



# UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### CARRERA DE ENFERMERÍA

## GUÍA PARA LAS MADRES ADOLESCENTES



**Guía para mejorar el aprovechamiento de la práctica de la lactancia materna y disminuir la sustitución de leches artificiales en madres adolescentes.**

**Autora: Cristina González**

**Directora: Mgtr. Laura Mafla Herrería.**

**IBARRA- SEPTIEMBRE 2017**

La lactancia materna es el regalo más precioso que una madre puede  
dar a su hija/o.

En la enfermedad o la desnutrición, este regalo puede salvar la vida;

En la pobreza puede ser el único regalo.

**Ruth A. Lawrence**

No te centres en las 100 cosas que vas a tener que hacer

o tal vez tengas que hacer en el futuro,

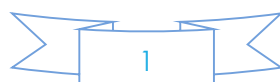
sino en la única cosa que puedes hacer ahora.

“El poder del ahora”.

**Eckhart Tolle**

Puede que la lactancia no sea la mejor opción para todas las madres,

pero es la mejor opción para todos los bebés



# ÍNDICE

ÍNDICE .....	2
INTRODUCCIÓN.....	4
OBJETIVOS .....	5
Objetivo General.....	5
Objetivos Específicos .....	5
JUSTIFICACIÓN.....	6
¿Que debo saber sobre lactancia materna? .....	7
Importancia de la lactancia materna .....	8
Beneficios de la lactancia materna.....	9
Es importante el contacto piel con piel inmediataente despues de nacimiento.....	10
Inicio de la lactancia materna DURANTE LA PRIMERA HORA de nacida su hija o hijo. ....	11
Protección contra las infecciones .....	12
Cómo saber que su hija o hijo agarro bien el seno .....	13
Cuando alterna de seno al dar de lactar .....	13
Señales más visuales cuando el niño tiene necesidad de alimentarse .....	14
FORMAS DE SUJETAR EL PECHO .....	15
CUÁL ES LA POSICIÓN ADECUADA PARA DAR DE LACTAR .....	16
Otras posiciones para dar de lactar .....	17
Cómo sacar los gases.....	18
Con que frecuencia se debe dar de lactar .....	19
Producción de leche materna.....	19
Producción de leche materna.....	20
Inicio de la lactancia.....	21
Producción del calostro .....	21
Esta prohibido para el bebe.....	22
Alimentación con leche de formula infantil.....	22
En caso de necesitar un suplemento ,¿ Cual seria e mas adecuado y como se debe administrarlo?.....	23
Alimentación con cucharita .....	23
Alimentación con taza o vaso.....	23
Razones por las que no debe dar leche artificial.....	24
Diferencias entre las diversas leches. ....	25

Alimentación con leche materna extraída.....	26
Cómo extraer la leche materna.....	26
Cómo almacenar la leche materna.....	27
Cuánto tiempo dura la leche materna almacenada.....	28
Cómo calentar la leche materna y alimentar a su hija o hijo.....	29
¿Cuáles son los problemas frecuentes y como se debe afrontar? .....	30
Senos demasiados llenos .....	30
Pezones planos o invertidos .....	31
Grietas en el pezón .....	31
Mastitis .....	32
¿Qué debería ofrecerme el hospital y el centro de salud para favorecer la lactancia? .....	33
ANEXO .....	35
Anexo 1. Ley de Fomento Apoyo y Protección a la Lactancia Materna (1995) ..	35
Anexo 2. Reglamento N.º 1469 de la ley de Fomento, Protección y Promoción de la Lactancia Materna, Registro Oficial N.º 321 del 18 de noviembre de 1999.....	35
Código de la Niñez y Adolescencia (2003) .....	35
Anexo 3. Política Nacional de Lactancia Materna, Ministerio de Salud pública y Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2009 .....	35
BIBLIOGRAFÍA.....	37

## INTRODUCCIÓN

La presente guía se ha realizado con el fin de transmitir información acerca de la lactancia materna a las madres adolescentes que requiere mejorar sus conocimientos en las bondades de la leche materna, buscando alternativas como el uso y mejoramiento de extracción de la leche y su respectivo almacenamiento. Ya que en el lugar de estudio de investigativo el 71.9% ha recurrido a la alternativa de la leche artificial y solo el 28.1% amamanto con leche materna. Pese a que las adolescentes al conocer sobre los beneficios que brinda la leche materna, deciden dar leche artificial a sus hijos.

La contribución de la presente guía la misma que está dirigida a las madres adolescentes, así como a sus parejas y familiares. Con el fin de ayudar a tener una lactancia satisfactoria y evitar los riesgos que puede suponer la alimentación con leche artificial. Se pretende además informar sobre aspectos importantes que facilitan un buen inicio e instauración de la lactancia materna y sobre todo los cuidados que las madres adolescentes deben poner en práctica.

Sirviendo también como material de referencia en la promoción, protección y mantenimiento de la lactancia materna en la comunidad y ha sido hecho para que se use como un instrumento de apoyo.

# OBJETIVOS

## Objetivo General

Mejorar el aprovechamiento de la lactancia materna y disminuir la sustitución de la leche artificial en madres adolescentes.

## Objetivos Específicos

- Incentivar a la madre a continuar con una práctica segura de lactancia materna para lograr el bienestar tanto de la madre como de su hijo/a.
- Servir de herramienta para dar a conocer a las madres adolescentes mediante una guía sobre lactancia materna exclusiva y cuando se debe dar para disminuir las infecciones y desnutrición a los niños.
- Entregar el material didáctico, de forma útil y ventajosa para ser utilizado de la mejor manera por las madres adolescentes, que dan lactancia materna.

## JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo investigativo lo realice por considerar un tema de mucho interés, ya que a través de los años ha estado perdiendo la costumbre de amamantar al bebe, en realidad la nueva generación de madres desconoce el valor especial de su propia leche, no tiene la confianza o la seguridad de que son capaces de producir toda la leche que necesita el infante y de igual manera la importancia de valor nutritivo.

De igual manera la educación que se les brindaría a las madres haciéndoles conocer la importancia de la lactancia debido a que con esto lograríamos que los lactantes contraigan menos enfermedades y así están mejor nutridos que los que reciben otros alimentos con biberón.

Esta guía tiene como beneficiarios directo a los niños/as menores de 6 meses con una alimentación, sana, nutritiva y natural, a sabiendas que la leche materna es un alimento insustituible para el infante de estas edades, que contribuye directamente a su crecimiento y desarrollo, al igual tiene como beneficiarios indirectos como es el personal de salud quien tendrá una guía para fortalecer la educación y su importancia, cabe recalcar que el personal de enfermería es un eje fundamental de la mujer para con respeto a la educación y haciendo énfasis en la práctica de lactancia materna.

## ¿Qué debo saber sobre lactancia materna?



### MENSAJE CLAVE

La primera leche o **CALOSTRO** que recibe su hijo, ayuda a limpiar el estómago y protege de enfermedades.

La leche materna es el **ALIMENTO MÁS COMPLETO**, previene la desnutrición y obesidad, sacia el hambre y la sed de su hijo.

La leche materna **ES ECONÓMICA**, es asequible, no cuesta y es higiénica.

La leche materna **ES ECOLÓGICA**, reduce el consumo de agua, combustible y no genera desechos como la leche de fórmula.

**MEJORA LA SALUD DE LA MADRE:** reduce el riesgo de sangrado, cáncer de ovario y mama y ayuda a perder peso.



## Importancia de la lactancia materna



Toda la familia es responsable de los cuidados del hogar; quienes la conforman deben apoyar a la madre para que puedan amamantar a su hijo o hija con tranquilidad

- La lactancia materna promueve el afecto y el vínculo entre la madre y el niño.
- La leche materna es 100 % natural y no tiene riesgo de contaminación.
- Mejora el desarrollo del cerebro, pulmones y dientes de la niña o niño
- Alimentándose con leche materna, su hija o hijo crece sano y fuerte, con muchas defensas y sin anemia.

### MENSAJE CLAVE

La leche materna es el único alimento que su hija o hijo necesita durante los seis primeros meses de vida.

## Beneficios de la lactancia materna.

### BENEFICIOS PARA EL BEBÉ

Provee la **NUTRICION IDEAL** para los recién nacidos

Es rica en **VITAMINAS, PROTEINAS Y GRASAS** (todo lo necesario para crecer)

Contienen anticuerpos que **AYUDAN A COMBATIR VIRUS Y BACTERIAS**

**REDUCE** el riesgo de **ASMA Y ALERGIA**

Los bebés que toman leche materna durante los 6 primeros meses **TIENEN MENOS INFECCIONES DE OIDO, PROBLEMAS RESPIRATORIOS Y EPISODIOS DE DIARREA.**

### BENEFICIOS PARA LA MADRE

**QUEMA CALORIAS EXTRAS**, por lo que se pierde más rápido el peso del embarazo

Libera la hormona Oxitocina, la que **AYUDA AL ÚTERO A REGRESAR A SU TAMAÑO ORIGINAL** y reducir el sangrado uterino

Disminuir **EL RIESGO DE CÁNCER DE MAMA Y OVARIOS** y de osteoporosis

### MENSAJE CLAVE

- Poner al bebé al pecho inmediatamente del parto.
- Amamantar de manera exclusiva hasta los 6 meses de vida.
- Continuar amamantando hasta los 2 años de edad o más.

## Es importante el contacto piel con piel inmediatamente después de nacimiento.



El contacto piel con piel inmediato e ininterrumpido con tu bebé tras el nacimiento, favorecer el inicio de la lactancia y establece el vínculo que los unirá el resto de la vida.

Pida que cubra a su hija o hijo con una manta y que le coloque una gorra.

Quedarse juntos por lo menos durante una hora. Los latidos de la madre lo tranquilizarán.

Acarícielo y demuéstrelle su afecto.

### MENSAJE CLAVE

El contacto piel con piel estimulará los reflejos y en cuando haya descansado, buscará el pezón y agarrará espontáneamente el pecho. Si no lo consiguiera por sí mismo en la primera hora, solicite ayuda a un profesional de salud.

## Inicio de la lactancia materna DURANTE LA PRIMERA HORA de nacida su hija o hijo.

Es el momento ideal porque el seno está suave y es más sencillo colocarlo en su boca.



En este momento, su hija o hijo recibe el calostro, que es la leche amarilla, que baja al inicio de la lactancia y que lo protege de enfermedades.

La lactancia ayuda a disminuir el sangrado luego del parto y evita que usted tenga anemia.

Permanezca con su hija o hijo en la misma cama las 24 horas siguientes a su nacimiento, no lo deje solo. Amamante el tiempo y las veces que lo pida, sin horarios



### MENSAJE CLAVE



**NO BIBERÓN**

**NO PERMITA** usted como madre que le den biberones o chupones a su hija o hijo, porque esto afecta la lactancia.

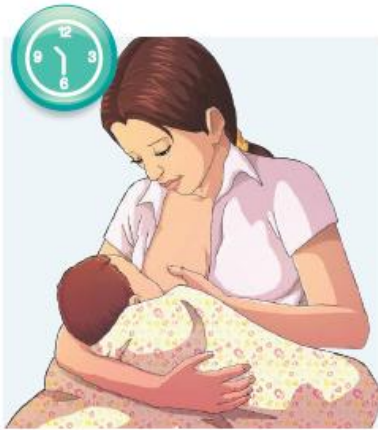
## Protección contra las infecciones

Los glóbulos blancos del cuerpo fabrican anticuerpos para proteger a la madre



Los anticuerpos contra la infección son secretados en la leche para proteger al bebé

**Calostro:** es la leche que las mujeres producen en los primeros días después del parto. Es amarillenta o de color claro y espesa.



**Leche inicial:** Es más azulada y brinda defensas para proteger a la niñas o niños de enfermedades



**Leche del final:** es más blanca y tiene más grasa, que ayuda a la niña o niño a crecer y desarrollar su cerebro

## Cómo saber que su hija o hijo agarro bien el seno



- La boca debe estar bien abierta.
- La parte más oscura del seno (pezón y areola) debe estar dentro de su boca.
- Los labios deben estar hacia afuera.
- Se escucha cuando su hija o hijo traga.

## Cuando alterna de seno al dar de lactar



Primero, amamante y vacíe uno de los senos. Después, ofrezca el otro seno.



La siguiente vez que su hija o hijo tenga hambre, ofrezca primero el seno del que lactó la última vez.

## Señales más visuales cuando el niño tiene necesidad de alimentarse

### SEÑALES TEMPRANAS - "Tengo hambre"



• Agitaciones



• Abrir la boca



• Girar la cabeza  
• Comienza a buscar

### SEÑALES MEDIANAS - "Realmente tengo hambre"



• Estiramientos



• Incrementa el  
movimiento corporal



• Lleva su mano  
a la boca

### SEÑALES TARDIAS - "Calmame y alimentame"



• Llanto



• Movimientos corporales  
agitados



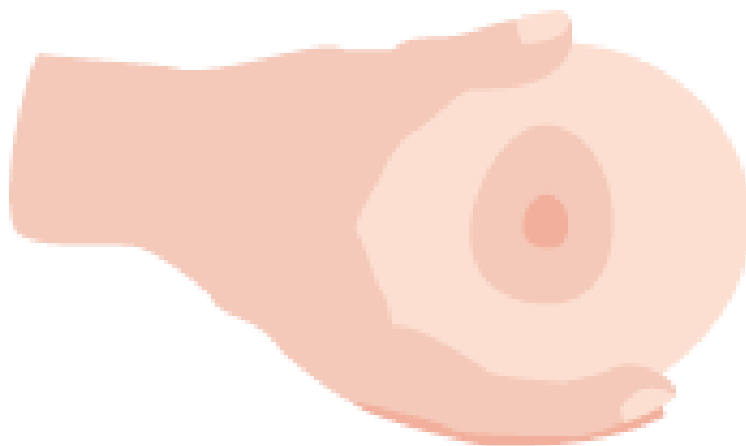
• Cara enrojecida

**MENSAJE CLAVE**

**AMAMÁNTELO CUANDO ESTÉ TRANQUILO, NO CUANDO ESTÉ LLORANDO**

## FORMAS DE SUJETAR EL PECHO

En la forma de "C", la madre coloca el pulgar por detrás de la areola y los cuatro dedos por debajo





## CUÁL ES LA POSICIÓN ADECUADA PARA DAR DE LACTAR

La madre y su hija o hijo deben estar cómodos. Dar de lactar no debe doler.



Coloque la cara de su hija o hijo frente a su pecho y la nariz frente al pezón.

Coloque la barriga de su hija o hijo en contacto con la suya.

Levante su seno con su mano en forma de C y estimule con el pezón la boca de su hija o hijo.

Apoye la espalda de su hija o hijo sobre su antebrazo y coloque la cabeza en el pliegue del codo.

## Otras posiciones para dar de lactar

Intente varias posiciones hasta encontrar aquella en la que se sienta más cómodos.



## Cómo sacar los gases

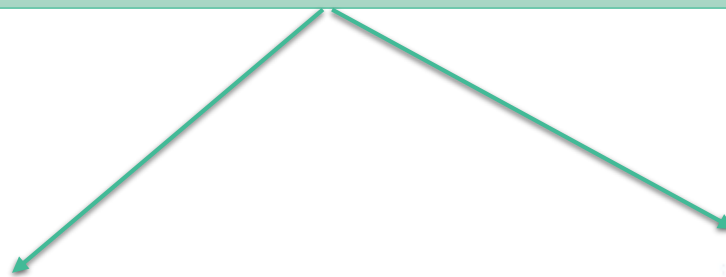
Estimule el eructo con pequeños golpecitos en la espalda.



Sostenga a su hija o hijo sobre su pecho, de tal manera que la cabeza quede a la altura de su hombro, o recuéstelo sobre sus piernas



Es normal que la niña o niño bote gases con un poco de leche (regurgite).



OS



## Con que frecuencia se debe dar de lactar

Dé el seno tantas veces como su hija o hijo lo desee, sin horarios ni tiempos. Terminará de lactar cuando se sienta saciado.

Intervalos de 3 horas o a LIBRE DEMANDA



3 DE LA MAÑANA  
6 DE LA MAÑANA  
9 DE LA MAÑANA

12 DEL MEDIO DIA  
15 DE LA TARDE  
18 DE LA TARDE



21 DE LA NOCHE  
24 DE LA NOCHE

### MENSAJE CLAVE

- No prepare los pezones con masajes, lociones o alcohol, ni durante el embarazo ni después del parto, porque puede lastimarlos y provocar contracciones.
- Usted puede dar de lactar sin importar la forma del pezón. Con la succión, su hijo/a dará la forma del pezon

## Producción de leche materna

La madre producirá más leche mientras más succione su hija o hijo. Al contrario, cuando le dan leches de tarro u otros líquidos, succionará menos y la madre tendrá menos leche.



**Más succión = más leche  
materna**

**Biberón = menos leche  
materna**



**NO BIBERÓN**

## Inicio de la lactancia

Al inicio de la lactancia, la niña o niño succiona para adaptarse al seno, pero solo obtiene gotitas que son muy nutritivas. Poco a poco, la cantidad de leche que obtenga aumentará.



## Producción del calostro



Desde el segundo trimestre del embarazo, los senos empiezan a formar el calostro. Esta es la primera leche que la niña o niño succionará de sus senos y que lo protegerá de enfermedades.

PROPIEDADES	IMPORTANCIA
Rico en anticuerpo	Protege contra la infección y la alergia
Células blancas (Leucocitos)	Protege contra infecciones
Laxante	Elimina el meconio, ayuda a prevenir la ictericia
Factores de crecimiento	Ayuda a madurar el intestino previene alergia, intolerancia.
Rico en vitamina A	Reduce la severidad de las infecciones, previene enfermedades oculares.

**Esta prohibido para el bebe**



## **Alimentacion con leche de formula infantil**

**Solamente si el médico lo prescribe**, alimente a su hija o hijo con leche de fórmula infantil, en la cantidad adecuada para su peso o edad.

- Utilice agua hervida o tratada para preparar la fórmula infantil.
- Siga las indicaciones del personal de salud.
- No agregue más agua de la necesaria.
- No agregue azúcar.



## En caso de necesitar un suplemento ¿ Cual seria el mas adecuado y como se debe administrarlo?.

Si él bebé necesita realmente un suplemento la primera elección será el calostro.

La extracción del calostro es más fácil hacerla de forma manual ya que en los primeros días la cantidad producida es muy pequeña y así la puedes recolectar en una cucharita y ofrecérsela al bebé. Para administrar el suplemento, utilice el método que mejor se adecue a vuestras necesidades, evitando el uso de biberones siempre que sea posible.

### Alimentación con cucharita

Puede resultar útil en los primeros días de vida, para ofrecer pequeñas cantidades, si el bebé está dormido, hace pocas tomas o no succiona el pecho de forma eficaz.

- Extrae el calostro manualmente y recógelo en una cucharita.
- Coloca la cucharita sobre el labio inferior de su bebé para que pueda lamerla.



### Alimentación con taza o vaso

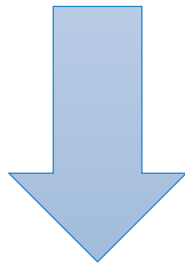
Es un método muy útil y cómodo, puede utilizar un vaso casero o vasos comercializados.

- Coloca al bebé lo más vertical posible.
- Ponga el vaso sobre el labio inferior invertido e inclínalo de forma que la leche lo toque ligeramente. Deja que el bebé introduzca la lengua en el vasito y no viertas la leche en su boca.





## Razones por las que no debe dar leche artificial



- Propenso a más diarreas e infecciones respiratorias.
- Diarreas persistentes.
- Desnutrición.
- Deficiencia de vitamina A.
- Menor probabilidad de infecciones.
- Puede quedar embarazada más pronto.

- Interfiere con el vínculo afectivo.
- Más alergia e intolerancia a la leche.
- Mayor riesgo de algunas enfermedades crónicas.
- Sobrepeso
- Mayor riesgo de anemia, cáncer de ovario y de cáncer de seno en la madre

## Diferencias entre las diversas leches.

	<b>LECHE HUMANA</b>	<b>LECHE ANIMAL</b>	<b>LECHE ARTIFICIAL</b>
<b>Contaminantes bacterianos</b>	Ninguno	Probable	No están presentes
<b>Factores anti-infecciosos</b>	Presentes	No están presentes	No están presentes
<b>Factores de crecimiento</b>	Presentes	No están presentes	No están presentes
<b>Proteínas</b>	Cantidad correcta fácil de digerir	Demasiadas. Difíciles de digerir	Parcialmente corregidas
<b>Grasa</b>	Suficientes ácidos grasos esenciales. Lipasa para la digestión.	Faltan ácidos grasos esenciales. No tienen lipasa.	Faltan ácidos grasos esenciales. No tiene lipasa.
<b>Hierro</b>	Pequeña cantidad. Bien absorbida.	Pequeña cantidad. No se absorben bien.	Cantidad extra añadida. No se absorbe bien.
<b>Vitaminas</b>	Suficientes	Escasas vitamina A y C.	Se le añaden vitaminas.
<b>Agua</b>	Suficiente	Necesita agua extra.	Puede necesitar agua extra.

## Alimentación con leche materna extraída

### Cómo extraer la leche materna

Es muy importante aprender a extraer y almacenar la leche materna en caso que no se encuentre en casa para que otra persona pueda alimentar a su hija o hijo.



1

Lave sus manos con agua y jabón. Lave los senos solo con agua.



2

Masajee suavemente el seno como si formara círculos.



3

Coloque sus dedos en forma de C detrás de la parte más oscura del seno (areola y pezón).



4

Presione el seno con los dedos hacia las costillas.



5

Presione el seno con los dedos desde arriba y desde abajo.



6

Recolecte la leche en un frasco de vidrio.

### MENSAJE CLAVE

Piense en su hija o hijo cuando se extraiga la leche. Esto ayudará a que salga con más facilidad.

## Cómo almacenar la leche materna

La leche materna extraída debe guardarse en frasco de vidrio con tapa rosca de plásticos.

5  
minutos



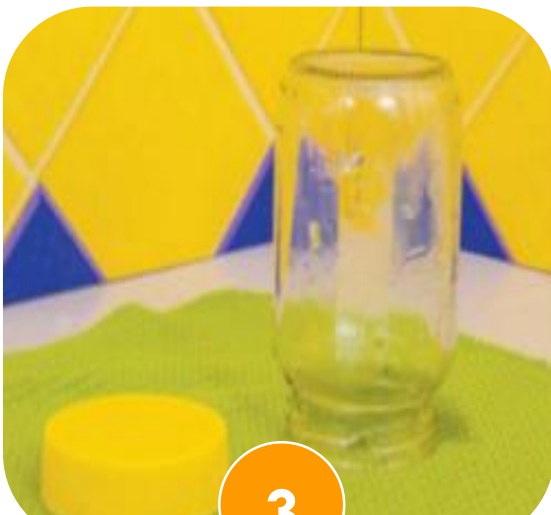
1

Lave bien los frascos antes de usarlos.



2

Sumérjalos en agua hirviendo por cinco minutos para desinfectarlos.



3

Sáquelos del agua, y ponga la tapa y el frasco boca abajo sobre un trapo limpio.



4

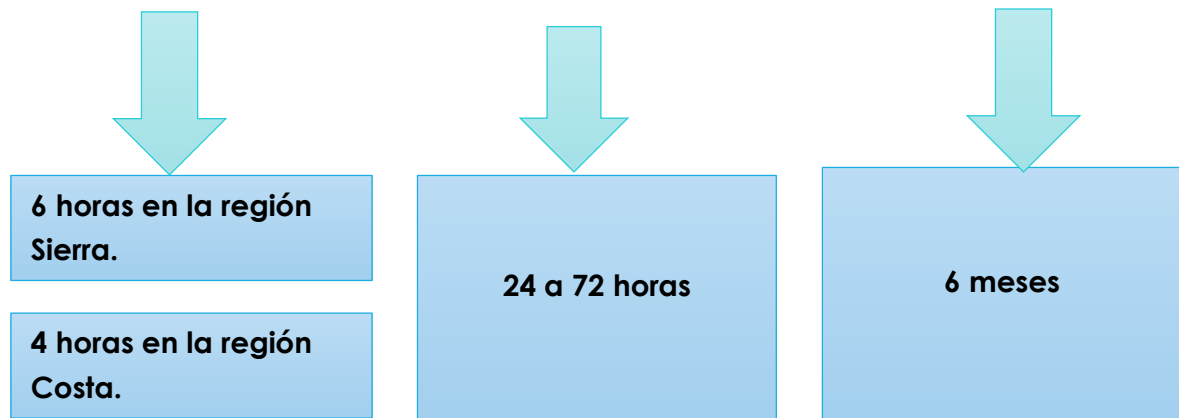
Pégueles una etiqueta con la fecha y hora de extracción. Guárdelos a temperatura ambiente, en el refrigerador o en el congelador.

## Cuánto tiempo dura la leche materna almacenada

Si la leche extraída se guarda:



Su niña o niño debe tomarla antes de:



### MENSAJE CLAVE

Una vez descongelada, la leche materna no puede volver a congelarse. Si queda algo de leche que no consumió la niña o niño, deben desecharla.

## Cómo calentar la leche materna y alimentar a su hija o hijo.

La leche debe estar en estado líquido. Si está congelada, colóquela en el área de refrigeración hasta que vuelva a estar líquida. Luego:



Caliente agua en una olla. Apague la hornilla y coloque el frasco con leche materna dentro del agua caliente.



Agite suavemente el frasco y dele la leche a su niña o niño en un vasito pequeño o con una cucharita.

### MENSAJE CLAVE

No caliente en el microondas la leche materna  
Si requiere ayuda o tiene alguna duda, consulte al personal de salud o acérquese a los grupos de apoyo a la lactancia.

## ¿Cuáles son los problemas frecuentes y como se debe afrontar?

Para prevenir los problemas frecuentes del seno se debe hacer lo siguiente:

- Asegúrese de que su hija o hijo agarre bien el seno.
- Utilice diferentes posiciones para amamantar. Recuerde que usted y su hija o hijo deben estar cómodos.
- Amamante a su hija o hijo cada vez que ella o él lo desee.
- Sea paciente. Usted y su hija o hijo pueden lograrlo.

### Senos demasiados llenos



¿Cómo prevenir?	¿Qué hacer?
<ul style="list-style-type: none"><li>• Inicie la lactancia en la primera hora después del nacimiento.</li><li>• Extraiga la leche de forma manual.</li><li>• No dé otras leches o líquidos a su hija o hijo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Amamante más veces.</li><li>• Extraiga la leche de forma manual.</li><li>• Coloque paños de agua tibia sobre su seno antes de amamantar.</li><li>• Coloque paños de agua fría después de amamantar.</li></ul>

## Pezones planos o invertidos



¿Cómo prevenir?	¿Qué hacer?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• No es un problema.</li> <li>• La succión de su hija o hijo dará forma a sus pezones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No tire los pezones.</li> <li>• Con su mano, haga un pliegue con la areola y pezón e introdúzcalo en la boca de su hija o hijo.</li> <li>• Acuda al centro de salud. Esta es una condición que necesita apoyo y puede ser superada.</li> </ul>

## Grietas en el pezón



¿Cómo prevenir?	¿Qué hacer?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de amamantar, espere que se sequen los pezones antes de cubrirlos.</li> <li>• Utilice sostén de algodón o hilo, sin varillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de amamantar, ponga unas gotas de leche materna sobre el pezón afectado y déjelas secar.</li> <li>• Empiece a amamantar con el seno menos afectado y luego ofrezca el otro seno.</li> <li>• Extraiga la leche del seno afectado de forma manual cada dos horas.</li> <li>• Espere a que cicatricen la grietas y vuelva a amamantar a su hija o hijo.</li> <li>• Acuda al centro de salud.</li> </ul>



## Mastitis



La mastitis es una inflamación del seno que produce enrojecimiento de la piel, endurecimiento, dolor y fiebre. No es una razón para suspender la lactancia materna. Amamantar es una forma de tratar la mastitis.

¿Cómo prevenir?	¿Qué hacer?
<ul style="list-style-type: none"><li>• Extraiga la leche de forma manual cada dos horas, para vaciar el seno afectado y ayudar a descongestionarlo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si tiene fiebre y el seno está caliente e inflamado, coloque paños de agua tibia de manzanilla en el seno.</li><li>• Extraiga la leche de forma manual y deséchela.</li><li>• Siga amamantando con el seno no afectado.</li><li>• Acuda al centro de salud.</li></ul>

## ¿Qué debería ofrecerme el hospital y el centro de salud para favorecer la lactancia?

1.

- Tener una política de lactancia materna que sea periódicamente comunicada a todo el personal de salud

2

- Capacitar a todo el personal de salud para implementar esta política

3

- Informar a toda mujer embarazada del manejo y de los beneficios de la lactancia.

4

- Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la primera hora después del parto.

5

- Enseñar a las madres cómo amamantar y cómo mantener la lactancia, aun si se tienen que separar de sus hijos.

6

- No dar a los recién nacidos ningún alimento ni bebida que no sea la leche materna, salvo por indicación médica.

7

- Practicar el alojamiento conjunto: dejar que los recién nacidos y sus madres estén juntos las 24 horas del día.

8

- Dar la lactancia materna a libre demanda, sin horarios rígidos.

9

- No dar mamaderas o chupetes a los niños que están siendo amamantados.

10

- Promover la creación de Grupos de Apoyo a la Lactancia Materna y referir a las madres a estos grupos al salir de la maternidad.

- **Apoyo de familiares y amigos.**

Con frecuencia, esta es la fuente de apoyo más importante. El apoyo de la comunidad suele ser bueno donde las tradiciones de lactancia materna son fuertes y los miembros de la familia viven cerca. Sin embargo, algunas ideas tradicionales pueden ser erróneas.

- **Un control post-parto I precoz, en la primera semana después del alta.**

Este primer control puede adelantarse en las situaciones que lo requieran. Usted debe incluir la observación de una mamada y una charla sobre cómo está funcionando la lactancia. Usted puede ayudar en esa consulta a las madres con dificultades menores, antes de que éstas se conviertan en problemas serios. Si lo cree oportuno, vuelva a citarla antes del primer control postnatal de rutina.

- **Un control de vacunas y control del desarrollo del niño cada mes**

- **Grupo de apoyo a la lactancia materna.**

Un grupo de este tipo puede ser formado por un profesional de salud, por un grupo existente de mujeres, por un grupo de madres que creen que la lactancia materna es importante, o por madres que se reúnen en la consulta prenatal o en el servicio de maternidad y que quieren seguir reuniéndose y ayudándose mutuamente.

## ANEXO

### **Anexo 1. Ley de Fomento Apoyo y Protección a la Lactancia Materna (1995)**

**Art 1.-** “La lactancia materna es un derecho natural del niño/a y constituye el medio más idóneo para asegurarle una adecuada nutrición y favorecer su normal crecimiento y desarrollo”

Ecuador, Registro Oficial N° 381. Ley Reformatoria a la Ley de Maternidad Gratuita, Quito, Registro Oficial; agosto 10 de 1998:

“La lactancia materna debe ser precoz, exclusiva, mandatoria y a libre demanda”.

### **Anexo 2. Reglamento N.º 1469 de la ley de Fomento, Protección y Promoción de la Lactancia Materna, Registro Oficial N.º 321 del 18 de noviembre de 1999.**

### **Código de la Niñez y Adolescencia (2003)**

**Art. 24.-** Derecho a la Lactancia Materna: “Los niños y niñas tienen derecho a la lactancia materna para asegurarle una adecuada nutrición y favorecer su normal crecimiento y desarrollo. Es obligación de los establecimientos de salud públicos y privados desarrollar programas de estimulación de la lactancia materna”.

### **Anexo 3. Política Nacional de Lactancia Materna, Ministerio de Salud pública y Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2009**

Fomentar la práctica de lactancia materna involucrando a mujeres, hombres, familias y comunidad mediante la promoción de la lactancia materna exclusiva durante los 6 primeros meses de vida de niños y niñas.

Fortalecer la capacidad de los servicios de salud para asegurar la práctica adecuada de la lactancia materna mediante:

- a. El cumplimiento obligatorio del apego precoz dentro de los primeros 30 minutos de vida en todas las unidades de salud pública y de la red complementaria que atiende los partos.
- b. El cumplimiento obligatorio del alojamiento conjunto en todas las unidades de salud pública y de la red complementaria que atienden partos y recién nacidos.

## BIBLIOGRAFÍA

1. FUNBBASIC / IBFAN, Escuela de Nutrición de la Universidad San Francisco de Quito. INICIATIVA MUNDIAL SOBRE TENDENCIAS EN LACTANCIA MATERNA. Informe Ecuador. Quito: Universidad San Francisco de Quito, Escuela de Nutrición de la Universidad San Francisco de Quito; 2015.
2. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. [Online].; 2015 [cited 2017 agosto 19. Available from: <http://www.salud.gob.ec/lactancia-materna/>.
3. Ministerio de Salud Pública. Normas y Protocolos y Consejería para programas de atención nutricional durante el embarazo y el parto. [Online].
4. Organización Mundial de la Salud. La alimentación del lactante y del niño pequeño (OMS). [Online]. [cited 2017 Agosto 22.
5. Código Internacional de Sucesos. Código Internacional de Sucesos. [Online]. [cited 2017 Agosto 22.
6. Ministerio de Salud Pública. Paso a paso por una infancia plena. Nacional. Quito: Ministerio de Salud Pública, Ministerio Coordinador de Desarrollo Social; 2015.
7. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía para las madres que amamantan. Guíasalud.es. 2017; 1(1): p. 5-39.
8. Organización Mundial de la Salud. Consejería en lactancia materna. 2007..
9. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Normas y Protocolos para manejo de Bancos de Leche Humana para la implementación de la Iniciativa Hospital Amigo del Niño. 2012..
10. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición ENSANUT – ECU 2012. 2012..
11. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Iniciativa Mundial sobre tendencias en Lactancia Materna. Nacional. Quito: Ministerio de Salud Pública del Ecuador, Coordinación Nacional del Ecuador; 2012.
12. Registro Oficial del Ecuador. Ley 101 , Fomento y Apoyo a la lactancia materna. 1995.