

Semana Mundial de la Lactancia Materna 1 al 7 de Agosto

"Apoyo a la Madres que Amamantan: Cercano, Continuo y Oportuno"



Este es el Lema de la Semana Mundial de la Lactancia Materna la cual se celebra durante el 1 al 7 de Agosto de 2013.

Entre los objetivos establecidos para el presente año esta el de hacer un llamado a las instituciones de salud, para que cumplan los 10 pasos para una Lactancia Materna Exitosa, en particular el paso 10 para mejorar la duración y las tasas de lactancia materna exclusiva. Esta iniciativa engloba las acciones necesarias para apoyar la lactancia materna, con el propósito de promover que todos los servicios de maternidad se transformen en centros de apoyo del amamantamiento.

Se recuerdan a continuación los diez pasos para una Lactancia Materna Exitosa

1. Disponer de una política por escrito, relativa a la lactancia materna, que sistemáticamente se ponga en conocimiento de todo el personal de atención de la salud.
2. Capacitar a todo el personal de salud de forma que esté en condiciones de poner en práctica esa política.
3. Informar a todas las embarazadas de los beneficios que ofrece la lactancia materna y la forma de ponerla en práctica.
4. Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la media hora siguiente al alumbramiento. Actualmente este Paso se interpreta como: colocar a los bebés en contacto piel a piel con sus madres inmediatamente después del parto y alentarlas a reconocer cuando sus bebés están listos para amamantar, ofreciendo su ayuda en caso necesario.
5. Mostrar a las madres cómo se debe dar de mamar al niño y cómo mantener la lactancia incluso si han de separarse de sus hijos.
6. No dar a los recién nacidos más que la leche materna, sin ningún otro alimento o bebida, a no ser que estén médicamente indicados.
7. Facilitar la cohabitación de las madres y los lactantes durante las 24 horas del día.

8. Fomentar la lactancia materna a libre demanda.

9. No dar a los niños alimentados al pecho tetinas ni chupetes artificiales.

10. Fomentar el establecimiento de grupos de apoyo a la lactancia materna y procurar que las madres se pongan en contacto con ellos a su salida del hospital o clínica.

Cada vez más estudios demuestran que la implementación de los diez pasos y un apoyo postnatal continuo, contribuyen a una mayor iniciación del amamantamiento y de la lactancia materna exclusiva, en los niveles locales, nacionales e internacionales.

La **estrategia AIEPI** por su parte también refuerza el tema de la Lactancia Materna en su última versión en la que sugiere la siguiente tabla que resume la evaluación de la lactancia, que puede utilizar cuando observe la madre y el lactante para evaluar al amamantamiento:



OBSERVACIÓN DE LA LACTANCIA MATERNA	
SIGNOS DE UNA BUENA LACTANCIA	SIGNOS DE POSIBLE DIFICULTAD
GENERALES	
Madre:	
<input type="checkbox"/> Se ve saludable <input type="checkbox"/> Está relajada y cómoda <input type="checkbox"/> Signos de vínculo afectivo madre/niño	<input type="checkbox"/> Se ve enferma o deprimida <input type="checkbox"/> Está tensa e incómoda <input type="checkbox"/> No existe contacto visual madre/hijo
Lactante:	
<input type="checkbox"/> Se ve saludable <input type="checkbox"/> Está calmado y relajado <input type="checkbox"/> Busca el pecho si tiene hambre	<input type="checkbox"/> Se ve somnoliento o enfermo <input type="checkbox"/> Está inquieto o llorando <input type="checkbox"/> No busca el pecho
PECHOS	
<input type="checkbox"/> Están sanos <input type="checkbox"/> No presentan dolor o molestias <input type="checkbox"/> Sostiene el pecho con los dedos en el pezón <input type="checkbox"/> Pezón protruye, es protráctil	<input type="checkbox"/> Enrojecidos, hinchados o con úlceras <input type="checkbox"/> Dolor en el pecho o el pezón <input type="checkbox"/> Sostiene el pecho con los dedos en la areola, lejos de la areola <input type="checkbox"/> Pezón plano, no es protráctil
POSICIÓN DEL BEBÉ DURANTE LA LACTANCIA	
<input type="checkbox"/> La cabeza y el cuerpo están alineados <input type="checkbox"/> Está en contacto con el cuerpo de la madre <input type="checkbox"/> Todo el cuerpo del lactante es sostenido <input type="checkbox"/> Aproximación al pecho, nariz al pezón	<input type="checkbox"/> El cuello y la cabeza están torcidos <input type="checkbox"/> El lactante no está en contacto <input type="checkbox"/> Sólo se sostiene la cabeza y el cuello <input type="checkbox"/> Aproximación al pecho, labio inferior/mentón al pezón
AGARRE DEL PECHO	
<input type="checkbox"/> Se ve más areola por encima del labio superior <input type="checkbox"/> La boca está bien abierta <input type="checkbox"/> El labio inferior hacia afuera <input type="checkbox"/> El mentón toca el pecho	<input type="checkbox"/> Más areola por debajo del labio inferior <input type="checkbox"/> La boca no está muy abierta <input type="checkbox"/> Labios apuntan adelante o hacia adentro <input type="checkbox"/> El mentón no toca el pecho
SUCCIÓN	
<input type="checkbox"/> Succiones lentas, profundas con pausas <input type="checkbox"/> Las mejillas están redondeadas mientras succiona <input type="checkbox"/> Se retira del pecho cuando ha acabado <input type="checkbox"/> La madre nota signos del reflejo de oxitocina*	<input type="checkbox"/> Succiones rápidas, superficiales <input type="checkbox"/> Las mejillas están tensas o chupadas hacia adentro cuando succiona <input type="checkbox"/> La madre retira al lactante del pecho <input type="checkbox"/> No se advierte signos del reflejo de la oxitocina*

*Signos de un reflejo de oxitocina activo:

- Sensación de cosquilleo en el pecho antes o durante la lactancia
- La leche fluye de los pechos cuando la madre piensa en el lactante o lo escucha llorar
- La leche fluye del otro pecho cuando el lactante está succionando
- La leche fluye del pecho a chorros cuando se interrumpe la succión
- Succiones lentas y profundas y deglución de leche, demuestra que la leche fluye a la boca del lactante
- Dolor o un leve sangrado uterino
- Sed durante la mamada

Finalmente ¿Cuál es la importancia de la lactancia materna?

Si todos los niños y niñas fueran alimentados exclusivamente con lactancia materna desde el nacimiento, sería posible salvar cada año aproximadamente 1.5 millones de vidas. Y esas vidas no sólo se salvarían, sino que mejorarían sus condiciones actuales, debido a que la leche materna es el alimento perfecto para el niño durante los primeros 6 meses de vida en forma exclusiva y hasta los dos años en forma complementaria.

Referencias

- Ministerio de la Protección Social; Organización Panamericana de la Salud. Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia. 2011. Páginas 1 - 915.
- UNICEF Internet. Consultado Julio 2013. Disponible: <http://www.unicef.org/spanish/nutrition/breastfeeding.html>.
- Clínica y Maternidad Suizo Argentina Internet. Consultado Julio 2013. Disponible: http://www.cymasa.com.ar/frontend/neo_10pasos.asp.