

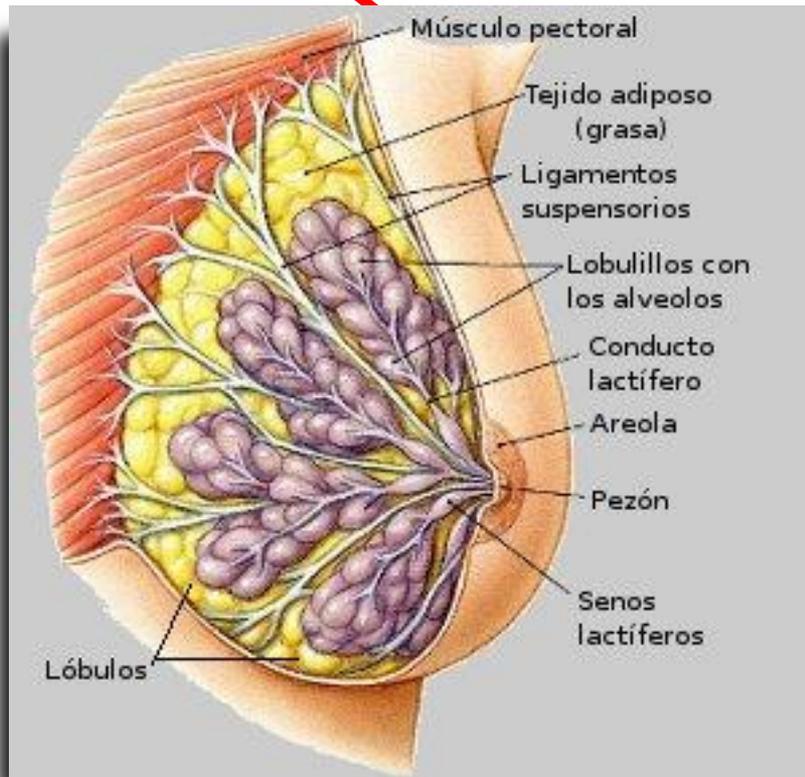
# ROTAFOLIO EDUCATIVO LACTANCIA MATERNA

## Unidad de Cuidado Intensivo Pediátrico



**Universidad  
de La Sabana**

# Anatomía mamaria



Diseñada para la  
producción y  
almacenamiento de la  
leche

# Composición de la leche materna



Imagen tomada de: <http://3.bp.blogspot.com/-HkGo5N65kyM/T3XyI2tVNdI/AAAAAAAAAEs/RtO434WUUWc/s1600/calostro+leche+madura.jpg>

# Etapas de la leche materna

## CALOSTRO



Primeros 5 días.

Amarillenta, poca cantidad.

Alto contenido de defensas para el bebé.

## LECHE MADURA



Del día 14 en adelante

Disminuye contenido de proteínas aumenta contenido de ácidos grasos favorecedores para su desarrollo neuronal.

## LECHE DE TRANSICIÓN

Días 5-14

Blanquecina, mayor cantidad



Proteínas, lípidos, lactosa, vitaminas A-C-D-E-K, calcio, hierro, factor bífido. lactoferrina

# Contraindicaciones de la Lactancia

Uso materno de medicamentos como:  
Amiodarona, quimioterapéuticos, metotrexate, litio, tetraciclinas  
O sustancias psicoactivas.

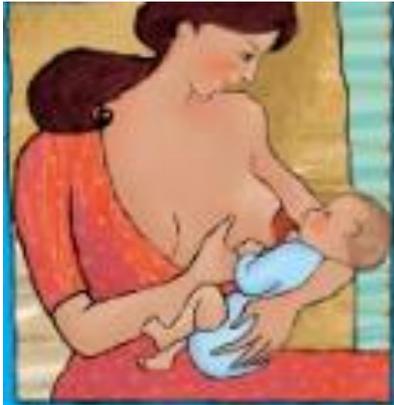
Madre VIH positiva

Madre con TBC activa no tratada.

Madre con Virus de Hepatitis B  
Hasta que el niño reciba primera vacuna y la Inmunoglobulina específica

Enfermedad materna clínica y/o psiquiátrica grave

# Técnica de Lactancia materna



1 La espalda materna debe estar recta y debe existir unión ombligo con ombligo (madre e hijo).



2 La boca del recién nacido debe abarcar la areola, no solamente el pezón.



3 No hay que cambiar de mama hasta que ésta esté vacía, empezando la siguiente toma por el pecho que no se vació.



4 Si no es posible lactar pero no está contraindicada, aplica la técnica de extracción manual.

Solo se debe complementar en casos de estricto requerimiento como: hipoglucemia, deshidratación grave, separación madre e hijo prolongada, dificultades para la succión.

# Indicadores de buen agarre

- Boca bien abierta.
- La boca cubre menor porción de la areola debajo de la barbilla y mayor porción de areola arriba del pezón.
- La barbilla debe tocar el pecho.
- El labio inferior debe quedar revertido.
- La nariz del recién nacido debe quedar libre.
- La madre puede estimular la succión tocando los labios del recién nacido con el pezón.

# Indicadores de alimentación con éxito

- Ver y oír cuando el recién nacido deglute.
- Una succión rítmica y sostenida.
- Brazos y manos relajadas, boca húmeda, pañales empapados, debe orinar cuatro veces al día.

# Indicadores de lactancia exitosa

- Senos blandos al final de la alimentación.
- No se siente compresión del pezón.

# Complicaciones de lactancia inadecuada

**Pezón agrietado**



Lanolina tópica

Leche alrededor

**Ingurgitación mamaria**



Tumefacción, calor, rubor e induración.

Compresas calientes/frías  
Extracción manual de la leche.

**Mastitis**



Es la inflamación con o sin infección de la mama.

Mayoría unilateral  
Dolor, rubor, edema, astenia, adinamia, fiebre, mialgias

# Extracción manual de la leche



Alista recipientes estériles plásticos duro o vidrio

## Aprende a lavar tus manos correctamente



Lisbeth Pardo Méndez, enfermera de Vigilancia Epidemiología, nos explicó los pasos adecuados para obtener un correcto lavado de manos:



Deposita en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.



Distribuye en las palmas de las manos entre sí.



Frótate la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



Frótate las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándote los dedos.



Frótate con el movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



Frótate la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



Una vez secas tus manos son seguras.

Lava bien tus manos antes de iniciar

Si realizamos un correcto lavado de manos, podemos prevenir brotes de varicela, infecciones respiratorias agudas y diarreas.



# Consejos prácticos

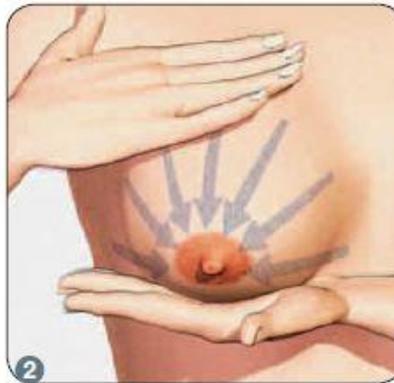
No almacenar grandes cantidades en un solo recipiente

No suspender la lactancia por gripe

Poner compresas tibias/ frías para facilitar extracción

Extraer la leche siempre que los senos estén congestivos así duela un poco

# Masajes para favorecer la extracción



1 Usando 2 o 3 dedos, dale masajes circulares a tu pecho, del exterior hacia el pezón.

2 Con toda la palma de la mano, frota suavemente al pecho desde la base hacia la punta del pezón.

3 Coloca los dedos pulgar e índice al borde de la areola y extrae suavemente la leche.

4 Cambia la posición de los dedos pulgar e índice alrededor de la areola de modo que el pecho se vacíe completamente.

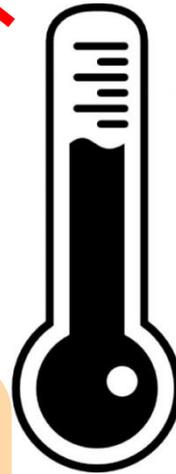
Imagen tomada de: <http://atencionycuidadosdelbebe.com/wp-content/uploads/2014/08/cuidado-del-pecho.jpg>

# Almacenamiento

Temperatura ambiente de 19-22 grados  
10 horas

Temperatura ambiente de 15 grados  
24 horas

Temperatura ambiente de 24 grados  
4-8 horas



Refrigerada entre 0-4 grados  
De 5-8 días

No olvides marcar el recipiente con fecha y hora de la extracción de la leche.

# Congelación de la leche

Congelador dentro  
de la misma nevera  
2 semanas

Congelador con  
puerta separada de  
la nevera  
3-4 meses

Congelador separado  
tipo industrial  
-19 grados constante  
6 meses

Después de  
descongelada sin  
contacto con saliva  
o contaminantes  
puede ofrecerse  
durante 24 horas

# ¿Cómo la puedes descongelar?

1



Poner a temperatura ambiente 12 horas antes de suministrarla

2



Calentar al baño maría.