

Lactancia materna Alimento esencial

Diana Martínez. Matrona
Comité Lactancia Área de León
Formadora en Lactancia Materna IHAN



Lactancia Materna - Diana Martínez



@dianamartinezlactancia



@DianaMartinezlactancia

TENEMOS QUE DEJAR DE CREEN EN LA LACTANCIA MATERNA

No te asustes!!!



Si la mitad de los rn se alimentasen sólo de LM hasta los 6 meses, se podría salvar la vida a:

- 823.000 niños
- 20.000 madres cada año

Ahorro de 300.000 millones de dólares/año



Organización
Mundial de la Salud



iHAN
Iniciativa para la humanización de la
asistencia al nacimiento y la lactancia.



unicef



Sí es que esto de la lactancia materna es una moda de ahora. (La abuela)

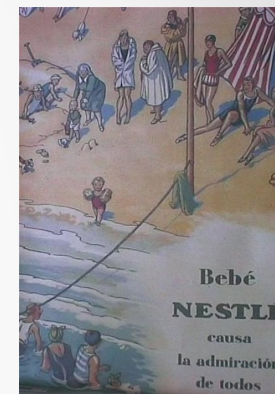
Es que ahora soís muy modernas con esto de la teta! (El vecino)

Toda la vida se dio biberón y mira qué bien estamos! (La amiga)

¿Qué ha pasado?



Madame d'Estrées.
Amante del Rey Enrique IV



Síndrome de hipogalactia colectiva



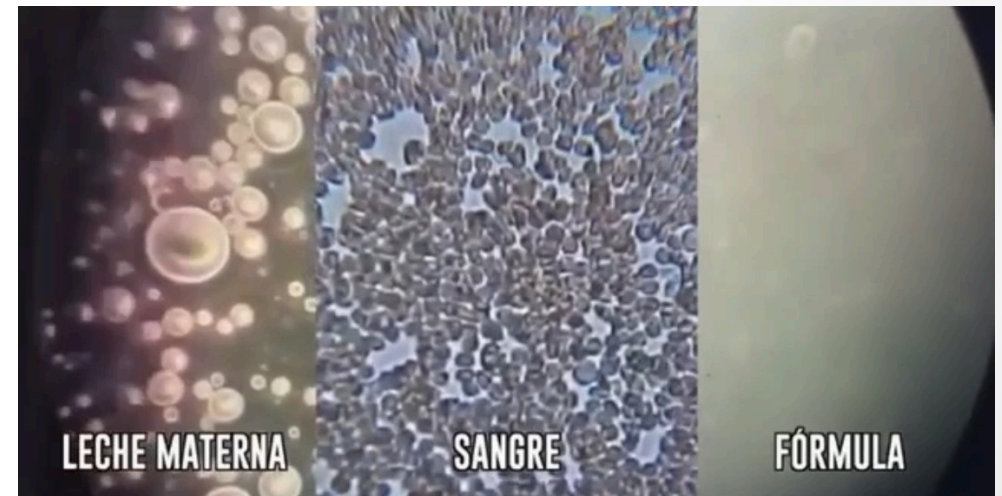
LA LECHE HUMANA ES
PARTE DE LO QUE NOS
HACE LO QUE SOMOS
Y SOMOS mamíferos



¿Por qué es un súper alimento?

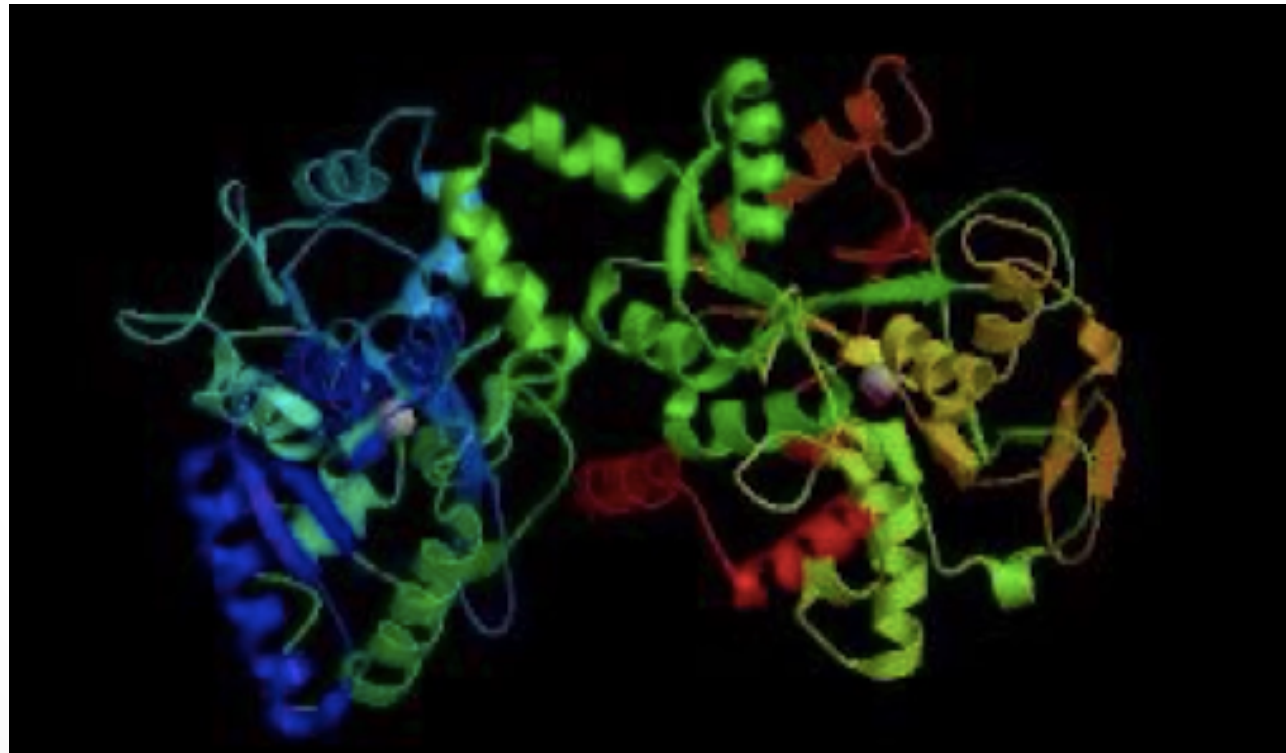
Es un alimento vivo

- Tiene los nutrientes perfectos para cada edad y cada peso
- Cambia con la prematuridad
- Tiene factores protectores
- Disminuye las alergias
- Ayuda al desarrollo neurológico
- Ayuda a la maduración
- Tiene sustancias bioactivas

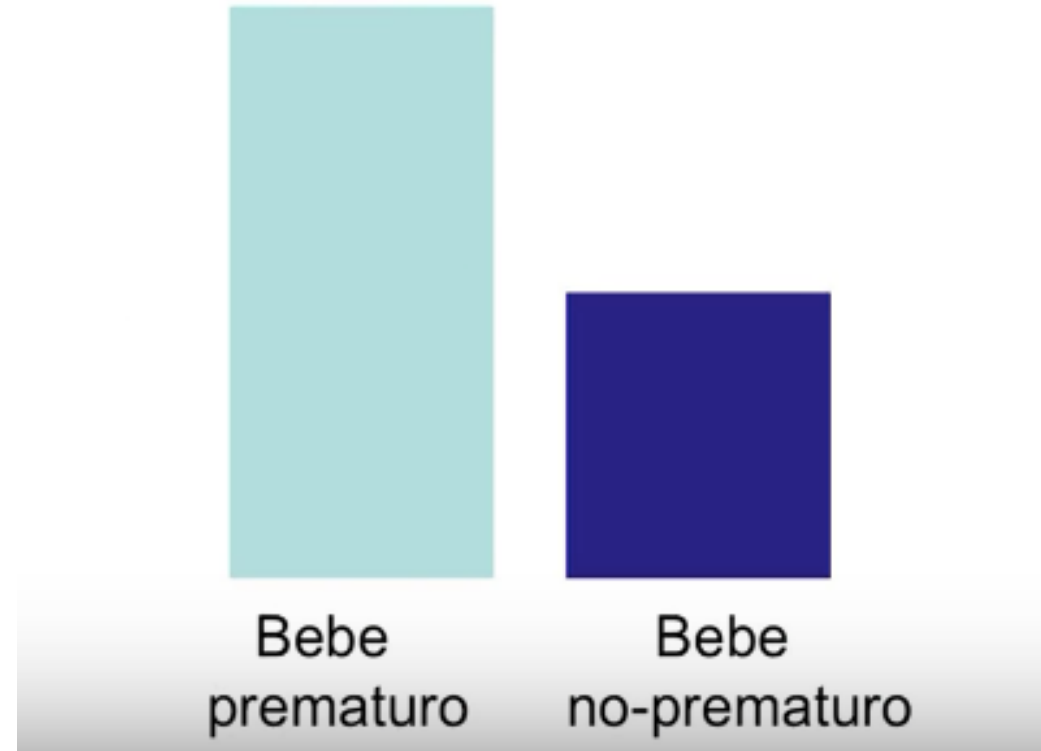


¿Por qué es un súper alimento?

LA LACTOFERRINA



Lactoferrina en calostro




El factor de crecimiento de fibroblastos 21 en la leche materna controla la función del intestino neonatal

SCIENTIFIC REPORTS

Article | [Open Access](#) | Published: 02 September 2015

Fibroblast growth factor 21 in breast milk controls neonatal intestine function

Aleix Gavalda-Navarro, Elayne Hondares, Marta Giralt, Teresa Mampel, Roser Iglesias & Francesc Villarroya 

Scientific Reports **5**, Article number: 13717 (2015) | [Download Citation](#) 

Gavalda-Navarro, A. *et al.* Fibroblast growth factor 21 in breast milk controls neonatal intestine function. *Sci. Rep.* **5**, 13717; doi: 10.1038/srep13717 (2015).



SEMANA MUNDIAL LACTANCIA MATERNA

La leche materna regula el reloj interno del bebé

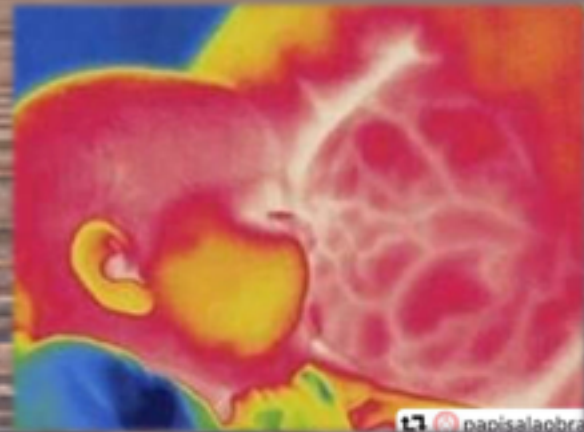
La variación en su composición a lo largo del día tiene efectos beneficiosos en el descanso nocturno, tanto de la madre como del niño

DIANA OLIVER · 04 OCT 2019 09:21

El País

Las madres no sólo comen
para dos, sí no que comen
para dos a la potencia de billones

Katie Hinde



Y es que...

...La leche materna también cambia...
de una madre a otra
del principio de la toma al final
del momento del día
del momento del nacimiento
del momento de la lactancia

Riesgos LA para el bebé

Peor desarrollo intelectual

Dificulta el vínculo afectivo

Apego seguro: relaciones más cálidas, estables, positivas, integradas

El apego seguro es la piedra angular del crecimiento independiente. Ross 2005

Riesgos de la LA para el bebé

No es específica de especie

- No cambia el sabor
- Menos digestiva.
- Más reflujo G-E
- No favorece la maduración intestinal
- No facilita la eliminación de meconio

(AMJ Clín Nutr 1999; 70: 525-535)

Riesgos de la LA para el bebé

↑ incidencia / gravedad de:

inf. vías respiratorias bajas

otitis medias

inf. urinarias

inf. gastrointestinales

bacteriemia

meningitis bacterianas

Pecho: órgano inmunitario del bebé

Riesgo de la LA para el bebé

↑ frecuencia de enfermedades crónicas:

- alergias
- obesidad (adulto), HTA, enfermedad CV
- diabetes mellitus insulín dependiente
- enf. de Crohn, enf celíaca
- esclerosis múltiple
- artritis crónica juvenil
- linfoma, leucemia
- SMSL (muerte súbita del lactante)

Riesgos de la LA para el bebé

- Favorece la caries,
la caída dental
la maloclusión

(Lancet 1994; 344: 1319-1322)



Riesgos LA para la madre

↓ Recuperación del parto:

↓ Recuperación tamaño uterino

↑ hemorragias (LM: oxitocina)

(Br Obstet Gynecol 1994; 101: 804-805)

↓ Recuperación peso preembarazo

(Am J Clín Nutr 1993; 58: 162-166)

Más anemia ferropénica (menstruación)

Nuevos embarazos

(Pediatrics 1990; 86: 747-752)

Riesgos LA para la madre

↑ Osteoporosis

Más fracturas de cadera

(Int J Epidemiol 1993; 22: 192-197)

↑ Diabetes tipo II

Por cada año de LM, ↓ 4% el riesgo

↑ Depresión post-parto

Riesgos LA para la madre

↑ cáncer de mama premenopáusico

↓ 4.3% por cada 12 meses de LM

(N Engl J Med 1994; 330: 81-87)

↑ cáncer de ovario

(Pediatr Clín North Am 2001; 48: 143-158)

Riesgos de la LA para la sociedad

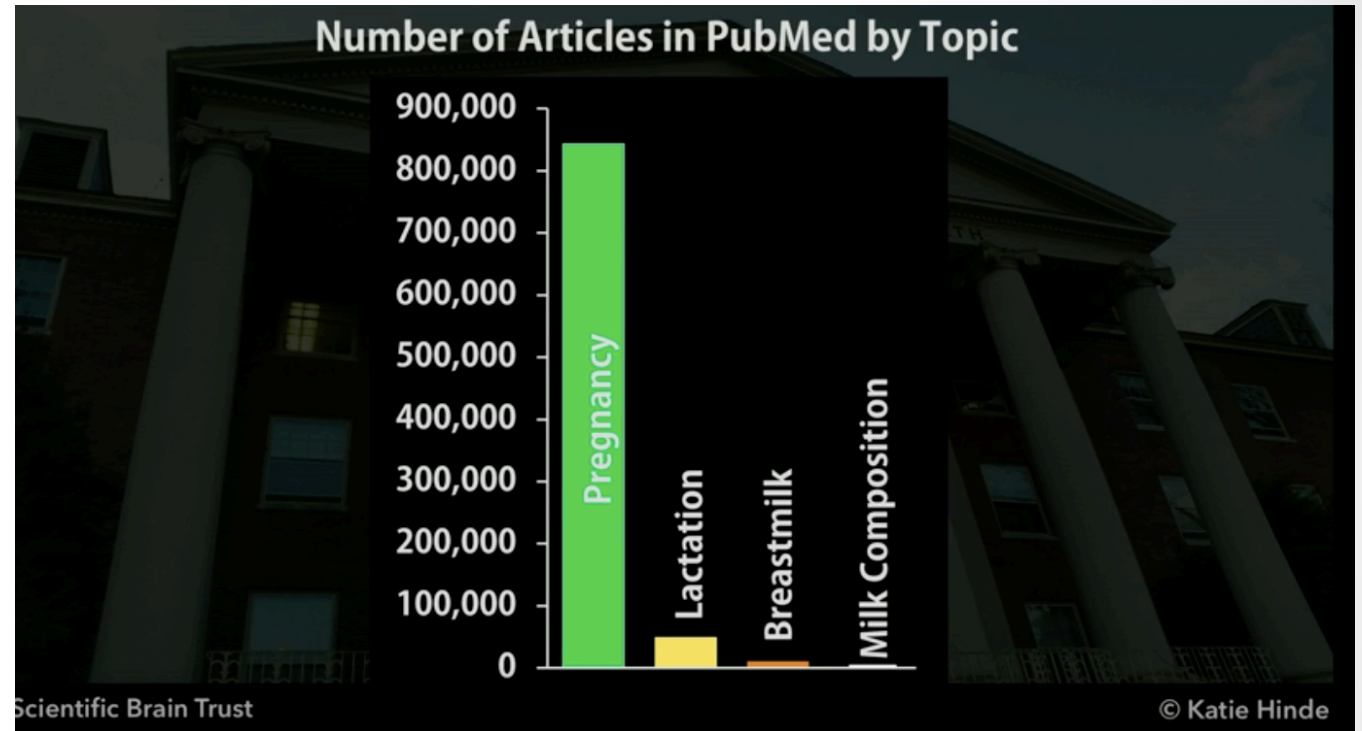
- Es cara
- ↑ costes por asistencia sanitaria
 - ↑ nº de visitas en urgencias
 - ↑ exploraciones complement
 - ↑ nº ingresos hospitalarios
- ↑ absentismo laboral
materno/paterno



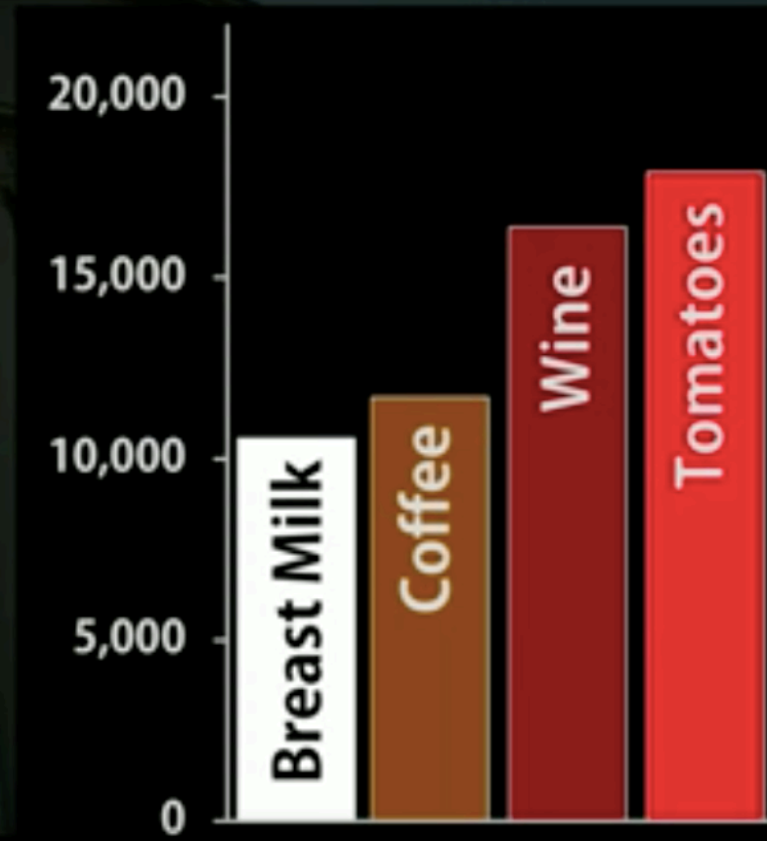
(Pediatr Clín North Am 2001; 48: 253-262)



Instituto Nacional de Salud de EEUU
Biblioteca Nacional de Medicina
25 millones de artículos (PUBMED)

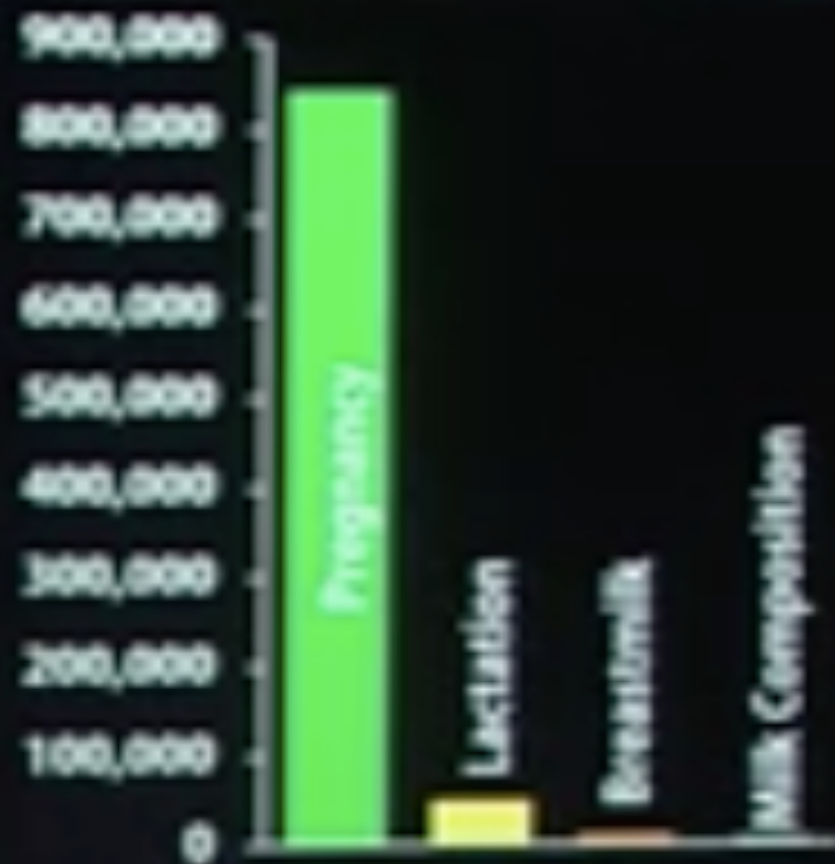


Articles in PubMed by Topic

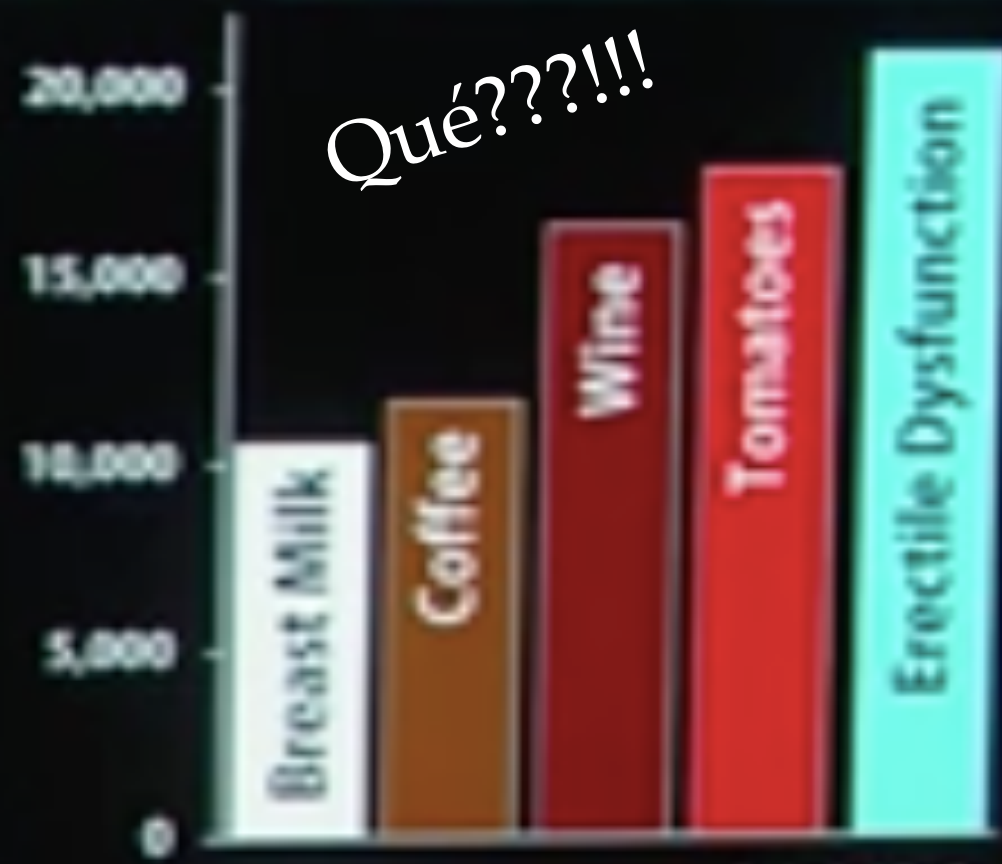


© Katie Hinde

Number of Articles in PubMed by Topic



Scientific Brain Trust



© Katie Hinde



Casi todos que estáis tenido
los que habéis aquí relación con la LM

CLAVES PARA LM EXITOSA



- LM a demanda
- Posición adecuada

SEÑALES PRECOCES DE HAMBRE



INDICADORES DE AGARRE CORRECTO



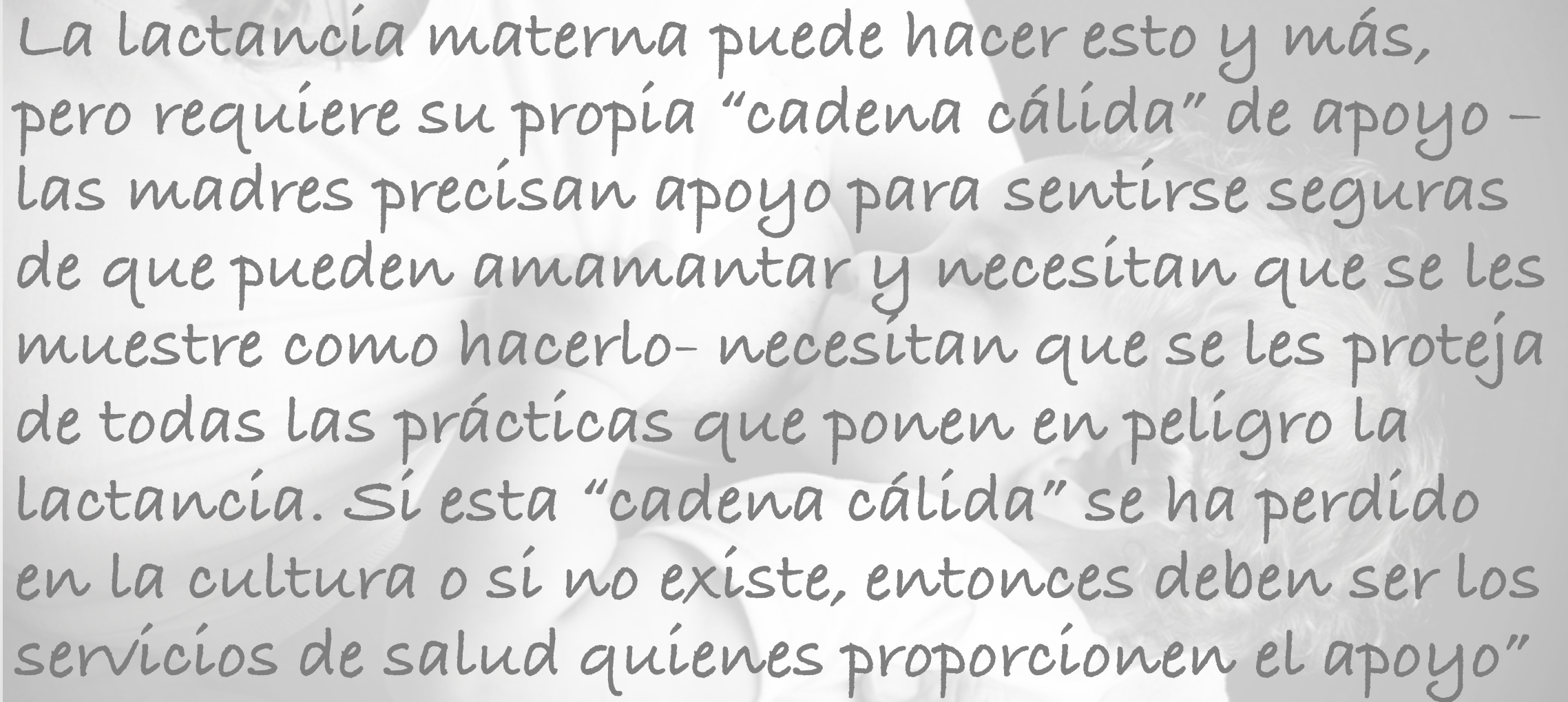




Dejadme que os haga una pregunta

“Sí se dispusiera de una nueva vacuna que pudiera prevenir un millón de muertes al año y además fuera barata, segura, se administrara oralmente y no requiriera la cadena del frío.....

LA COMPRARÍAIS??



La lactancia materna puede hacer esto y más, pero requiere su propia “cadena cálida” de apoyo – las madres precisan apoyo para sentirse seguras de que pueden amamantar y necesitan que se les muestre como hacerlo- necesitan que se les proteja de todas las prácticas que ponen en peligro la lactancia. Si esta “cadena cálida” se ha perdido en la cultura o si no existe, entonces deben ser los servicios de salud quienes proporcionen el apoyo”

TOD@S PODEMOS PARTICIPAR APOYANDO LA LACTANCIA

- Informándonos de cómo funciona y formándonos
- No recomendando fórmula sin criterio
- No perpetuando mitos que rodean la lactancia
- Permitiendo que vuelva a haber una red de apoyo
- Normalizando la lactancia en público
- Conociendo las recomendaciones que nos dan expertos como la OMS, UNICEF e IHAN para apoyar la lactancia y sabiendo aplicarlas
- Protegiendo a las madres de prácticas incorrectas. Cumpliendo el código de comercialización de sucedáneos
- Sabiendo apoyar a las madres que amamantan

Y NO DEBEMOS TENER MIEDO AL CAMBIO

Cambiar prácticas para proteger la lactancia materna
es un acto de salud para todos

Sus beneficios llegan a toda la población

Un pequeño cambio puede suponer un punto de
partida para conseguir cambios globales



CLAVES PARA LM EXITOSA



- LM a demanda
- Posición adecuada

SEÑALES PRECOCES DE HAMBRE



INDICADORES DE AGARRE CORRECTO



¿CÓMO FACILITAR EL ENGANCHE? AGARRE ASIMÉTRICO



Hay un refrán africano que dice que se necesita una aldea para criar a un niño. En realidad se necesita una aldea para amamantar a un niño



Verónica Garea

*Sé el cambio que
quieres ver en el
mundo*

MAHATMA GANDHI



Diana Martínez Fernández. Matrona



Lactancia Materna - Diana Martínez



@dianamartinezlactancia



@DianaMartinezlactancia