

LACTANCIA MATERNA

OBJETIVOS:

- Exponer la importancia de la lactancia materna y los conceptos básicos.
- Explicar los cuidados y preparación de la futura madre para el amamantamiento.
- Describir las técnicas de amamantamiento.
- Detallar la composición de la leche materna.
- Explicar las propiedades y ventajas de la lactancia materna.
- Exponer las contraindicaciones de la lactancia materna.

Iniciamos definiendo lo que es la Lactancia Materna; como todos sabemos la leche materna es aquella segregada por la glándula mamaria de la madre. Cada especie segrega leche según el requerimiento de cada especie, es así como la leche humana va dirigida a los niños, la leche de vaca va dirigida a los becerros.

La leche materna representa el soporte fundamental para el desarrollo de la personalidad del niño, puesto que con la técnica de amamantamiento se estrecha el vínculo entre la madre y el niño, de la misma manera vamos transmitiendo, además de todos los nutrientes, toda la seguridad y confianza.

Proporciona beneficios psicológicos, prácticos, económicos, está siempre disponible, no necesita calentarse ni colocarlo a baño de María, ya que, siempre está a la temperatura adecuada para la ingesta del niño; además están las ventajas inmunológicas y antiinfecciosas que, ni con lo avanzado de la tecnología se ha podido igualar ninguna fórmula a la composición de la leche materna, porque tiene componentes muy específicos que brindan esas características inmunológicas importantes para proteger al niño contra muchas enfermedades, entre ellas, la diarrea; la madre a través del amamantamiento pasa todo su sistema inmunológico al niño. Proporciona beneficios fisiológicos y nutricionales.

PREPARACION PARA LA LACTANCIA MATERNA.

La preparación para el amamantamiento comienza desde la etapa preconcepcional; las madres generalmente acuden a grupos o consultas grupales donde se comparte experiencias inclusive con otras madres que ya han amamantado. Durante la gestación el mismo ginecólogo le explica las ventajas para el niño y para la mamá, se le explica además la limpieza de la mama.

FORMACIÓN DE LA GLANDULA MAMARIA: pasa por 3 etapas.



ETAPAS

MAMOGENESIS

LACTOGENESIS

LACTOPOYESIS

La mamogenesis como su nombre lo indica es la formación de la glándula mamaria como tal. Inicia desde el período embrionario y finaliza cuando la mujer sale embarazada.

- PUBERTAD: ocurre un crecimiento importante dado por Estrógenos y Progesterona Ováricos.

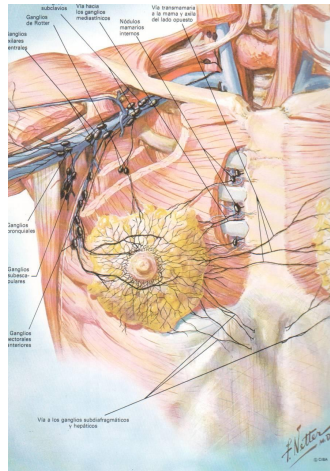
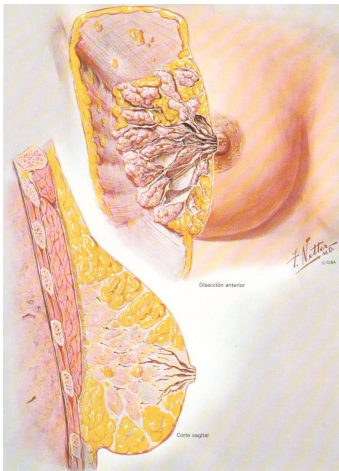
Desarrollo de ductus.

- GESTACION: dado por Estrógenos y Progesterona Placentarios.

Desarrollo de lóbulos y alveolos.

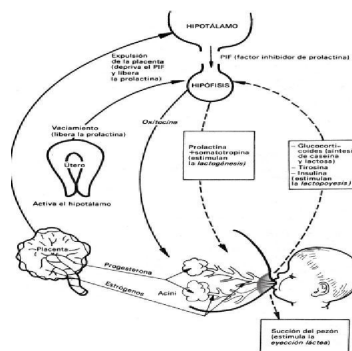
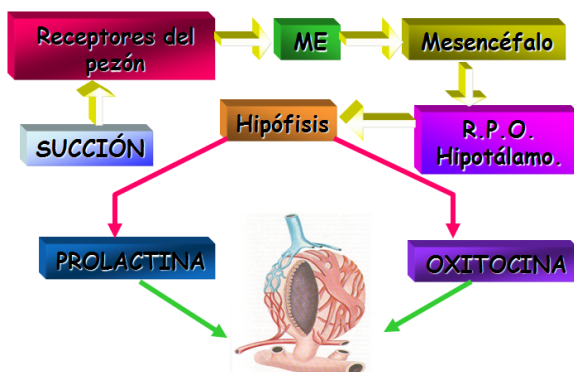
En la etapa de lactogenesis se da la producción de leche como tal, la que inicia al final de la gestación y se potencia posterior al parto.

La lactopoyesis es la eyección de la leche, la contracción de cada uno de estos conductos para la salida de la leche.



Observamos la disposición de la mama por lóbulos (3 ó 4) de los cuales salen los conductos galactíferos que desembocan en el seno galactífero y éste en el pezón.

La fisiología de la producción de la leche está esquematizado en este gráfico; donde posterior a la succión, es recibido este estímulo por los receptores (ubicados en pezón, estratégicamente en la zona de la areola) hacia el mesencéfalo e hipófisis desde donde sale el estímulo para la producción de dos hormonas principales que son: prolactina (por la hipófisis anterior y encargada de la lactogénesis) y oxitocina (por la hipófisis posterior, encargada de la lactopoyesis)



Ojo: es importante saber que para la lactogénesis es necesario el estímulo de succión, para la producción de la leche; pero para la eyección de la leche, para la lactopoyesis, además del estímulo de la succión es importante también (además de la succión) el estímulo del vaciamiento de la glándula, una vez que el niño succione y vacíe la glándula mamaria completamente eso es un estímulo para que se vuelva a llenar nuevamente la mama (esto es tanto para la lactogénesis como para la lactopoyesis).

Tenemos diferentes tipos de leche materna dependiendo del tiempo postparto al que nos referimos.

Calostro: es la primera secreción láctea presente en los primeros 4-5 días posterior al parto y tiene unas características particulares.

Leche de transición: de 4-5 días a 1 semana.

Leche Madura: se presenta posterior a 1 semana, 8-9 días. Con la composición con la cual se termina alimentando al bebé.

Leche del pretérmino: (solo nombró que tiene sus características específicas)

*existen características bioquímicas entre los diferentes tipos de leche. El calostro aunque visiblemente es un líquido claro, amarillento por la cantidad de carotenoides que tiene, tiene mayor potencial inmunológico y de proteínas con respecto a la leche materna. De aquí lo importante de comenzar el amamantamiento pocas horas posterior al parto.

COMPOSICION DE LA LECHE MATERNA

Carbohidratos

Aprox 6,5 a 7%, esencialmente lactosa.

Proteínas

Aprox 1 a 1,5%. 60% Pr del suero (lactoalbúmina y lactoglobulina) y 40% caseína. En la leche de vaca la proporción cambia a 80-20 a predominio de la caseína lo que hace que la digestión sea más lenta. La leche materna es más digerible y no produce tanto cólicos.

Grasas

En promedio 3,5%, con predominio de ácidos grasos de cadena larga, no saturados (poliinsaturados). A diferencia de la leche de vaca donde las grasas son saturadas.

Minerales

Aprox 0,15 a 0,25%

LECHE MATERNA

Aquí observamos diferencias entre calostro, leche humana y leche de vaca, donde podemos ver que el la leche de vaca tiene más proteínas seguida del calostro. La proporción de caseína en la leche de vaca la hace menos digerible que otras. En cuanto a carbohidratos la leche materna tiene más y en cuando a minerales es relativamente similar.

Componente %	CALOSTRO	LECHE HUMANA	LECHE DE VACA
Agua	87	88	88
Proteína	2,7	1,0	3,3
LACTOALBUMINA	1,5	0,4	0,4
LACTOGLOBULINA	1,2	0,2	0,2
CASEINA		0,4	2,7
Grasa	2,9	3,5	3,5
Carbohidratos	5,3	7,0	4,8
Minerales	0,5	0,2	0,8

VENTAJAS DE LA LACTANCIA PARA LA MADRE.

- **MEDICAS:** Involución uterina más rápida. Con la succión del pezón y liberación de oxitocina el útero se contrae, volviendo a su estado pregestacional.

Ayuda a que el sangrado post-parto sea más corto.

Disminución del riesgo de infección puerperal

Permite a la madre recuperar más fácil su anterior figura.

Ejerce un efecto protector contra la aparición de cáncer de mama y cáncer del cuello uterino

- **CONTRACEPCION:** Relativa. Es importante hacerlo ver con claridad ya que no es 100% efectivo.
- **PSICOLOGICAS:** la satisfacción que brinda a la madre de contribuir con el desarrollo mental, físico, psicomotor de su hijo.
- **PRACTICAS:** económica, práctica, sin errores, sin riesgo de contaminación.

VENTAJAS PARA EL NIÑO

- La leche humana cubre, hasta el sexto mes de vida del niño, de todos sus requerimientos nutricionales para garantizar un adecuado crecimiento y desarrollo. Es lo ÚNICO que debe recibir todo niño entre 0 y 6 meses.
- Mejor estado digestivo y metabólico
- Mayor protección inmunológica:

✓ Es pura y no contiene bacterias, está siempre protegida y lista para el consumo.

- ✓ Contiene anticuerpos (inmunoglobulinas) contra muchas infecciones comunes.
- ✓ La leche humana contiene linfocitos, responsables de la formación de anticuerpos. Recordemos que el recién nacido no posee capacidad de originarlos por sí solo, sino a partir de los 3 meses.
- ✓ Contiene el factor bífido; sumamente importante para la prevención de diarrea.
- ✓ Contiene el factor de crecimiento epitelial.
- ✓ La leche humana contiene taurina, aminoácido que es necesario en los dos primeros años para el buen desarrollo del cerebro humano.
- ✓ Menor riesgo de sensibilización alérgica. Por esto, a los niños con antecedentes asmáticos se les recomienda el amamantamiento para disminuir la sensibilización alérgica.
- ✓ Prevención de trastornos posteriores: obesidad, HTA. Esto porque la leche de vaca posee más grasa, además las madres agregan productos como nenerina, etc, que el niño no digiere y que a la larga favorece a todo lo que es obesidad e HTA.
- ✓ Previene la aparición de caries dental temprana y mal oclusiones dentarias.
- ✓ Mejor evolución psicológica por la estrecha relación madre-hijo.
- ✓ Menor morbilidad y mortalidad infantil.

A continuación más detallado las propiedades antiinfecciosas, humores, la Inmunoglobulinas que participan en prevención de enfermedades.

PROPIEDADES ANTIINFECCIOSAS HUMORALES	
-IgA SECRETORA	Representa el 90% de las Ig de la leche humana. Protección de mucosas.
-FACTOR BIFIDUS	Promueve el crecimiento de Lactobacillus bifidus, que metaboliza la lactosa a ácido láctico y acético.
-LISOZIMA	Enzima bacteriolítica.
-LACTOFERRINA	Proteína ligadora de Hierro. Inhibe el crecimiento de E. coli.
-INTERFERÓN	Agente antivírico

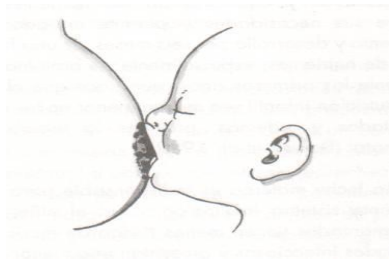
PROPIEDADES ANTIINFECCIOSAS HUMORALES	
-Macrófagos	Fagocitosis. Sintetizan lisozima, lactoferrina, c3, c4.
-Linfocitos	Las células T pueden transferir respuestas de hipersensibilidad retardada al lactante. Las células T sintetizan IgA.

TECNICAS DE AMAMANTAMIENTO. Lo más importante es el acoplamiento de los labios del niño con el pezón de la madre, que debe cubrir toda la areola de la madre que es donde están todos los receptores.

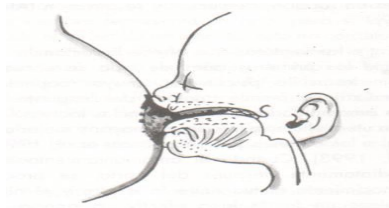
Usar la posición más cómoda tanto para el niño como para la madre.



Posición correcta de los labios: debe cubrir toda la areola con su boca



Posición correcta de la lengua. Debe tomar y succionar el pezón.



De todas maneras esto es un reflejo innato, lo que se debe es llevar todo el pezón para que entre en la boca del niño y el reflejo de succión hará que el amamantamiento se dé de la forma mas natural.

- **Correcta posición de la madre.**
- **Correcta ubicación del niño respecto al cuerpo de la madre.**
- **Correcto acoplamiento de la boca del niño al pecho de la madre.**
- **Frecuencia de las mamadas. Muy importante: muchas de las madres dicen que el niño no se llena, en realidad si se llenan pero la leche es tan digerible que a los 30min ó 1hora ya el niño tiene hambre nuevamente.**

- **Duración de las mamadas sin limitación del tiempo. Lo importante es el tiempo necesario para vaciar cada glándula. Una vez que se vacíen por completo ese es el estímulo principal para que se vuelvan a llenar. Entonces: vacían una, luego la otra y la próxima vez que vayan a amamantar se empieza por la última mama que fue estimulada.**

CAUSAS INJUSTIFICADAS DE SUSPENSIÓN DE LA LACTANCIA: serie de medicamentos que no justifican la suspensión de la lactancia.

- | | |
|------------------------------|---------------------------------|
| • Anestésicos. | • Antihipertensivos. |
| • Cumarínicos. | • Antibióticos. |
| • Alcohol. | • Antiarrítmicos. |
| • Anticonvulsivantes. | • Relajantes musculares. |
| • Barbitúricos. | • Hormonas. |
| • Opiáceos. | • AINES |
| • Cafeína. | • Diuréticos. |
| • Clorfeniramina. | • Benzodiacepinas. |
| • Teofilinas. | • Antidepresivos. |
| • Vitaminas. | • Antipsicóticos. |

CONTRAINDICACIONES de la LACTANCIA MATERNA

ABSOLUTAS

- Ca de Mama
- Psicosis post parto o depresión severa; mientras la madre se recupera.
- Malformaciones orofaríngeas o vías digestivas altas: paladar hendido (teóricamente no puede ser amamantado, pero una vez que tenga la prótesis si se puede), fisura esofágica y macroglosia (malformaciones congénitas).

RELATIVAS

En Madre: (una vez recuperada puede amamantar)

- **Septicemia**
- **Tuberculosis**
- **Hemorragia profusa**
- **Malaria**
- **Nefritis**
- **Desnutrición severa**
- **Uso de medicamentos prohibidos**

En NIÑO:

- **Extrema prematurez**
- **Depresión neurológica, Ausencia de succión**
- **Dificultad respiratoria**
- **Insuficiencia cardíaca**

SITUACIONES ESPECIALES PARA SUSPENDER LA LACTANCIA

Maternas.

- Dolor.
- Congestión mamaria.
- Grietas del pezón.
- Mastitis.
- Absceso mamario.
- Quistes de retención de leche.
- Micosis mamaria.
- Pezones planos o invertidos. Esta es relativo porque Actualmente hay prótesis que evierten el pezón y aumentan la estimulación.
- Cirugía mamaria.

SITUACIONES ESPECIALES EN QUE NO ES POSIBLE LA LACTANCIA

- **Galactosemia.**

(galactosa-1-fosfatouridil transferasa)



- **Fenilcetonuria. (fenilalanina hidroxilasa)**
- **HIV:** antes era absoluta para mujeres sero positivas pero si es lactancia materna exclusiva, la puede recibir, si es mixta (materna y fórmula láctea) NO.

OMS
10 DATOS SOBRE LACTANCIA MATERNA

1. LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA los primeros 6 meses de edad. Lo único que deben recibir los niños.
2. BENEFICIOS PARA LA SALUD DEL LACTANTE, empezando por la inmunológicas.
3. BENEFICIOS PARA LA MADRE
4. BENEFICIOS A LARGO PLAZO PARA EL NIÑO, se ha demostrado que tienen un desarrollo psicomotor óptimo que supera el de otro niño que toma fórmula, el niño se para más rápido, sostiene su cabeza más rápido, habla más rápido y su escala de inteligencia es mayor. Prevención de obesidad e HTA.
5. ¿POR QUE NO LECHE ARTIFICIAL? Porque la leche de vaca es destinada al becerro, la leche materna es la que es para el niño.
6. LA LACTANCIA MATERNA Y EL VIH. Se puede dar siempre y cuando sea lactancia materna exclusiva.
7. REGLAMENTACION DE LOS SUCCEDANEOS DE LA LECHE MATERNA. Existe un código para cada una de estas fórmulas que lleva cada una de las características de las mismas.
8. EL APOYO A LA MADRE ES ESENCIAL. Es importante que la mamá cumpla con este horario para amamantar, existe el reposo postparto contemplado por 3 meses pero pasado los 3 meses, según la ley del trabajo tiene contemplado horas de amamantamiento (media hora en la mañana y media hora en la tarde), de no ser posible esa salida, ella puede sacarse la leche en casa, dejarla en teteros y que se caliente en baño de María. Ella puede pasar semanas en la nevera y años congelada sin perder las propiedades de ningún tipo.
9. LACTANCIA MATERNA Y TRABAJO
10. LA INTRODUCCION PROGRESIVA DE NUEVOS ALIMENTOS o ABLACTACIÓN: debe iniciarse a partir de los 6 meses de edad.