

**PROTOCOLOS DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA
PROTOCOLO NUMERO 9**

**PLAN DE FORMACION PRENATAL
CENTRO DE SALUD LUCANO**

FECHA	REALIZADO: 5/09/13	REVISADO: 4/06/2018	APROBADO: 20/10/2013
NOMBRE	F J Navarro Quesada	Comisión de Lactancia Materna UGC	Beatriz Mendez Serrano
CARGO	Coordinador Comisión de Lactancia UGC Lucano	Comisión de Lactancia Materna UGC	Directora UGC Lucano
FIRMA			
Lugar de archivo https://drive.google.com/drive/folders/1MehUK08_o0dT3QFtouFEGRK5GbFmi1OJ		Responsable del archivo FJ Navarro Quesada	Fecha de revisión 01/09/19

PLAN DE FORMACION PRENATAL DE LA UGC LUCANO

En los criterios globales del Manual de Acreditación para Centros de Salud IHAN – España, 2014, se indica que el paso 3 es informar a todas las mujeres embarazadas y a sus familias de los beneficios de la lactancia materna y la forma de ponerla en práctica.

Contenidos:

El siguiente plan contempla los contenidos a desarrollar en la Formación Prenatal que se imparte en el centro de salud:

Todas las mujeres embarazadas recibirán, desde las primeras semanas de embarazo y siempre antes de la semana 34 de gestación, información actualizada sobre los beneficios de la lactancia materna, normalizando siempre la lactancia materna como la forma natural de alimentar a los bebés.

Esta información se ofrecerá tanto de forma individual como grupal a las embarazadas, sus parejas y/u otros acompañantes en la crianza y se reforzará facilitando folletos y otros recursos electrónicos de interés, libres de publicidad de sucedáneos de leche materna y productos relacionados.

La información sobre lactancia artificial sólo se facilitará individualmente a las mujeres en las que esté contraindicado el amamantamiento o, que habiendo recibido información previa adecuada, tengan claro su deseo de no amamantar a su hijo.

Las gestantes recibirán información completa sobre las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud sobre los beneficios de la lactancia materna para la salud de madres, hijos y medio ambiente, así como de los riesgos y costes de la alimentación con sucedáneos. También se dará a conocer el momento óptimo para iniciar la alimentación complementaria, la edad natural del destete en el mundo y los beneficios de la lactancia prolongada, normalizando la misma más allá de los primeros meses de vida de los niños.

Las gestantes conocerán durante el embarazo la fisiología de la lactancia y el recién nacido. Aprenderán cómo pueden favorecer el inicio y establecimiento de una lactancia eficaz, la influencia que sobre ello tiene el contacto piel con piel inmediato al nacimiento y la puesta al pecho precoz ; la importancia de la alimentación a demanda y cómo reconocer las señales de hambre. Se les dará a conocer el síndrome de confusión tetina – pezón, técnicas para conseguir un buen agarre del bebé al pecho; los signos de una adecuada ingesta de leche y recursos para resolver las dificultades más frecuentes.

Así mismo se les dará a conocer la cohabitación madre – hijo, el colecho, el porteo ergonómico, el contacto piel con piel y los grupos de apoyo a la lactancia / crianza como elementos facilitadores de la lactancia materna.

Recibiendo esta información de antemano el número de lactancias y el éxito de las mismas aumentará.

Formación en Lactancia materna a las mujeres que no acudan a la Formación Prenatal

El presente plan prevé como se facilitará el acceso a la formación sobre lactancia materna a las mujeres que no acuden a la formación prenatal.

Ya en la primera visita de embarazo, la matrona facilita información verbalmente y a través de la plataforma “Ventana Abierta a la Familia” <http://www.ventanafamilias.es/es/content/lactancia-materna>

Así mismo, se le hace entrega del documento de salud del embarazo, más conocido como cartilla maternal, dónde se indica que la lactancia materna es la manera idónea de alimentar al bebé. http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/galerias/documentos/c_3_c_1_vida_sana/embarazo_y_salud/lactancia_materna/cartilla_embarazo.pdf

Alrededor de la semana 24 de embarazo, a todas las gestantes se les propone acudir al grupo de formación prenatal. Las que no deseen acudir al programa completo, serán invitadas al **taller mensual de lactancia**, al menos una vez durante la gestación, con el fin de recibir información adecuada y desterrar mitos sobre la lactancia. Así mismo, se les ofrece cita en la consulta de la matrona para resolver las dudas que pudieran surgir y/o aportar la información necesaria.

PROGRAMACIÓN

En el actual Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio en el Centro de Salud Lucano la matrona recibe a la mujer embarazada entre las 6 – 8 semanas de gestación, generalmente derivada por su médico de familia. Habitualmente, la matrona realiza esta visita inicial, varias sesiones grupales de educación prenatal así como la atención en el puerperio.

La información relativa a dicho plan será ofrecida a las mujeres y sus familias en sesión exclusiva de lactancia y compartida en otras sesiones en las que se

tratan temas relacionados con el embarazo, parto, puerperio y crianza. Se ofrecerá la información sobre lactancia a lo largo de diversos contactos prenatales, tanto individuales como grupales, con el fin de procurar la aceptación del amamantamiento como la forma natural de alimentación del niño. Será una información promovida por diversos profesionales del centro (matronas, pediatras, médicos y enfermeras). Además, en diversos espacios del centro se expondrán posters y carteles que promocionen la lactancia materna.

Se le harán llegar los siguientes documentos a la futura madre, los cuales pueden descargar desde la página web de la UGC Lucano de forma libre y gratuita <https://sites.google.com/view/ugclucano/salud/lactancia>:

- **“Ventana Abierta a la Familia”**
<http://www.ventanafamilias.es/es/content/lactancia-materna>

Una ventana abierta a la familia aporta información actualizada sobre embarazo, parto, lactancia, infancia y facilita a madres y padres que puedan plantear dudas y hacer consultas sobre la salud y el desarrollo infantil. Además, las madres y padres que se inscriban recibirán regularmente, vía mensaje de texto (sms) y/o correo electrónico, mensajes informativos y recordatorios que les resultarán útiles en la labor de cuidar y atender a sus hijos e hijas.

- **“Plan de Parto y Nacimiento”** del Sistema Sanitario Público de Andalucía, Consejería de Salud, 2009, que hace referencia al contacto piel con piel tras el nacimiento, separación madre – hijo, cohabitación y lactancia materna.

http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/contenidos/Informacion_General/c_3_c_1_vida_sana/embarazo_y_salud/plan_parto_nacimiento_idiomas

- **“Disfruta de la lactancia materna”**, Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, 2011. Folleto que trata la importancia de la lactancia materna para la madre y el hijo, la puesta precoz al pecho, la exclusividad de la lactancia, el agarre correcto al pecho, el efecto negativo de chupetes y tetinas durante el establecimiento de la lactancia; grupos de apoyo en Andalucía y principales referencias nacionales e internacionales.

http://www.juntadeandalucia.es/salud/export/sites/csalud/galerias/documentos/c_3_c_1_vida_sana/embarazo_y_salud/lactancia_materna/tomate_leche_pecho.pdf

- **“Guía para las madres que amamantan”**. Guía de práctica clínica en el SNS, publicada en 2017 por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y el Servicio de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País Vasco OSTEBA.
http://www.aeped.es/sites/default/files/gpc_560_lactancia_osteba_paciente.pdf
- **Portal para madres y padres de la Federación de Asociación de Matronas de España**, con guías sobre el parto normal, puerperio y cuidados del recién nacido, en las que también se abordan tema de lactancia.
<http://www.federacion-matronas.org/madres-y-padres/>
- Decálogo de la lactancia materna" de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria,
http://www.aeped.es/sites/default/files/20170602_aepap_decatalogo_lactancia_materna.pdf
- Web familia y salud <http://www.familiaysalud.es/vivimos-sanos/lactancia-materna>
- Otra de las actividades ofertadas a todas las gestantes interesadas y su acompañante es una visita guiada a la maternidad del Hospital Reina Sofía en el último mes de embarazo donde, además de mostrarle las instalaciones (lactario incluido) , les informan sobre los protocolos y/o tendencias en la asistencia hospitalaria, entre ellos los referentes a la lactancia materna.

Además, se dará a conocer a las mujeres **el Grupo de Apoyo a la Lactancia Materna de Córdoba “Almamar” y la Asociación “El Parto es Nuestro”**, con sus respectivas fechas de reuniones mensuales.

En la formación de las gestantes se informa verbalmente de la existencia de la Normativa de Lactancia para que conozcan el estándar de cuidados que van a recibir. Los aspectos esenciales de la Normativa están en cartel expuesto en la sala de educación maternal, entre otros, y disponible en la página web de la UGC Lucano. <https://sites.google.com/view/ugclucano/salud/lactancia>

En el tablón de lactancia del centro hay un cartel de como se puede conseguir una copia de la normativa

CRONOGRAMA

Siguiendo las indicaciones del manual de acreditación para centros de salud IHAN – España, el presente plan especifica con detalle, la programación prevista para la formación de las mujeres embarazadas a lo largo de las visitas al centro de salud mediante el siguiente calendario, cumplimentándolo siempre antes de las 32 semanas de gestación:

1ª visita matrona 6-8 semanas de gestación: En esta consulta, entre otros contenidos del Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio, se promocionará la lactancia como la manera esperada de alimentar al bebé y se facilitará el enlace a la “Ventana Abierta a la Familia” para consultar en casa.

1ª visita grupal (12-16 semanas de gestación) cada 5 ó 6 semanas en el Centro de Salud Lucano u otro centro cercano (según demanda). En esta sesión, entre otros contenidos del Proceso de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio, se tratarán contenidos específicos de este plan: un primer acercamiento a la lactancia materna y sus beneficios para madre e hijo.

Sesiones grupales desde la semana 24 de gestación: 4 sesiones para cada gestante y su acompañante, viernes 11:30 – 13:30.

- 1ª. Parto Normal y otros tipos de parto. Medidas de alivio del dolor.
- 2ª. Plan de Parto y Nacimiento. Preparación y cuidados del suelo pélvico. Puerperio.
- 3ª. Lactancia materna. A esta sesión están especialmente invitadas las parejas, madres, abuelas y otros familiares, así como madres lactantes con sus bebés. Fisiología y funcionamiento de la lactancia materna, beneficios, posturas y agarre al pecho, resolución de problemas más frecuentes, extracción de leche materna y vuelta al trabajo, desmitificando creencias.
- 4ª. Cuidados del recién nacido: contacto piel con piel y método canguro, el recién nacido sano, sueño infantil, colecho, porteo ergonómico, masaje infantil, etc.

Continuidad de cuidados al alta hospitalaria: A la recepción de los informes de alta hospitalaria las enfermeras de pediatría y/o la matrona contactarán telefónicamente con las madres que aún no se hayan personado en el centro para continuar los cuidados prestados en atención especializada y ofrecer cita de seguimiento en el centro de salud.

Visita puerperal madre e hijo en la consulta de la matrona en los 7-10 primeros días tras el nacimiento donde, además de abordar otros cuidados puerperales, se reforzará la lactancia materna, se visualizará una toma si es posible y se resolverán las dudas pertinentes. Las mujeres o bebés que lo necesiten podrán tener las visitas de seguimiento que requieran y/o derivación a su médico de familia cuando sea necesario. Se reforzará o iniciará el programa de salud infantil desarrollado por pediatría.

LISTADO DE TEMAS SOBRE LOS QUE TODA MUJER GESTANTE DEBE HABER SIDO INFORMADA ANTES DE LA SEMANA 32 DE GESTACIÓN.

Parto Normal: Elección de acompañante. Planes de parto. El dolor puede manejarse por medios no farmacológicos. Durante el parto se puede andar, comer y beber. Prácticas no necesarias, de rutina: enema, episiotomía, rasurado del periné. El soporte escrito de estos contenidos será el folleto Plan de parto y nacimiento.

Importancia del contacto piel con piel de forma precoz: (mantiene al niño caliente y tranquilo, fortalece el vínculo, favorece el amamantamiento). Importancia de la primera toma en la primera hora. El soporte escrito de estos contenidos será también el folleto Plan de parto y nacimiento.

Cohabitación / contacto estrecho y crianza cercana: (para la lactancia y la disminución de riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante).

Lactancia materna. Beneficios para el niño. Reduce el riesgo de gastroenteritis, diarrea, infecciones urinarias, respiratorias, así como otitis, obesidad y diabetes. Disminuye el riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante y de leucemia infantil.

Lactancia materna. Beneficios para la madre. Disminuye el riesgo de cáncer de mama y ovario y de osteoporosis.

Cómo funciona, la importancia de la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento y durante los primeros 6 meses, por qué no dar otros alimentos.

La Importancia de la lactancia a demanda.

Como saber si la lactancia funciona: (para asegurar un agarre adecuado y la toma de cantidad suficiente de leche).

Extracción manual de leche.



Por qué evitar tetinas, chupetes, pezoneras y suplementos si no son necesarios: (pueden interferir con la lactancia materna). A veces puede ser necesario (debe indicarlo el médico).

Lactancia artificial: como preparar los biberones (esta información sólo se ofrecerá a aquellas madres en las que la lactancia esté contraindicada).