente y proporciona varias referencias, y para uso de sustancias - una revisión de las pruebas científicas del Departamento de Salud de Gales Norte-Sur (Australia). La lista final resultante fue compartida con revisores externos e internos para llegar a acuerdos y se presenta en este documento.

La lista de razones médicas aceptables para uso temporal o de largo plazo de sustitutos de la leche materna esta disponible tanto como una herramienta independiente para los profesionales en salud que trabajan con madres y recién nacidos, y como parte del paquete IHAN. Se espera que esta lista esté actualizada en 2012.

Reconocimientos

Esta lista fue desarrollada por los Departamentos de Salud y Desarrollo del Niño y del Adolescente y Nutrición para la Salud y el Desarrollo de la OMS en colaboración estrecha con UNICEF y los Departamentos Asegurando un Embarazo Seguro, Medicamentos Esenciales y Salud Mental y Abuso de Sustancias de la OMS. Los siguientes expertos contribuyeron a la elaboración de la lista actualizada: Philip Anderson, Colin Binns, Riccardo Davanzo, Ros Escott, Carol Kolar, Ruth Lawrence, Lida Lhotska, Audrey Naylor, Jairo Osorno, Marina Rea, Felicity Savage, María Asunción Silvestre, Tereza Toma, Fernando Vallone, Nancy Wight, Antony Williams y Elizabeta Zisovska. Todos ellos completaron la declaración de interés y ninguno identificó conflicto de interés.

Introducción

Casi todas las madres pueden amamantar exitosamente, esto incluye el inicio de la lactancia materna durante la primera hora, lactancia exclusiva durante los 6 meses y lactancia continuada (junto a la alimentación complementaria apropiada) hasta los 2 años de edad o mas.

La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida es particularmente beneficiosa para madres y lactantes.

Los efectos positivos de la lactancia materna en la salud de los niños y las madres han sido observados en todo lugar. La lactancia materna reduce el riesgo de infecciones tales como diarrea, neumonía, otitis, *Haemophilus influenza*, meningitis e infección urinaria (1). Protege también contra condiciones crónicas futuras tales como diabetes tipo I, colitis ulcerativa y enfermedad de Crohn. La lactancia materna durante la infancia se asocia con menor presión arterial media y colesterol sérico total, y con menor prevalencia de diabetes tipo 2, sobrepeso y obesidad durante la adolescencia y edad adulta (2). La lactancia materna retarda el retorno de la fertilidad de la mujer y reduce el riesgo de hemorragia post-parto, cáncer de mama premenopáusico y cáncer de ovario (3).

Sin embargo, un número pequeño de afecciones maternas y del recién nacido podría justificar la recomendación que no amamante o que introduzca los sucedáneos de manera temporal o permanente (4). Estas afecciones, que se relacionan a muy pocas madres y sus bebés, se mencionan a continuación, junto a otras condiciones maternas que, aunque serias, no son razones médicas para la suplementación o suspensión de la lactancia.

Cuando se considere la suspensión de la lactancia, el riesgo de hacerlo puede compararse con el riesgo que significa la presencia de cualquiera de las condiciones enumeradas a continuación.

AFECCIONES INFANTILES

Recién nacidos que no deben recibir leche materna ni otra leche excepto fórmula especializada

- Galactosemia clásica: se necesita una fórmula especial libre de galactosa;
- Enfermedad de orina en jarabe de arce: se necesita una fórmula especial libre de leucina, isoleucina y valina.
- Fenilcetonuria: se requiere una fórmula especial libre de fenilalanina (se permite amamantar con menor frecuencia, por un tiempo, con monitorización cuidadosa);

Recién nacidos para quienes la leche materna es la mejor opción de alimentación, pero que pueden requerir otros alimentos por un período limitado además de leche materna

- Muy bajo peso al nacer (nacen con menos de 1500g);
- Muy prematuros, (los que nacen con menos de 32 semanas de gestación)
- Recién nacidos con riesgo de hipoglicemia debido a una alteración en la adaptación metabólica, o incremento de la demanda de la glucosa, en particular aquellos que son pre término, pequeños para la edad gestacional o que experimentaron estrés significativo intraparto con hipoxia/isquemia, aquellos que están enfermos y aquellos cuyas madres son diabéticas (5) si la glicemia no responde a lactancia materna optima o alimentación con leche materna;

AFECCIONES MATERNAS

Madres afectadas por alguna de las condiciones mencionadas abajo deberían recibir tratamiento de acuerdo a guías estándar.

Madres que podrían requerir el evitar la lactancia

- Infección por VIH⁷⁶ – si la alimentación de sustitución es aceptable, factible, asequible, sostenible y segura (AFASS) (6).

Madres que podrían requerir el evitar la lactancia temporalmente

- Enfermedad grave que hace que la madre no pueda cuidar a su bebé, por ejemplo septicemia
- Herpes Simplex Tipo I (HSV-1): se debe evitar contacto directo entre las lesiones en el pecho materno y la boca del bebé hasta que toda lesión activa haya sido resuelta
- Medicación materna:
 - medicamentos psicoterapéuticos sedativos, antiepilépticos, opioides y sus combinaciones pueden causar efectos colaterales tales como mareo y depresión respiratoria, tales medicaciones deben evitarse si existen alternativas más seguras disponibles (7);
 - es recomendable evitar el uso de yodo radioactivo-131 debido a la existencia de nuevas opciones más seguras disponibles - la madre puede reiniciar la lactancia luego de dos meses de recibir esta sustancia;
 - el uso excesivo de yodo o yodóforos tópicos (yodo-povidone), especialmente en heridas abiertas o membranas mucosas, puede resultar en supresión tiroidea o anomalías electrolíticas en el bebé amamantado y deberían ser evitados;
 - la quimioterapia citotóxica requiere que la madre suspenda el amamantamiento durante la terapia.

Madres para quienes la lactancia no está contraindicada, aunque presentan condiciones médicas preocupantes

- Absceso mamario: el amamantamiento debería continuar con el lado no afectado; el amamantamiento con el pecho afectado puede reiniciarse una vez se ha iniciado el tratamiento (4);
- Hepatitis B – los lactantes deben recibir la vacuna de la hepatitis B, en las primeras 48 horas o apenas sea posible después (9);
- Hepatitis C;
- Mastitis – si la lactancia es muy dolorosa, debe extraerse la leche para evitar que progrese la afección⁸;
- Tuberculosis – la madre y el bebé debe ser manejados juntos de acuerdo a las guías nacionales de tuberculosis (10);
- Uso de sustancias⁷⁷ (11):
 - se ha demostrado efecto dañino en los bebés amamantados de madres que usan nicotina, alcohol, extasié, anfetaminas, cocaína y estimulantes relacionados;
 - el alcohol, opioides, benzodiacepinas y cannabis pueden causar sedación tanto en la madre como el bebé

Las madres deberían ser alentadas a no utilizar estas sustancias y tener oportunidad y apoyo para abstenerse.

⁷⁶ La opción más apropiada de alimentación infantil de una madre infectada con el VIH depende de las circunstancias individuales y su bebé, incluyendo su condición de salud, pero se debe considerar los servicios de salud disponibles y la consejería y apoyo que pueda recibir. Cuando la alimentación de reemplazo es aceptable, factible, asequible, sostenible y segura (AFASS), debe evitar toda lactancia. La madre infectada con el VIH debe evitar la lactancia mixta (o sea lactancia con otros alimentos, líquidos o fórmula) en los primeros 6 meses de vida.

⁷⁷ Las madres que eligen no suspender el uso de estas sustancias o no pueden hacerlo, deberían buscar apoyo individual sobre los riesgos y beneficios de la lactancia dependiendo de sus circunstancias individuales. Para las madres que utilizan sustancias por periodos cortos se debe considerar la suspensión temporal de la lactancia maternal durante ese tiempo.

Referencias

- (1) *Technical updates of the guidelines on Integrated Management of Childhood Illness (IMCI). Evidence and recommendations for further adaptations.* Geneva, World Health Organization, 2005.
- (2) *Evidence on the long-term effects of breastfeeding: systematic reviews and meta-analyses.* Geneva, World Health Organization, 2007.
- (3) León-Cava N et al. *Cuantificación de los beneficios de la lactancia materna: Reseña de la evidencia.* Washington, DC, Organización Panamericana de la Salud, 2002 (<http://www.paho.org/spanish/ad/fch/BOB-Main.htm>, acceso 4 diciembre 2008).
- (4) Resolución AMS39.28. Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño. En: *33a Asamblea Mundial de la Salud, Ginebra, 5–16 mayo 1986. Volumen 1. Resoluciones y documentos. Final.* Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1986 (WHA39/1986/REC/1), Anexo 6:122–135.
- (5) *Hypoglycaemia of the newborn: review of the literature.* Geneva, World Health Organization, 1997 (WHO/CHD/97.1; http://whqlibdoc.who.int/hq/1997/WHO_CHD_97.1.pdf, accessed 24 June 2008).
- (6) *VIH y alimentación infantil: actualización basada en la reunión consultiva técnica realizada en nombre del Equipo de Trabajo Interinstitucional (IATT) sobre la Prevención de la Transmisión del VIH en Embarazadas, Madre y Niños. Ginebra 25-27 de octubre de 2006. Ginebra, Organización Mundial de la Salud. 2008. on Prevention of HIV Infection in Pregnant Women, Mothers and their Infants, Geneva, 25–27 October 2006.* Geneva, World Health Organization, 2007 (http://whqlibdoc.who.int/publications/2008/9789243595962_spa.pdf acceso 4 diciembre 2008).
- (7) *Breastfeeding and maternal medication: recommendations for drugs in the Eleventh WHO Model List of Essential Drugs.* Geneva, World Health Organization, 2003.
- (8) *Mastitis: causas y manejo.* Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2000 (WHO/FCH/CAH/00.13; http://whqlibdoc.who.int/hq/2000/WHO_FCH_CAH_00.13_spa.pdf, acceso 4 diciembre 2008).
- (9) *Hepatitis B and breastfeeding.* Geneva, World Health Organization, 1996. (Update No. 22)
- (10) *Breastfeeding and Maternal tuberculosis.* Geneva, World Health Organization, 1998 (Update No. 23).
- (11) *Background papers to the national clinical guidelines for the management of drug use during pregnancy, birth and the early development years of the newborn.* Commissioned by the Ministerial Council on Drug Strategy under the Cost Shared Funding Model. NSW Department of Health, North Sydney, Australia, 2006.

Se puede encontrar mayor información en medicación materna y lactancia en el siguiente sitio web de la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos de América:

<http://toxnet.nlm.nih.gov/cgi-bin/sis/htmlgen?LACT>

[CIP, Copyright and disclaimer]

Para mayor información favor contactar:

Departamento de Salud y Desarrollo
del Niño y del Adolescente

cah@who.int

www.who.int/child_adolescent_health/en/

Departamento de Nutrición para la Salud y
el Desarrollo

nutrition@who.int

www.who.int/nutrition/en/

20 Avenida Appia,
1211 Ginebra 27, Suiza

Anexo 2 : Revisión de Conocimiento

Sesión 1 Revisión de Conocimiento

Un colega le pregunta para qué sirve el curso y cómo ayudará a las madres y sus bebés en el hospital. ¿Qué le responde usted?

Sesión 3 Revisión de Conocimiento

Cite dos ejemplos de porqué la lactancia es importante para el niño.

Cite dos ejemplos de porqué la lactancia es importante para la madre.

¿Que información necesita usted para con la embarazada que le ayudara a alimentar a su bebé?

¿Citar dos prácticas prenatales que son útiles para la lactancia y otras prácticas que son peligrosas.

Sesión 4 Revisión de Conocimiento – marque la respuesta Verdadero (V) o Falso (F)

6. Dar a las madres trípticos producidos por las compañías de leche materna que pueden afectar las prácticas de alimentación infantil	V	F
7. Los sucedáneos de la leche materna incluyen a la fórmula, tes, y jugos (así como otros productos)	V	F
8. El Código Internacional y la IHAN prohíben el uso de la fórmula para los recién nacidos en la sala de las maternidades	V	F
9. El trabajador de salud puede recibir cualquier publicación o materiales de las compañías siempre que no se comparta este material con las madres.	V	F
10. Las donaciones de fórmula deben entregarse a las madres en situaciones de emergencia.	V	F

Sesión 5 Revisión de Conocimiento

Elabore una lista con cuatro prácticas que pueden ayudar a la madre y su recién nacido a que su lactancia tenga un buen comienzo.

Citar tres formas de ayudar a la madre a dar el pecho.

Nombrar tres barreras posibles de contacto piel a piel y cómo vencer cada una.

-

Sesión 6 Revisión de Conocimiento

Describe a una madre primeriza como saber si su bebé tiene un buen agarre y una succión efectiva.

-

Sesión 7 Revisión de Conocimiento

¿Cuáles son los cuatro puntos clave que debe buscar cuando evalúa la posición del bebé?

Está viendo a Donella amamantar a su bebé de 4 días de edad. ¿Qué buscará para decirle que está amamantando bien?

Sesión 8 Revisión de Conocimiento

Citar tres razones de porque el alojamiento conjunto se recomienda como una práctica de rutina

Explique, como la haría a una madre, que quiere decir ‘alimentación a demanda’ o guiada por el bebé.

Hacer una lista de dificultades o riesgos por el uso de sucedáneos.

Sesión 9 Revisión de Conocimiento

Keiko le dice que piensa que no tiene suficiente leche. ¿Qué es lo primero que le dirá a Keiko? ¿Qué le preguntará para conocer si ella tiene verdaderamente una producción baja de leche?

Usted decide que el bebé de Ratna, Meena, no está tomando suficiente leche para satisfacer sus necesidades. ¿Qué puede hacer para ayudar a Ratna incrementar la cantidad de leche materna que su bebé recibe?

Sesión 10 Revisión de Conocimiento

Jacqueline tiene un bebé prematuro de 33-semanas en la sala de cuidados especiales. Es muy importante que el bebé reciba su leche materna. ¿Cómo puede ayudar a Jacqueline a que baje su leche? ¿Cómo le puede ayudar a colocar al bebé a su pecho luego de algunos días?

Yolo da a luz gemelas. Ella teme no tener suficiente leche para alimentar a dos bebés y que tendrá que darles leche artificial. ¿Qué es lo primero que le puede decir a Yolo para darle confianza? ¿Qué sugeriría para ayudar ayaco amamantar a sus bebés?

Sesión 11 Revisión de Conocimientos

Hacer una lista de cuatro razones de porque se recomienda que las madres aprendan a extraerse la leche manualmente

Hacer una lista de 4 razones por las que se prefiere alimentar con taza y no por otros medios cuando el bebé no puede amamantar

Sesión 12 Revisión de conocimiento

¿Que dificultades de lactancia le sugieren que necesita examinar los pechos y pezones de la madres?

Rosalía le dice que su pecho se hinchó cuando amamantó a su último bebé. Tiene miedo que le pase esto con el próximo bebé también. ¿Qué le diría usted si quiere ayudarle a prevenir la congestión mamaria?

Bola se queja porque sus pezones están muy adoloridos. Cuando usted le ve amamantar, ¿que buscará? ¿Qué puede hacer para ayudarla?

Describa la diferencia entre un conducto bloqueado, la mastitis no infecciosa y la mastitis infecciosa. ¿Cuál es el tratamiento más importante para estos padecimientos?

Sesión 13 Revisión de Conocimiento

Una mujer embarazada le dice a usted que no puede amamantar porque necesitaría alimentos especiales para ella que no puede costearse. ¿Qué le diría a ella para mostrarle que la lactancia es posible para ella?

Un colega le dice que la madre tendrá que dejar de amamantar porque necesita tomar un medicamento. ¿Qué puede responderle a esta colega?

Sesión 14 Revisión de Conocimientos

Cite tres fuentes de apoyo a las madres en su comunidad.

Cite dos razones de porque el apoyo de madre a madre es útil para las madres.

Cite dos razones de porque la lactancia es importante para el bebé mayor y la madre.

Sesión 15 Revisión de conocimiento

Enumere dos razones de por qué el hospital debe buscar una evaluación externa.

Explique, como lo haría con un colega, porqué lograr la nominación no es el final de proceso, explique la importancia del monitoreo continuo.

Para mayor información favor contactar:

Departamento de Nutrición para la Salud y el Desarrollo (NHD)
Organización Mundial de la Salud

20 Avenue Appia
1211 Ginebra 27

Suiza

Tel + 41 22 791 33 26

Fax + 41 22 791 41 59

Sitio Web: <http://www.who.int/nutrition>

UNICEF

Sección de Nutrición - División de programa

3 United Nations Plaza

New York, New York 10017, United States of America

Tel + 1 212 326 7000

Website: <http://www.unicef.org/nutrition/>