

— Directrices de uso —

KIT DIDÁCTICO
para consejería en
LACTANCIA
MATERNA



PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA

Daniel Noboa Azín

MINISTRO DE SALUD PÚBLICA

Dr. Franklin Encalada

VICEMINISTRA DE GOBERNANZA DE LA SALUD

Sara Tama Tambaco

SUBSECRETARIO DE PROMOCIÓN, SALUD INTERCULTURAL E IGUALDAD

Darwin Geovanny Armijos Ríos

DIRECTORA NACIONAL DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y NUTRICIÓN

Mayra Joana Ger Herrera

GERENTE, PROYECTO ECUADOR LIBRE DE DESNUTRICIÓN INFANTIL

Econ. Paoly Alomoto Loor

AUTORES

Estefanía Coronel,
Ana María Enríquez,
Alexandra Mena,
Adriana Quilca.

FOTOGRAFÍA

Alejandro Bucheli
Carlos Osejo
José Soto Cajas

REVISORES

Renata Arequipa,
Valeria Carpio,
Francisco Casa,
Gabriel Cevallos,
Gabriela Suárez,
Fabián Ugalde.

DISEÑO GRÁFICO/ILUSTRACIÓN

Dennis Vargas
Alejandro Bucheli
Zonacuario

Primera Edición, 2023

© Ministerio de Salud Pública

Av. Quitumbe Ñan y Av. Amaru Ñan

Plataforma Gubernamental de Desarrollo Social. Código Postal: 170702

www.salud.gob.ec

La reproducción parcial o total de esta publicación, en cualquier forma y por cualquier medio mecánico o electrónico, está permitida siempre y cuando sea autorizada por los editores y se cite correctamente la fuente.



**DISTRIBUCIÓN GRATUITA
PROHIBIDA SU VENTA**



**EL NUEVO
ECUADOR**

**Ministerio de
Salud Pública**



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
¿Por qué un kit didáctico de consejería en lactancia materna?.....	5
¿Cómo hacer buen uso del kit de consejería para lactancia materna?.....	5
1.- PRINCIPIOS PARA UN BUEN FACILITADOR.....	6
¿Cuál es el rol del facilitador o facilitadora?.....	6
Recuerda que como facilitadora o facilitador debes.....	7
2.- KIT DE LACTANCIA MATERNA.....	8
Material #1: Set de cuatro modelos de seno materno en tela.....	8
Material #2: Set de dos títeres con movilidad de boca.....	11
Material #3: Set de cuatro estómagos del recién nacido.....	11
Material #4: Set de tres frascos de tipos de leche materna.....	13
Material #5: Set de cuatro frascos de brechas de lactancia.....	14
Material #6: Muñeco de plástico.....	16
3.- REFORZANDO CONOCIMIENTOS.....	17
Cómo identificar si mi bebé está tomando suficiente leche.....	17
Cuidado integral del niño y niña.....	19
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	21





INTRODUCCIÓN

La lactancia materna es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como la forma ideal de aportar a los niños y niñas los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludable, y la recomienda como el alimento perfecto para el recién nacido . En este período la lactancia materna es fundamental para el niño o niña, pues de ella depende su bienestar y contribuye además a una menor tendencia a presentar enfermedades infecciosas .

La "Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y el Niño Pequeño" propuesta por la OMS y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) tiene como propósito mejorar, a través de una alimentación óptima, el estado de nutrición, el crecimiento, el desarrollo, la salud y, de este modo, la supervivencia de los lactantes y los niños pequeños. De acuerdo a dicha Estrategia, la lactancia deberá promoverse desde el nacimiento hasta los primeros seis meses de manera exclusiva para lograr un crecimiento y desarrollo óptimos. A partir de ese momento, a fin de satisfacer sus requisitos nutricionales en evolución, los lactantes deberán recibir alimentos complementarios adecuados e inocuos, sin abandonar la lactancia natural hasta los dos años de edad o más, hasta cuando madre e hijo lo deseen .

Por tanto, parte fundamental de la protección, promoción y apoyo a la lactancia materna es la consejería nutricional, para la cual existen diversas estrategias que deben adaptarse a las diferentes necesidades personales, así como al contexto sociocultural y emocional. Así, la OMS recalca que:

"la consejería a una madre no es decirle lo que debe hacer, es ayudarla a ella a que decida lo que es mejor para ella. Es escucharla y tratar de entenderla sobre cómo se siente. Es ayudarla a desarrollar la confianza, de modo que ella mantenga el control de su situación "

En ese sentido, sobre el Ministerio de Salud Pública como organismo rector de la salud, recae la responsabilidad sobre la protección y promoción de la práctica de la lactancia materna en Ecuador, así como el diseño e implementación de acciones que promuevan la práctica de la lactancia materna desde el nacimiento hasta los dos años de edad o más, a efectos de garantizar una nutrición segura y suficiente.

"Los niños y niñas tienen derecho a la lactancia materna para asegurarle el vínculo afectivo con su madre, adecuada nutrición, crecimiento y desarrollo. Es obligación de los establecimientos de salud públicos y privados desarrollar programas que promuevan y protejan la lactancia materna "

Puerta SA, López RA. Lactancia materna basada en la evidencia. Garnata 2012;91(22):41-5.

Disponibles en: <http://www.coegr.es/images/documentos/publicaciones/garnata/garnata-22.pdf> [Links]

Rodríguez-García J, Acosta-Ramírez N. Factores asociados a la lactancia materna exclusiva en población pobre de áreas urbanas de Colombia. Rev Salud Publica 2008;10(1):71-84. Disponible en: <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v10n1/v10n1a07> [Links]

OPS. Semana Mundial de la Lactancia Materna, 2012. Comprendiendo el Pasado - Planificando el Futuro. Celebración del 10º aniversario de la Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño de la OMS/UNICEF.

Disponible en: www.paho.org/alimentacioninfantil [Links]

Pinzón-Villate, Gloria Yaneth, Alzate-Posada, Martha Lucía, & Olaya-Vega, Gilma Aurora. (2016). La consejería en lactancia materna exclusiva: de la teoría a la práctica. Revista de la Facultad de Medicina, 64(2), 285-293. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v64n2.51672>

Artículo. 24 del Código de la Niñez y la Adolescencia sobre la lactancia materna. Ley 100. Registro Oficial 737 de 03-ene.-2003. Última modificación: 07-jul.-2014. Estado: Vigente.

¿Por qué un kit de consejería en lactancia materna?

El presente kit facilitará al personal de salud un conjunto de instrumentos para la entrega de la consejería a través de insumos didácticos y pedagógicos para ofrecer educación en torno a la lactancia materna a la mujer embarazada, madre en período de lactancia y a la familia en general. Si bien la lactancia materna es un acto natural, es también un comportamiento aprendido. Prácticamente todas las madres pueden amamantar siempre y cuando dispongan de información exacta, así como del apoyo de sus familias, comunidades, sistema de atención sanitaria y del entorno cercano al niño o niña.

La mujer embarazada, madre en período de lactancia y sus familias necesitan información con apoyo práctico sobre la etapa de la lactancia, con el fin de prevenir complicaciones y riesgos en la salud de la madre y del niño o niña. Para ello, se requiere fortalecer la educación y consejería a través del uso de instrumentos educativos que generen impacto en los conocimientos, actitudes y prácticas de lactancia materna.

Las actividades lúdicas presentadas en esta guía podrán ser utilizadas para sensibilizar y reforzar conocimientos de las prácticas adecuadas de lactancia materna y el cuidado integral del niño o niña, que contribuyen a la prevención de la malnutrición infantil.

La promoción de la salud constituye la banda transmisora que enlaza los contextos específicos con prácticas saludables individuales y colectivas, para ello se vale de seis mecanismos que tienen como eje principal la educación y comunicación, es decir educar para transformar :

- **Asesoría en salud:** asistencia técnica dada por un profesional de la salud para hacer frente a una necesidad de salud específica.
- **Consejería:** brindada por el personal capacitado, genera conocimiento y confianza, mejora técnicas y conocimientos para la solución de problemas o cambios de comportamiento desde los más comunes hasta los más complejos.
- **Educación individual en salud:** actividad educativa diseñada para generar conocimientos y adquirir o modificar actitudes y prácticas sobre salud integral.
- **Educación grupal en salud:** proceso colaborativo de construcción de actitudes, saberes y prácticas sobre salud integral.
- **Educación para el cambio social:** incidencia sobre los determinantes de la salud desde la acción-reflexión-acción.
- **Investigación-acción participativa en salud:** acercamiento crítico a la realidad con el fin de apropiarse de los aspectos que configuran la misma y transformarla desde el empoderamiento de los actores sociales.

¿Cómo hacer buen uso del kit de consejería para lactancia materna?

El presente material será un apoyo para las actividades de promoción y protección de las prácticas adecuadas de la lactancia materna, con el propósito de crear impacto en la salud de niños, niñas y sus madres.

*“Si lo escucho, se me olvida,
Si lo veo, lo recuerdo, pero
Si lo hago, lo entiendo”.*

Si bien, cada familia es libre de tomar sus propias decisiones respecto a la crianza y a la alimentación de sus hijos, el personal de salud tiene la responsabilidad de informar, sensibilizar, asesorar y dirigir las prácticas adecuadas de lactancia materna con el fin de proteger la salud del niño o niña y prevenir enfermedades.

Esta guía de uso ha sido elaborada en conocimiento de la importancia de contar con herramientas educativas para facilitar de forma práctica, lúdica y dinámica la entrega de consejería a mujeres embarazadas, madres en período de lactancia y a cuidadores de niños o niñas entorno a temáticas como:

- La importancia de la lactancia materna.
- Técnicas adecuadas y posiciones para la lactancia materna.
- Cuidado de los senos y prevención de problemas durante la lactancia.
- Extracción, almacenamiento y administración de leche materna.
- Lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses y lactancia materna continua hasta los 2 años de edad o más.

1. PRINCIPIOS PARA UN BUEN FACILITADOR

¿Cuál es el rol del facilitador o facilitadora?

El facilitador o facilitadores son aquellas personas responsables de planificar y desarrollar actividades a través de las cuales se promueve el diálogo entre los participantes y se construye un conjunto de soluciones, respuestas y acciones en función de las necesidades del grupo, considerando el contexto socio cultural. Sus funciones principales tienen que ver con: movilizar los conocimientos presentes en el grupo, estimular el trabajo grupal, identificar y seleccionar los métodos, técnicas y herramientas más apropiadas para garantizar procesos de enseñanza - aprendizaje eficientes y de calidad, canalizar los acuerdos para el desarrollo de las sesiones y promover la participación efectiva, crítica y reflexiva .

Por lo que, la persona facilitadora debe dominar o desarrollar los siguientes aspectos:

- **Habilidades de comunicación:** se refieren a la capacidad para elaborar y emitir información, ideas, opiniones y actitudes orientadas hacia objetivos planteados dentro de las actividades de los espacios destinados para la entrega de consejería individual o grupal. Para llevar a cabo adecuadamente las actividades en los talleres, los facilitadores deben poseer al menos las habilidades básicas de la comunicación escrita, verbal y no verbal .
- **Conversación:** el facilitador debe establecer un ambiente amigable para entablar una charla o diálogo oral, expresando ideas para dar a conocer y entender la intención de los talleres.

Tapia Jopia C. Base para la facilitación de procesos grupales.- Manual del facilitador. Coquimbo, Chile: CESSO; 2012. 11 p (Educación y comunicación para la promoción de la salud. Manual. Ministerio de Salud Pública).

Ministerio de inclusión económica y social. Guía Metodológica de consejería alimentaria y nutricional a nivel familiar. [Internet]. 2017 [citado 2021 Nov 14]. Disponible en: https://issuu.com/formacioncontinuas/docs/fasciculo_1

- **Mantener un propósito de la conversación:** el facilitador debe evitar desviarse del tema principal y manejar los temas secundarios de manera breve y clara, satisfaciendo la necesidad de los/las participantes .
- **Turnos de diálogo en la conversación:** generar un ambiente de respeto y confianza para que fluya una participación mutua .
- **Habilidad de expresión:** la expresión oral es una destreza lingüística que implica la habilidad de manifestar opiniones, información, acuerdos o desacuerdos por medio de la gramática y léxico pertinente de conocimientos previamente establecidos dentro de un marco socio cultural, amable y carismático .
- **Dinamismo y creatividad:** motivar a los participantes a cumplir con las actividades definidas en el taller, despertando el interés del tema por medio de dinámicas creativas, que transmita aceptación, comprensión, empatía e interés .
- **Habilidad de escucha activa:** es una técnica de comunicación eficaz y se refiere a escuchar sin emitir juicios, demostrar empatía, parafrasear para ver si entendió correctamente lo que quiso decir la persona, incluyendo la comunicación no verbal como el contacto visual y gestos acordes con la situación .

Recuerda que como facilitadora o facilitador debes: _____

- Tener conocimientos sólidos sobre los temas a tratar para brindar información actualizada y adaptada a las necesidades del público objetivo.
- Facilitar el aprendizaje con dinamismo, buena actitud, predisposición para responder las dudas y proponer nuevas preguntas para promover que las respuestas surjan de los participantes.
- Generar un ambiente cálido y cordial.
- Desarrollar el tema con sencillez y ánimo. Hablar con respeto y cuidar las palabras con las que se dirige a la persona o al grupo; recordar que son grupos diversos que corresponden a diferentes contextos y realidades.
- Resumir y concretar las ideas de cada participante, tomar en cuenta las vivencias de todos y todas e incentivar la curiosidad.
- Mantener un trato horizontal con las y los participantes, esto implica no tener actitudes o comportamientos autoritarios.
- No emitir juicios, basarse en hechos e información científica bajo un enfoque de promoción de la salud. Es importante respetar las creencias y dinámicas de cada individuo, y enfocar los espacios con pertinencia cultural.
- Propiciar el espacio físico que permita organizar al grupo en círculo o media luna para que todas las personas se puedan ver y escuchar.
- Generar el espacio adecuado para que cada participante pueda ser escuchada/o por el resto del grupo, y que el mismo muestre respeto a través del silencio y la escucha activa.

- Establecer acuerdos o compromisos con los participantes para promover cambios de comportamiento que beneficien a la salud de mujeres embarazadas, madres en periodo de lactancia y niños/as en sus primeros años de vida.

2. KIT DIDÁCTICO PARA CONSEJERÍA EN LACTANCIA MATERNA

El kit para consejería en lactancia materna cuenta con materiales didácticos que pueden complementarse entre ellos para abordar de manera integral los temas relacionados a la lactancia materna:

- Set de 4 modelos de seno en tela.
- Set de 2 títeres con movilidad en la boca.
- Set de 4 estómagos de capacidad gástrica del recién nacido hasta el primer mes de vida.
- Set de 3 frascos con réplicas de tipos de leche materna.
- Set de 4 frascos de brechas de lactancia.
- 1 muñeco de plástico, réplica de un recién nacido.

Material #1: Set de cuatro modelos de seno materno en tela.

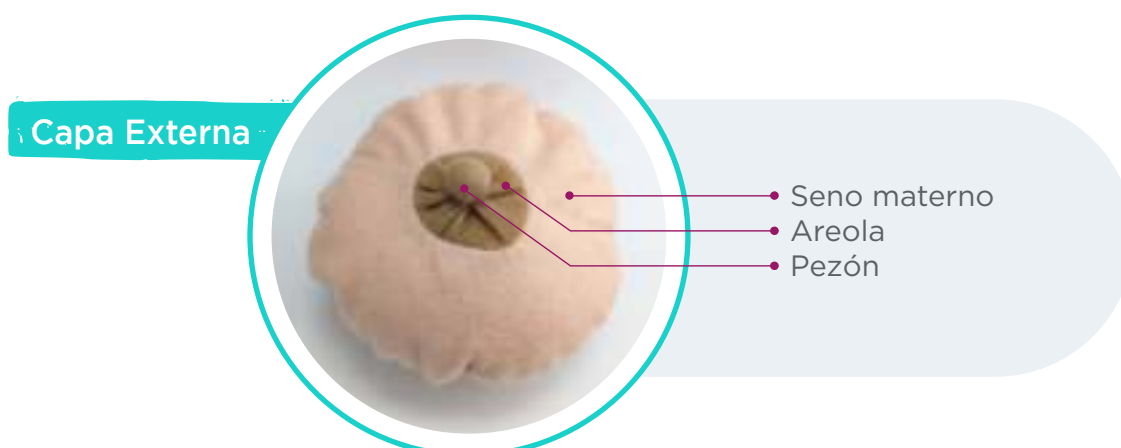
¿Qué voy a lograr utilizando este material?

Mujeres embarazadas, madres en periodo de lactancia, padres, abuelos o cuidadores empoderados en lactancia materna que:

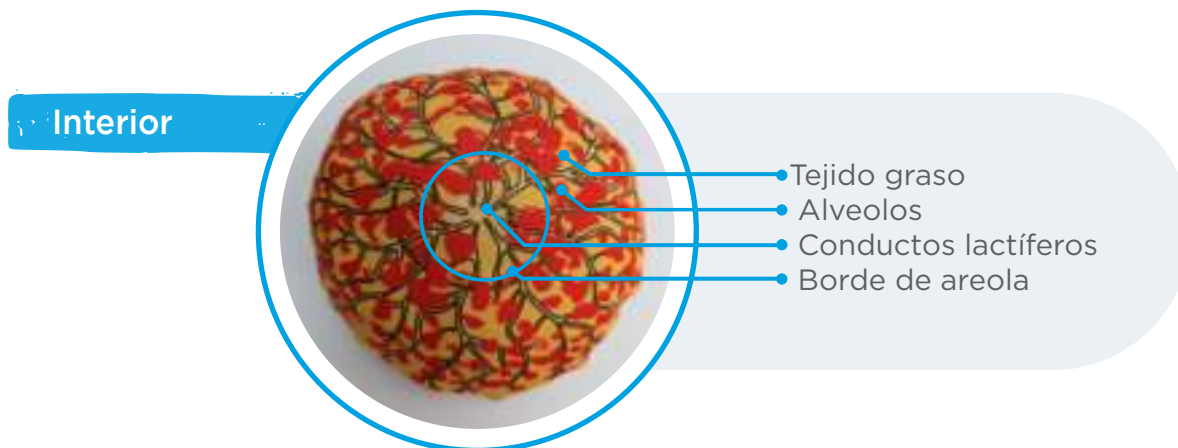
- Comprenden la anatomía y fisiología del seno materno y como se da la producción de leche.
- Conocen y practican técnicas de amamantamiento.
- Conocen y practican técnicas de extracción manual, almacenamiento y administración de leche materna.
- Conocen, previenen y solucionan problemas relacionados a la lactancia materna.

Descripción y uso del material

El modelo tiene una cubierta con la apariencia externa del seno materno, la misma que puede ser removida. Esta presentación permite explicar la estimulación para un buen agarre (rozar con el pezón del seno materno en la boca del niño o niña para que abra más la boca y ubique la lengua por debajo del seno), explicar cómo se debe extraer la leche materna y el cuidado de los senos.



En su interior se encuentra la imagen de la anatomía de la glándula mamaria. Esta permite enseñar sobre la importancia del buen agarre: la boca del niño o niña debe cubrir la areola (delimitada por un contorno circular negro) para lograr una succión adecuada y estimular la salida de la leche. Además, se puede utilizar para desmitificar creencias sobre la capacidad de producción de leche materna, reforzando el concepto de que el tamaño de los senos no interfiere con la capacidad de producir leche materna, y otros.



En la parte posterior tiene disponible dos elásticos para facilitar la enseñanza:

- 1) Deslizar los dedos de una mano dentro de la banda elástica gruesa para sujetar el modelo.
- 2) Colocarse la banda elástica alargada para ubicar el modelo sobre su pecho y tener ambas manos libres al momento de la explicación.



Es importante que al manipular el modelo de seno en tela, se permita la participación de la mujer embarazada, madre en período de lactancia, padre, abuelos, cuidadores, de forma que pueda diferenciar el pezón y la areola. Mencione que la forma y el color de las areolas pueden diferir de una mujer a otra.

Succión y buen agarre

- Cuando hable sobre la succión, señale el círculo de líneas discontinuas en la estructura interna. El contorno circular negro representa el borde aproximado de la areola.
- Use el títere para representar la acción de succión de la boca del niño o niña, de acuerdo a las siguientes imágenes:

Buen agarre



Mal agarre



Discuta con los participantes sobre la importancia de colocar bien el pezón y la areola en la boca del niño o niña para que las encías del bebé puedan comprimir el seno.

Demuestre cómo el buen agarre (cuando cubre la areola y pezón) estimula los alveolos y conductos lactíferos para la producción y salida de la leche, de acuerdo a las siguientes imágenes.

Buen agarre



Mal agarre



Resalte que la estimulación del niño o niña al momento de un buen agarre, es fundamental para la adecuada producción de leche materna. Use el títere para mostrar que los pezones adoloridos pueden ser el resultado de un agarre inadecuado.

Muestre cómo acercar al niño o niña al pecho mientras la boca del títere se abre con la lengua por debajo, y se agarra al seno. Refuerce la importancia de introducir la mayor parte posible de la areola en la boca del niño o niña y señale que ambos labios sobresaldrán del seno cuando se prendan de manera adecuada.

Masaje de senos

Cubra la estructura interna del modelo del seno de tela con la capa de "piel" para demostrar la estimulación de los senos, el masaje manual y las técnicas de extracción que pueden ser útiles antes de una sesión de alimentación o extracción.



1. Masajea



2. Frota

Enganche inadecuado/Confusión de pezón

La confusión de pezón puede presentarse en niños y niñas que cambian constantemente entre pecho y biberón, ya que se requieren diferentes habilidades orales para sacar la leche de cada uno de ellos.

En la alimentación al pecho, el niño o niña toma el pezón, lo alarga y lo lleva con su lengua hacia su paladar para extraer la leche.



En la alimentación con biberón, la succión la realiza únicamente tomando la punta del chupón y bloqueando con la lengua el flujo de leche.



Recuerde que la alimentación al pecho es la mejor opción para el desarrollo del niño o niña.

Material #2: Set de dos títeres con movilidad de boca

¿Qué voy a lograr utilizando este material?

Mujeres embarazadas, madres en período de lactancia, padres, abuelos o cuidadores que reconozcan la técnica para conseguir un buen agarre y mecanismo de succión.

Descripción y uso del material

Los títeres presentan movilidad de la boca y una lengua, con el fin de mostrar su posición adecuada para una succión efectiva. En su interior, cada títere cuenta con bandas elásticas para deslizar los dedos y tener mayor control del movimiento de la boca, esto permite manipular el títere para evidenciar la diferencia entre un buen y mal agarre, utilizándolo en conjunto con el modelo de seno en tela.

Permita la participación de la mujer embarazada, madre en período de lactancia, padre, abuelos o cuidadores al manipular el títere visualizando los diferentes escenarios: mal agarre y buen agarre, y expresar sus comentarios dirigiendo a una comprensión de la técnica.



Material #3: Set de cuatro estómagos del recién nacido

¿Qué voy a lograr utilizando este material?

Mujeres embarazadas, madres en período de lactancia, padres, abuelos o cuidadores que identifiquen y reconocen la cantidad de leche materna que necesita el niño o niña y el incremento en la demanda de leche materna proporcional al crecimiento durante el

primer mes de vida. Este material ayudará a reforzar el concepto de que la leche materna es suficiente para saciar al niño o niña, sin la necesidad de proporcionar otros alimentos líquidos o complementar su alimentación con sucedáneos de leche materna.

Descripción y uso del material

Son cuatro modelos hechos de material plástico rígido, que demuestran las dimensiones aproximadas del estómago del recién nacido y su capacidad gástrica durante el primer mes de vida. Este material será útil para abordar la pregunta "¿Mi niño o niña está recibiendo suficiente leche materna?". De igual forma, este material permite desmitificar la creencia de "mi bebé no se llena, se queda con hambre", como uno de los motivos por los cuales se suele complementar con otros alimentos diferentes a la leche materna.

Volúmenes aproximados de las muestras del estómago

**Del niño o niña
de 1 día de nacido/a:** 5 a 7 ml.
(tamaño de una cereza)



**Del niño o niña de 3 días
de nacido/a:** 22 a 27 ml.
(tamaño de una nuez)



**Del niño o niña de 1 semana
de nacido/a:** 45 - 60 ml.
(tamaño de un durazno)



**Del niño o niña de 1 mes
de nacido/a:** 80-150 ml.
(tamaño de un huevo)



Este material ayuda a visualizar y reflexionar sobre el tamaño del estómago del niño o niña y su capacidad gástrica, fomentando la autoconfianza en madres lactantes en su capacidad de saciar a sus bebés únicamente con su producción de leche materna.

Es preciso facilitar la conversación reflexionando que unas pocas gotas saciarán las necesidades al inicio y que, a medida que crece el niño o niña aumentará la producción acorde a sus necesidades.

También es importante referir la frecuencia con la que se debe ofrecer el seno al niño o niña a libre demanda, sin tiempos ni horarios. Así mismo, se debe incentivar a reconocer las expresiones corporales relacionadas a las señales de hambre y saciedad en el niño o niña:

- Cuando tiene hambre se muestra ansioso, llora, abre su boca, se mete sus manos en su boca, busca el seno de su madre.
- Cuando está satisfecho disminuye o detiene la succión, aprieta los labios, escupe el pezón, voltea la cabeza, relaja sus brazos, piernas y se duerme.

Material #4: Set de tres frascos con réplicas de tipos de leche materna

¿Qué voy a lograr utilizando este material?

Mujeres embarazadas, madres en período de lactancia, padres, abuelos o cuidadores que reflexionan, argumentan y reconocen las diferencias importantes entre calostro, leche de inicio y leche final.

Descripción y uso del material

Son tres frascos con material líquido que representan los diferentes tipos y coloraciones de la leche materna: calostro, leche de inicio y leche final.

El Calostro

Es un líquido espeso y amarillo que se produce desde el nacimiento hasta los primeros 3 días después del parto. Se produce en pequeñas cantidades que son suficientes para saciar y alimentar al recién nacido: apenas una cucharadita (5 ml.) en cada toma. Contiene todos los nutrientes y defensas que el niño o niña necesita en sus primeros días de vida.

En apenas algunas semanas la cantidad de leche que se produce aumenta rápidamente. A partir de la segunda semana después del parto, la leche habrá madurado, y tiene dos fases: la leche de inicio y la leche final.



La leche de inicio

Al inicio de cada toma, la leche tiene una consistencia aguada: contiene proteínas y lactosa (azúcar de la leche) para asegurar energía y defensas del niño o niña.



Al final de cada toma, la leche es más espesa y cremosa: contiene más grasas y es rica en calorías para que el niño o niña crezca y aumente de peso.

Este material ayudará a:

- Reforzar la alimentación exclusiva con calostro en los primeros días de vida.
- Reforzar la práctica de ofrecer ambos pechos al niño o niña de forma alternada: empezar con el seno que se finalizó la toma anterior (es decir con el que menos se vació). De esta manera, se puede asegurar que ambos tipos de leche (de inicio y final) son ingeridas por el bebé, promoviendo que se alimente con todos los nutrientes necesarios.

Se requiere la reflexión de la mujer embarazada, madre en período de lactancia, padre, abuelos, cuidadores sobre las diferencias visuales de los tipos de leche y considerar sus conocimientos previos. Cuando el participante logra comprender el contenido, valor y la importancia de cada tipo de leche, le permite tomar decisiones sobre buenas prácticas en lactancia materna.

Material #5: Set de cuatro frascos de brechas de lactancia

¿Qué voy a lograr utilizando este material?

Mujeres embarazadas, madres en período de lactancia, padres, abuelos o cuidadores reflexionan, argumentan y reconocen la importancia de la lactancia materna exclusiva, lactancia materna continua y alimentación complementaria, de acuerdo a la edad de su niño o niña.

Son cuatro frascos que simulan contener leche materna en diferentes cantidades, y refieren la variación del aporte calórico y de nutrientes de la leche materna desde el nacimiento hasta el primer año de edad.

Frasco 1



¿Qué dice la etiqueta?

“Primeros 6 meses: la leche materna tiene todo lo que tu bebé necesita al 100%”.

Este material se utilizará para reforzar el concepto de que la leche materna debe ser el único alimento durante los primeros seis meses de edad, ya que contiene todos los nutrientes para apoyar su desarrollo y crecimiento del niño o niña. Además, la leche materna tiene toda el agua que el niño o niña necesita para estar bien hidratado y no es necesario darle otros líquidos como agüitas, infusiones u otros ya que atentan contra una lactancia materna exitosa e incrementan el riesgo de enfermedades infecciosas.

Pregunta generadora - ¿Cómo debe alimentar al niño o niña durante los primeros 6 meses? ¿Por qué?

Frasco 2



¿Qué dice la etiqueta?:

“Brecha de energía desde los 6 meses (25%)”.

Este material se utilizará para reforzar que:

- A partir de los 6 meses la leche materna aporta el 75% de las necesidades de energía del niño o niña, por lo que es a partir de esta edad que debe iniciarse la alimentación complementaria.
- Una vez cumplidos los 6 meses, se recomienda mantener la lactancia materna el tiempo que madre y niño o niña deseen. La leche materna no pierde sus propiedades, por el contrario, continúa brindando un aporte importante de energía.
- Un niño o niña mayor de un año que lacta obtiene aproximadamente 38% de sus necesidades calóricas y proteicas diarias a través de la leche materna, además de una cantidad importante de vitaminas y minerales.

Pregunta generadora - ¿Por qué es importante seguir alimentando al niño o niña con leche materna? ¿Hasta cuándo debe seguir alimentando al niño o niña con leche materna?

Frasco 3



¿Qué dice la etiqueta?:

“Brecha de hierro (90%)”:

Este material se utilizará para reforzar el concepto de que a partir de los seis meses de edad se debe iniciar con suplementación de hierro junto con la introducción de alimentos ricos en este micronutriente, ya que el niño o niña aumenta gradualmente sus necesidades. La leche materna aporta con aproximadamente un 10% de hierro de sus requerimientos al año de edad.

Pregunta generadora - ¿Por qué cree que el personal de salud le entrega el suplemento de hierro (micronutrientes en polvo) al niño o niña?

Frasco 4



¿Qué dice la etiqueta?

“Brecha de vitamina A (15%)”:

Este material se utilizará para reforzar el concepto de que continuar con la lactancia materna le asegura al niño o niña cubrir el 85% de sus requerimientos diarios de vitamina A, ya que es un micronutriente que favorece el proceso de desarrollo en sus primeros años de vida. A partir de los 6 meses de edad debe recibir suplementos de vitamina A cada 6 meses, hasta los 5 años de edad.

Pregunta generadora - ¿Qué beneficios le brinda a su niño o niña seguir alimentándose con leche materna hasta los dos años de edad o más?

Material #6: Muñeco de plástico

¿Qué voy a lograr utilizando este material?

Mujeres embarazadas, madres en período de lactancia, padres, abuelos o cuidadores sensibilizados que pueden conocer y practicar las técnicas de la lactancia, posiciones y cuidado del recién nacido. Asimismo, promueve el vínculo afectivo de las futuras madres y padres con su hijo o hija.



Descripción y uso del material

Muñeco con cabeza, brazos y piernas móviles. Simula el rostro de un niño o niña e incluye 1 enterizo de tela y 1 pañal removible.

Este material permitirá a los participantes cargar al muñeco para comprender de manera práctica las posiciones adecuadas para amamantar, sacar los gases y otros cuidados del recién nacido como higiene, cambio de pañal, etc.

Los participantes podrán conocer aspectos básicos de manipulación del niño o niña, posturas correctas para la lactancia y la manera en la cual la familia puede apoyar a la madre lactante (por ejemplo, acomodarla con almohadas, encontrar posiciones cómodas, etc.). Además, la familia podrá prever las atenciones que pueden brindar a la madre lactante como acercarle un vaso de agua para hidratarse o apoyarla emocionalmente.

Pregunta generadora: ¿Qué debe recordar para conseguir una adecuada y cómoda posición al momento de amamantar?

Material sugerido a utilizar de acuerdo a la temática _____

	Importancia de la lactancia materna	Técnicas de lactancia materna	Problemas de lactancia	Alimentación con leche materna extraída	Lactancia materna exclusiva y continua
Set de 4 modelos de seno en tela					
Set de 2 titeres con movilidad en la boca					
Set de 4 estómagos de capacidad gástrica del recién nacido hasta el primer mes de vida					
Set de 3 frascos con réplicas de tipos de leche materna					
Set de 4 frascos de brechas de lactancia					
1 muñeco de plástico					

3: REFORZANDO CONOCIMIENTOS

1. ¿Cuál es la posición adecuada para dar de lactar?



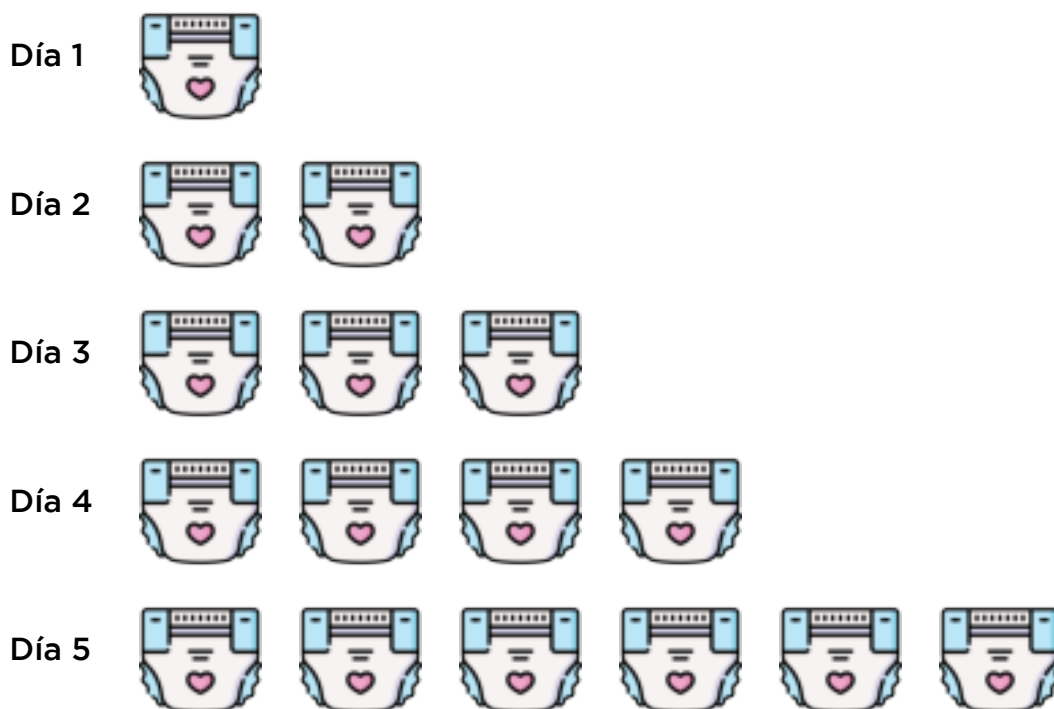
2. ¿Cómo identificar si su hijo o hija está tomando suficiente leche?

El niño o niña tiene el estómago pequeño y la leche se digiere rápidamente, por lo que al inicio necesitará lactar un mínimo de 8 veces cada 24 horas. Una adecuada frecuencia de succión estimulará la producción de leche que el niño o niña necesita para su correcto desarrollo.

Tomar en cuenta lo siguiente al momento de la consejería:

- Se recomienda amamantar al menos 8 veces en 24 horas durante el primer mes de vida.
- Escuche la deglución de forma rítmica mientras el niño o niña toma el pecho para asegurarse que la esté ingiriendo.
- La orina que produce el niño o niña bien hidratado debe oler muy poco y ser de color amarillo claro. Si la orina es de color amarillo oscuro y tiene un olor fuerte o si no hay orina puede deberse a que no recibe suficiente leche.
- En los 3 primeros días de vida, el pañal puede contener cristales de urea, que son una mancha de color anaranjado en el pañal.

Cantidad mínima de pañales mojados con orina



3. Frecuencia de lactancia y tipos de leche materna

La lactancia materna debe ser a libre demanda: siempre que el niño o niña lo pida, sin horarios ni tiempos. Terminará de lactar cuando se sienta saciado.

Durante los primeros días es aún más aconsejable que el niño o niña permanezca lactando el tiempo que desee, es muy común que al poco tiempo de ponérselo al pecho se quede dormido, despertándose después para volver a succionar. Es aconsejable no abrigarlo tanto para lactar y estimularlo con caricias para que siga lactando. No debe contar los minutos, sino ofrecer un pecho hasta que no quiera más y luego ofrecerle el otro seno.

La leche de los primeros días de vida se llama calostro, contiene gran cantidad de proteínas, vitaminas e inmunoglobulinas que pasan a la sangre a través del intestino del niño o niña. El calostro es suficiente para alimentarlo, puesto que su estómago es muy pequeño y sus necesidades se satisfacen con pocas cantidades y en tomas frecuentes.

La leche de transición se produce entre 4 a 15 días luego del parto; en el quinto día hay un aumento significativo de su producción y va incrementando su volumen hasta llegar a 700 ml./día aproximadamente entre los 15 a 30 días posparto. Su composición varía hasta llegar a la de la leche madura.

En la mayoría de mujeres, la leche madura empieza a aparecer casi al final de la segunda semana después del parto. La leche madura varía su composición a lo largo de la toma, al principio es más "aguada" y al final más "espesa", permitiendo esta última que el niño se sacie.

La producción de leche puede continuar aumentando hasta 1000 a 1200 ml. por día. Un niño sano de cuatro meses de edad con lactancia exclusiva recibirá de 700 a 850 ml de leche materna en un día.

4. Cuidado integral del niño y niña: Higiene

- Recomendar el baño diario al niño o niña, es una oportunidad para transmitirle sensaciones de bienestar ya que el agua tibia lo relaja.
- Recordar que nunca se deje solo al niño o niña dentro de una tina o bañera.

Preparaciones para el baño

- Ropa, pañal y una tina limpia que debe lavar antes y después de utilizar.
- Jabón de glicerina para prevenir problemas de sequedad e irritaciones.
- El agua debe estar tibia. Se recomienda probar la temperatura del agua sumergiendo el codo.
- Bañar al niño o niña en un lugar cálido y sin corrientes de aire.
- El lugar debe ser adecuado a la estatura de quien lo baña para no causar dolor de espalda.
- No se debe sumergirlo en la tina hasta que el cordón umbilical se haya caído.
- El niño o niña no deben estar en el agua por más de cinco minutos. Aconsejar a la madre, padre, abuelos o cuidadores que sonrían y hablen durante el baño, para crear un momento agradable.
- Séquelo bien con una toalla, con suavidad y sin frotar la piel. Ponga especial atención en secar los dedos de las manos y pies, las axilas y los genitales.
- Recordar que no se utilice talcos, colonias o jabones comunes en los primeros meses, no son necesarios y pueden causar alergias o irritación.

Indicaciones para cambiar el pañal

- Recuerde que se debe cambiar el pañal luego de cada deposición u orina, para evitar irritaciones.
- Limpiar con agua tibia o con pañitos húmedos, sin alcohol.



La limpieza de la zona genital de las niñas debe de hacerse de adelante hacia atrás.



Si permanece con el pañal sucio por mucho tiempo puede irritarse y enrojecerse en la zona de las nalgas y genitales. Use una crema especial a base de zinc.

Limpieza de la nariz y orejas de la niña o niño

- Aconseje limpiar la nariz y orejas con un poco de algodón mojado con suero fisiológico.
- Recuerde que no se debe utilizar cotonetes, ya que puede lastimar si no se manipulan correctamente.

Limpie la nariz y las orejas con un poco de algodón



Referencias Bibliográficas

1. Puerta SA, López RA. Lactancia materna basada en la evidencia. *Garnata* 2012;91(22):41-5. Disponible en: <http://www.coegr.es/images/documentos/publicaciones/garnata/garnata-22.pdf> [Links]
2. Rodríguez-García J, Acosta-Ramírez N. Factores asociados a la lactancia materna exclusiva en población pobre de áreas urbanas de Colombia. *Rev Salud Pública* 2008;10(1):71-84. Disponible en: <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v10n1/v10n1a07> [Links]
3. OPS. Semana Mundial de la Lactancia Materna, 2012. Comprendiendo el Pasado - Planificando el Futuro. Celebración del 10° aniversario de la Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño de la OMS/UNICEF. Disponible en:
4. www.paho.org/alimentacioninfantil [Links]
5. Pinzón-Villate, Gloria Yaneth, Alzate-Posada, Martha Lucía, & Olaya-Vega, Gilma Aurora. (2016). La consejería en lactancia materna exclusiva: de la teoría a la práctica. *Revista de la Facultad de Medicina*, 64(2), 285-293. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v64n2.51672>
6. Código de la Niñez y la Adolescencia sobre la lactancia materna. Ley 100. Registro Oficial 737 de 03-ene.-2003. Última modificación: 07-jul.-2014. Estado: Vigente.
7. Formación en Promoción y Educación para la Salud. Ministerio de Sanidad y Consumo. Secretaría General Técnica, editor. Madrid, España: Editables; 2003. 95 p (Educación y comunicación para la promoción de la salud. Manual. Ministerio de Salud Pública)
8. Tapia Jopia C. Base para la facilitación de procesos grupales. Manual del facilitador. Coquimbo, Chile: CESSO; 2012. 11 p (Educación y comunicación para la promoción de la salud. Manual. Ministerio de Salud Pública)
9. Ministerio de inclusión económica y social. Guía Metodológica de consejería alimentaria y nutricional a nivel familiar. [Internet]. 2017 [citado 2021 Nov 14]. Disponible en: https://issuu.com/formacioncontinuas/docs/fasciculo_1
10. Cintia Ortiz L. UNIDAD N° 6 EDUCACIÓN ALIMENTARIA NUTRICIONAL Estrategias de comunicación Planificación de talleres Formulación de Proyectos.
11. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Conformación de grupos de apoyo a la lactancia materna. Guía. Quito: Dirección Nacional de Promoción de la Salud.MSP; 2021



@SaludEcuador



@Minsaec



@Salud_ec

Ministerio de Salud Pública

En alianza con



EL NUEVO
ECUADOR 