



UNIVERSIDAD FINIS TERRAE
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE NUTRICION Y DIETETICA

**PROYECTO DE TESIS: CARTILLA EDUCATIVA SOBRE
BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA, CONSEJOS Y
TÉCNICAS DE AMAMNTAMIENTO DESTINADA A EMBARAZADAS
ADOLECSENTES PRIMERIZAS.**

SOFÍA GARMENDIA BRICEÑO

Tesina presentada a la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis
Terrae para optar el grado de Licenciado Nutrición y Dietética
Título Profesional Nutricionista

Profesor guía: Marcelo Cadíz Canales

Santiago de Chile

2015

TABLA DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	1
OBJETIVO GENERAL.....	10
OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	10
METODOLOGIA.....	11
Universo – Población – Muestra.....	11
Validadores.....	11
Marcha Blanca.....	12
VARIABLES.....	13
Variables cartilla educativa.....	14
INSTRUMENTOS.....	17
PLAN DE ANALISIS.....	19
RESULTADOS.....	20
Fuente para realización de la cartilla.....	20
Validación por juicio de expertos.....	21
Elaboración del material educativo.....	22
Marcha blanca.....	22
DISCUSIÓN.....	23
CONCLUSIÓN.....	25
BIBLIOGRAFIA.....	26
ANEXOS.....	33
Anexo N° 1.....	34
Anexo N° 2.....	35
Anexo N° 3.....	36
Anexo N° 4.....	37
Anexo N° 5.....	38
Anexo N° 6.....	39
Anexo N° 7.....	43

INTRODUCCION

En los últimos años hemos visto un marcado aumento de embarazos adolescentes entre 14 y 19 años y junto con ello una disminución de la práctica de la Lactancia Materna, la que no alcanza a llegar a los 6 meses de vida de los lactantes ¹.

En el año 2012, el número total de nacidos vivos fue de 242.142; de estos, el 14,42% (34.906) correspondió a nacidos vivos de madres adolescentes ².

El acto de amamantar es un derecho de toda madre y contribuye con una mayor efectividad del desarrollo físico y mental del recién nacido, ya que proporciona nutrientes de calidad en las cantidades adecuadas ³. Es por esto, que se recomienda que los niños sean alimentados de forma exclusiva con leche materna durante los primeros seis meses de vida, ³ cubriendo además la mitad o mas de las necesidades nutricionales durante el segundo semestre de vida llegando hasta un tercio en el segundo año ⁴.

La lactancia materna, permite que el lactante tenga menor riesgo de contraer enfermedades infecciosas, ya que contiene una variedad de nutrientes que destruyen microorganismos como; bacterias, virus y parásitos, ⁵ además de dar cierta inmunidad al recién nacido, acelera la maduración de los órganos, genera un mejor desarrollo de piezas dentales y una menor incidencia de caries que aquellos que no reciben leche materna ⁶. Los niños amamantados son más activos, presentan un mejor desarrollo psicomotor y mejor capacidad de aprendizaje ⁵.

La succión de leche en la especie humana se desarrolla y ejercita antes del nacimiento y su realización inmediatamente después del parto, produce cambios metabólicos en la mujer, lo que ayuda a aprovechar mejor los alimentos que ingiere, ⁶ sin embargo, aunque la capacidad de lactar es innata e instintiva en los

mamíferos, en la mujer, esta capacidad debe ser desarrollada y apoyada mediante una educación adecuada para lograr una lactancia exitosa y placentera ³.

Para la realización de una lactancia materna exitosa, es necesario conocer y aplicar correctamente las técnicas de amamantamiento, ya que un desconocimiento de la aplicación de dichas técnicas podría provocar como resultado, que tanto la madre como el recién nacido no obtengan todos los beneficios anteriormente mencionados ⁵. Es por esto que la confección de un material educativo donde se den a conocer las técnicas de amamantamiento y lo que esto significa para las madres, es de suma importancia para otorgar una adecuada entrega de leche al recién nacido y con esto ayudar a que las madres que no estén informadas sobre los grandes beneficios que esto trae, quieran practicarlo, obteniendo conocimientos durante el embarazo y realizándolo luego del parto, otorgando así una óptima Lactancia Materna.

La recolección de información se realizó a través de distintas páginas científicas sobre lactancia materna y técnicas de amamantamiento, pudiendo así, revisar y clasificar toda la información necesaria para la realización del material educativo el cual se confeccionó durante el estudio.

La lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad post natal, tuvo un alza sostenida desde 1993 al 2005, según mediciones realizadas por la Comisión de Lactancia Materna del Ministerio de Salud (MINSAL). Pero, en el último año se ha observado una tendencia al estancamiento ⁷.

La leche materna ha sido definida como un fluido bioactivo, que permite a los niños alimentados tener menor riesgo de contraer enfermedades infecciosas y presentar menor incidencia y severidad de éstas ^{8,9}. En la actualidad, existe evidencia científica suficiente para afirmar que la lactancia materna (LM) beneficia al lactante amamantado. Sus efectos, se prolongan desde el nacimiento hasta años después de haberse producido el destete ¹⁰.

Un aspecto importante y fundamental en el proceso de amamantamiento, es sin duda, el apego que se genera entre madre e hijo, el contacto con la piel favorece y estimula la creación de un vínculo de amor entre ellos, generando seguridad a través de la interacción con la madre⁹.

Ningún alimento es mejor para el recién nacido que la leche materna ya que esta contiene todos los nutrientes necesarios y a medida que el niño va creciendo, la leche se va adecuando a sus necesidades¹¹.

En los primeros días de vida es fundamental que el recién nacido permanezca durante las 24 horas con su madre, ya que es importante animarla a ofrecer el pecho con mucha frecuencia, entre 8 y 12 tomas al día y siempre que el bebé muestre signos de hambre¹², para esto es importante lograr un buen acoplamiento boca pezón-areola, de este modo se evitaban grandes grietas en los pezones, causante muchas veces del cese de la lactancia por el intenso dolor que siente la madre¹³. Por otra parte la cantidad de leche que los pechos producen depende parcialmente de cuánto succione el lactante y de cuánta leche retire, mientras más succione, más leche produce, la mayoría de las madres pueden producir más leche de la que sus bebés requieren, e incluso pueden producir suficiente cantidad para alimentar a gemelos¹⁴.

Para una adecuada posición la madre al amamantar, debe estar cómoda, apoyar la cabeza del niño sobre el ángulo del codo, sostener la mama con los dedos en forma de "C" e introducir el pezón y la areola a la boca del recién nacido, asegurándose que esta quede cubierta completamente por la boca de este¹⁴. Amamantar no debe producir dolor, pero se considera normal que exista cierta molestia al momento de hacerlo^{13, 25}.

Para saber si el recién nacido está amamantando bien, la madre debe fijarse en ciertos aspectos como, escuchar un sonido al tragar, el lactante tiene deposiciones

amarillas y fluida, moja al menos 6 pañales con orina al día, la madre produce leche constantemente y el recién nacido aumenta de peso de manera adecuada ¹¹.

Posiciones para una óptima entrega de leche:

Madre sentada con el lactante de lado: Esta debe colocar un cojín en el abdomen del lado del pecho que amamantara el recién nacido, recostar al mismo sobre un cojín y realizar el acoplamiento ¹¹.

Madre sentada con el lactante de frente: La madre debe estar sentada, con un cojín sobre sus piernas, alrededor del abdomen, el recién nacido debe acostarse sobre el cojín y realizar el acoplamiento ¹¹.

Madre acostada: La madre debe acostarse de lado, colocando un cojín frente a ella, luego posicionar al recién nacido sobre el cojín y realizar el acoplamiento ¹¹.

Beneficios de la Lactancia Materna

Entrega defensas: La leche materna protege al recién nacido de enfermedades, principalmente de diarreas, meningitis, infecciones respiratorias, digestivas, urinarias, otitis, alergias o estas serán de menor intensidad ^{15, 16}.

Menor costo: La leche materna es gratis y él lactante no necesita otros alimentos durante los primeros seis meses de vida ¹⁷. Los productos sustitutos de la leche materna tienen un alto costo ².

Favorece el desarrollo intelectual: El recién nacido alimentado con leche materna es más activo, tienen mejor desarrollo psicomotor y una mayor capacidad de aprendizaje ¹⁸.

Favorece la calcificación de los dientes: Se expone a menos caries o tratamientos de ortodoncia ⁹.

Superioridad nutricional: La leche materna es superior a las fórmulas derivadas de la leche de vaca y de otras fuentes, ya que los nutrientes que contiene: proteínas, grasas, hidratos de carbono, minerales, vitaminas y agua están en cantidad y proporción adecuadas para lograr una máxima biodisponibilidad en el lactante menor de 1 año ¹⁹.

Ventajas para la madre: Evita hemorragias después del parto, permite el ahorro de dinero y la madre mientras lo amamanta, descansa y disfruta más el tiempo con el lactante ¹¹.

Por cada año de lactancia acumulado disminuye el riesgo de:

- cáncer de mama pre menopáusico (4,3%-12%) ²⁰
- cáncer de ovarios (28%) ²⁰
- Diabetes mellitus 2 (4%-12%) ²⁰

A escala mundial, tanto en los países en vías de desarrollo como en los desarrollados, se incrementa el abandono de la lactancia materna exclusiva la cual es sustituida por la artificial o la mixta ²¹.

Dentro de los problemas presentados por la madre que imposibilitarían la adecuada entrega de leche al recién nacido se pueden encontrar los siguientes:

Grietas en el pezón: Estas son pequeñas fisuras las cuales pueden sangrar y son señales de una mala posición de succión del lactante, está asociado a un mal acoplamiento al momento de la lactancia. Para revertir esta situación es necesario que la boca del recién nacido esté de frente al pecho, de manera que el pezón y la areola queden dentro de su boca. Apenas termine de amamantar, mojar el pezón y la areola con la leche ¹¹.

Congestión mamaria: Se produce cuando los pechos se endurecen, se sensibilizan y se tensan, además suelen estar de gran tamaño. La solución para disminuir lo antes mencionado es amamantar al recién nacido y si continúa, extraer la leche manualmente o con extractor de leche. Si los pechos están muy duros, aplicar toallas tibias para facilitar la succión del lactante ¹³.

Mastitis: Es una infección del tejido mamario que puede producir dolor, congestión, enrojecimiento local, malestar general, fiebre y escalofríos ²². Para prevenirla, puede ser útil realizar masajes circulares diariamente sobre los pechos ²².

Alimentación de la madre durante la lactancia

Durante el periodo de lactancia la madre no debe beber alcohol ni consumir tabaco, debe disminuir el consumo de té y café, y no debe hacer dietas estrictas ¹¹.

Es necesario combinar y variar los alimentos a fin de cubrir no sólo las necesidades energéticas y proteicas diarias, sino también las de vitaminas y minerales así se transmitirá a la madre adolescente los alimentos que debe ingerir y se le indicara la importancia de conocer que alimentos aportan mayor cantidad de nutrientes y reconocerlos por sus características ²³.

Para las madres que trabajan o estudian si el lugar de trabajo es de difícil acceso y para la madre es muy difícil salir a amamantar, se debe extraer la leche o bien elegir una sala cuna cerca del lugar de trabajo o estudio e ir a amamantar cuantas veces sea posible ²⁴.

Para la entrega de la información anteriormente expuesta a la embarazada, los materiales educativos, como los materiales didácticos en general, pueden realizar múltiples funciones en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Las principales funciones que pueden realizar los recursos educativos son las siguientes: informativa, instructiva, motivadora, innovadora, etc ²⁵. Sin duda el uso de estos

atractivos e interactivos materiales pueden favorecer los procesos de enseñanza y aprendizaje tanto grupales como individuales. Algunos de sus principales aportes en este sentido son los siguientes: proporcionar información, orientar aprendizajes, promover aprendizajes, entre otros ²⁵.

Para que la embarazada goce de los beneficios de la lactancia materna, la utilización de un material educativo como herramienta lo que hace es mejorar el conocimiento en relación a la lactancia y técnicas de amamantamiento ya que va destinado a la implementación de herramientas de refuerzo en las orientaciones verbales para las embarazadas, obteniendo así un impacto en la educación ²⁶.

El uso creciente de materiales educativos posibilita el proceso de la enseñanza-aprendizaje por medio de interacciones mediante estudiante (creador del material) y lector (embarazadas) esto lleva a desarrollar distintas estrategias para el buen entendimiento del lector, pudiendo así practicar la lactancia según los consejos y beneficios entregados por la cartilla ²⁶.

En la construcción de nuevos materiales escritos con el objetivo de educar en salud es necesario que sean examinados por expertos y la propia población objetivo para maximizar su efectividad utilizando con esto instrumentos más confiables y apropiados para lograr un óptimo entendimiento ²⁶.

La lactancia materna exclusiva es una forma inigualable de nutrición infantil. Sin embargo, a pesar de la importancia que tiene, en la actualidad existe un problema de abandono precoz de la misma debido a la falta de políticas efectivas de su promoción, ¹³ llevando a la falta de motivación y apoyo para amamantar ¹³.

La dificultad en la entrega de leche por parte de la madre hacia el recién nacido ocurre con gran frecuencia dentro de las madres adolescentes primerizas. Esto se debe a diversas causas, dentro de estas es importante mencionar, la edad de ellas ²⁷, la falta de tiempo para realizar la óptima técnica de amamantamiento, debido principalmente a temas laborales, o ya que se trata de adolescentes, no dejar de

lado los estudios, además de la desinformación sobre los beneficios de la lactancia materna tanto de la madre, como del personal de la salud y las practicas hospitalarias que promueven tanto el distanciamiento madre-hijo/a inmediatamente después del parto, como el suministro de diversos líquidos como alimento inicial para los recién nacidos, por otro lado la aplicación incorrecta de la técnica, pudiendo provocar fuerte dolor en los pechos, fisuras o producción insuficiente de leche, llevan a la realización de estas malas prácticas, disminuyendo considerablemente la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses, y por consiguiente, la no entrega de sustancias beneficiosas en cantidades adecuadas, sumamente necesarias para esta etapa de la vida ²⁸.

Debido a los aspectos anteriormente mencionados, es necesario crear una cartilla educativa con los beneficios de la lactancia materna, consejos y técnicas de amamantamiento para embarazadas adolescentes primerizas, para dar a conocer los grandes beneficios que esta trae tanto para la madre como para el recién nacido. Es por esto, que la realización de un material educativo con el fin de educar a la población sobre la óptima realización de las técnicas de amamantamiento, y beneficios de la lactancia podría tener resultados sumamente positivos para las próximas madres y lactantes.

Es importante realizar acciones educativas, para rescatar los aspectos más importantes de las deficiencias de conocimiento sobre el tema. Con ayuda de la cartilla, se logra entregar a las madres una educación adecuada tanto en las posturas, como en los beneficios que la lactancia trae consigo. De esta forma, nos aseguramos de entregar conocimiento sobre los múltiples beneficios de la lactancia materna exclusiva, tanto para la madre como para el lactante.

Menos del 3% de las madres experimentan una falla completa o casi completa de la lactancia, si la madre busca ayuda porque realmente desea amamantar a su hijo, entonces pueden ser necesarios métodos como una cartilla educativa para

enseñar y crear conciencia de lo importante de su realización, es juntamente a esta población y la que se mencionó anteriormente donde esta cartilla va dirigida²⁹.

Es importante que las madres reciban consejos y conocimientos de los profesionales de la salud. Esto podría ser muy beneficioso para la comunicación entre la madre y el profesional, así como el qué hacer o donde acudir si el recién nacido presentara problemas para amamantar. Estos aspectos básicos, sumados a la capacitación continua del personal de salud podrían constituirse en estrategias a ser implementadas en un corto plazo para aumentar la práctica de la lactancia materna exclusiva⁵.

Junto con esto, la propuesta de construir un material educativo destinado a las embarazadas permitirá contemplar acciones de promoción para así entregar conocimiento sobre los beneficios y técnicas de amamantamiento, llevando a determinar la utilidad del material en cuanto a la entrega de información a través de la validación de la cartilla por las propias embarazadas.

OBJETIVO GENERAL

Validar una cartilla educativa sobre los beneficios de la lactancia materna y técnicas de amamantamiento, a través de la evaluación de las embarazadas adolescentes primerizas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Recopilar información para confección de material educativo sobre las técnicas de amamantamiento y los beneficios de la lactancia materna exclusiva en adolescentes embarazadas primerizas.
2. Filtrar la información obtenida, para la posterior realización del material.
3. Producir el material educativo sobre los beneficios de la lactancia materna, consejos y técnicas de amamantamiento para embarazadas adolescentes primerizas.
4. Validar el material educativo, a través de la evaluación de expertos.
5. Realizar marcha blanca del material educativo.
6. Aplicar el material educativo a embarazadas adolescentes primerizas.
7. Validar el material por las embarazadas adolescentes primerizas sobre la utilidad de la entrega de información a través de un material educativo sobre beneficios y técnicas de amamantamiento.

METODOLOGIA

Tipo de estudio

Mixto, descriptivo, longitudinal, observacional, retrospectivo.

UNIVERSO – POBLACION - MUESTRA

Validadores:

Universo: Profesionales nutricionistas dedicados a la atención de pacientes

Población: Profesionales nutricionistas dedicados a la atención de pacientes pertenecientes a la Región metropolitana, Santiago, Chile.

Muestra: 3 profesionales nutricionistas dedicados a la atención de pacientes con al menos 5 años de experiencia, pertenecientes a la Región Metropolitana, Santiago, Chile.

Criterios de inclusión: Nutricionistas dedicados a la atención pediátrica, del adulto mayor, adulto, salud pública y otra área que incluya la profesión, con experiencia mínima de 5 años de trabajo y que lo realicen en la Región Metropolitana, Santiago, Chile.

Criterios de exclusión: Nutricionistas pertenecientes a otra región de Chile, con experiencia menor a 5 años en la atención de pacientes.

Marcha blanca:

Universo: 199 embarazadas inscritas que asisten al CESFAM, Pueblo lo espejo de la misma comuna de la región metropolitana, Santiago, Chile.

Población: 112 embarazadas inscritas pertenecientes al sector verde del CESFAM Pueblo lo espejo de la comuna de Lo Espejo de la región metropolitana, Santiago, Chile.

Muestra: 66 adolescentes embarazadas primerizas entre 14 y 19 años, pertenecientes al sector verde del CESFAM Pueblo Lo Espejo de la Comuna de Lo Espejo de la región metropolitana, Santiago, Chile. *Las 66 embarazadas adolescentes primerizas no alcanzan la muestra representativa para esto se necesitan 132.

Criterios de inclusión: Mujeres adolescentes embarazadas primerizas entre 14 a 19 años de edad cuyos tutores legales consientan en forma verbal en caso de ser menores de edad, o que consientan por ellas mismas si son mayores de 18 años participar del estudio, que residan en la comuna de Lo Espejo, que asistan al CESFAM Pueblo Lo Espejo y estén inscritas en el sector verde del mismo CESFAM, de la comuna de Lo Espejo, región metropolitana, Santiago, Chile.

Criterios de exclusión: Mujeres embarazadas menores de 14 años, mayores de 19 años, o pertenecientes a otras comunas de la región metropolitana u otra región de Chile, o que pertenezcan a otro sector del CESFAM y/o madres no primerizas.

VARIABLES

Edad

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cuantitativa continua

Nivel de medición: Por razón

Definición operacional: Entre 14 a 19 años

Definición conceptual: Cantidad de años que un ser ha vivido desde su nacimiento

²⁸.

Sexo:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Femenino

Definición conceptual: Condición orgánica que distingue a los machos de las hembras ²⁹.

Ocupación:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Estudiante con empleo, ninguna

Definición conceptual: Actividad a la que una persona se dedica ³⁰.

Comuna

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Perteneciente a la Región Metropolitana.

Definición conceptual: Municipio o subdivisión administrativa de gobierno mínima dirigida por una autoridad ³¹.

Calidad de vida:

Dependencia: Dependiente

Recorrido: Cualitativa ordinal

Nivel de medición: Ordinal

Definición operacional: Escala categórica basada en 5 percentiles, muy mala, mala, regular, buena, muy buena.

Definición conceptual: Bienestar, felicidad, satisfacción de la persona que le permite una capacidad de actuación o de funcionar en un momento dado de la vida ³².

Variables Cartilla educativa:

Fondo:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cuantitativa discreta

Nivel de medición: Por intervalo

Definición operacional: Claro, oscuro, llamativo

Definición conceptual: Plano de una imagen que queda tras las figuras o elementos que ocupan el plano principal ³³.

Imágenes:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cuantitativa discreta

Nivel de medición: Por intervalo

Definición operacional: Pequeñas, medianas, grandes, nítidas, claras.

Definición conceptual: Es una representación visual, que manifiesta la apariencia visual de un objeto real o imaginario ³⁴.

Tipo de fuente:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Legible, borrosa

Definición conceptual: Conjunto de caracteres con un estilo o modelo grafico particular ³⁵.

Tamaño de fuente:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Grande, mediana, pequeña.

Definición conceptual: Conjunto de caracteres con un estilo o tamaño particular ³⁵.

Formato:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Tríptico, díptico

Definición conceptual: Es el conjunto de características técnicas y de presentación de un texto, objeto o documento en distintos ámbitos ³⁶.

Utilidad:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Si, no

Definición conceptual: La cartilla es útil para llevar a cabo el proceso de amamantamiento y reconocimiento de beneficios ³⁶.

Practica:

Dependencia: Independiente

Recorrido: Cualitativa nominal

Nivel de medición: Nominal

Definición operacional: Si, no

Definición conceptual: La cartilla es práctica para transportar y utilizar ³⁶.

INSTRUMENTOS

1. Cartilla educativa para adolescentes embarazadas primerizas:

La cartilla educativa se realizó en formato tríptico con la ayuda de un programa especial (Publisher).

Contenido de la cartilla educativa:

- Técnicas de amamantamiento.
- Beneficios de la lactancia materna para la madre y el lactante.
- Recomendaciones para la madre en periodo de lactancia.

2. Consentimiento informado de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae para solicitar permiso para realizar la marcha blanca en el CESFAM Pueblo Lo Espejo de la misma comuna, para la entrega del material educativo. Fue administrado durante las dos últimas semanas de Noviembre. (Anexo 1)

3. Consentimiento informado destinado a los validadores para aceptar su participación en el proceso de validación del material educativo. (Anexo 2) La cual se entregó a cada validador antes de la evaluación de la cartilla. Fue administrado durante la última semana de Octubre.

4. Pauta de validación destinada a expertos en Nutrición y Dietética los cuales evaluarón el material educativo en cuanto a formato y contenido, esta corresponde a una lista con características las cuales se evaluaron con nota de 1-7, posterior a eso se saca un promedio y se tabulan los resultados en la planilla de recolección de datos. Fue administrada durante las dos primeras semanas de Noviembre. (Anexo 3)

5. Pauta de evaluación destinada a las embarazadas adolescentes primerizas las cuales recibieron la cartilla, esta corresponde a una lista con

características las cuales se evalúa con una nota del 1-7, posterior a eso se saca un promedio y se tabulan los resultados en la planilla de recolección de datos. Esta pauta fue entregada durante la marcha blanca del material. Fue administrada durante la última semana de Noviembre. (Anexo 4)

PLAN DE ANALISIS

Luego de recolectar las pautas de validación por juicio de expertos (anexo 3), estas fueron organizadas por ítem los cuales se evaluaron según los resultados otorgados con nota del 1 al 7, donde se calculó la nota final de cada pauta y de cada ítem respectivamente, para así obtener un promedio final de cada pauta, obteniendo una nota 5 o más, para validar el material. Los resultados fueron tabulados en una tabla en formato Microsoft Office Excel, donde se presentaron los resultados finales mediante diagrama de barra. (Anexo 5)

Posterior a la obtención del resultado final con respecto a las pautas de evaluación para la validación, se corrigió el material según lo deficiente de este (Anexo 6), y se comenzó la marcha blanca del mismo, junto con esto se administraron las pautas de evaluación a las embarazadas adolescentes primerizas que recibieron el tríptico, para así obtener resultados y observaciones sobre este, otorgándole nota del 1 al 7 en los distintos ítems (anexo 4) obteniendo una nota de 6 o más, para validar el material. Los resultados fueron tabulados en una tabla en formato Microsoft Office Excel, y fueron presentados mediante diagrama de barras, luego de esto se analizaron los resultados, pudiendo así determinar la utilidad y validación del tríptico por parte de las madres a las que se les entregó el material, para lo cual se hizo un seguimiento de 1 semana para obtener los resultados de la validación (vía telefónica), y en caso de no querer entregar el número o bien no tener teléfono, la pauta se evaluó en el mismo momento una vez leída la cartilla.

Finalmente luego de analizar los resultados obtenidos de la evaluación de las embarazadas sobre el material entregado, se pudo determinar la utilidad de la cartilla con respecto a la información referida en ella, determinado si realmente es útil en cuanto a la entrega y entendimiento de conocimiento sobre beneficios y técnicas de amamantamiento para embarazadas adolescentes primerizas.

RESULTADOS

Fuentes para realización de cartilla

Bases	Palabras claves	Filtros	Resultados
Scielo	Lactancia materna	Fecha	7980
	Técnicas de amamantamiento	Idioma	6782
	Cartilla educativa a embarazadas	Paper gratis	134
	Alimentación de lactantes		4567
Pubmed	Lactancia materna	Fecha	36005
	Técnicas de amamantamiento	Idioma	5677
	Cartilla educativa a embarazadas	Paper gratis	345
	Alimentación de lactantes		3764
Ministerio de salud	Lactancia materna	Fecha	18
	Técnicas de amamantamiento	Idioma	1

Validación por juicio de expertos:

En la validación participaron 3 expertos en Nutrición y Dietética, los cuales sus resultados con respecto a la pauta de evaluación se presentan a continuación (Figura 2), el ítem peor evaluado fue la presentación novedosa de la cartilla y el mejor, fueron todos los de formato de la cartilla, la utilidad, la aplicabilidad a la población objetivo y el entendimiento del contenido, para posteriormente realizar las correcciones correspondientes al material, los comentarios cualitativos más habituales fueron lo novedoso de la información pero considerando el tema es la temática que debe ir en la cartilla educativa.

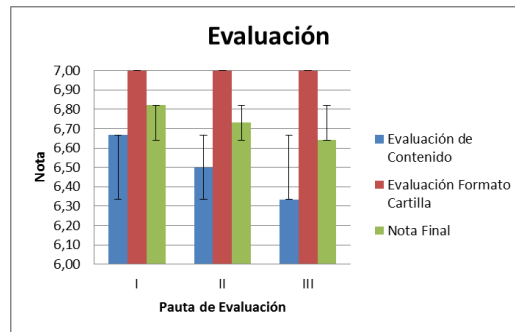
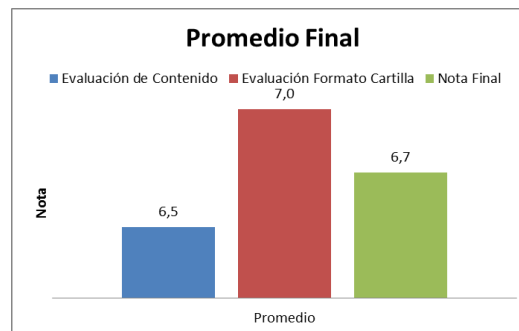


Figura 2: Evaluación de material educativo por juicio de expertos de los 3 validadores (V1, V2, V3)



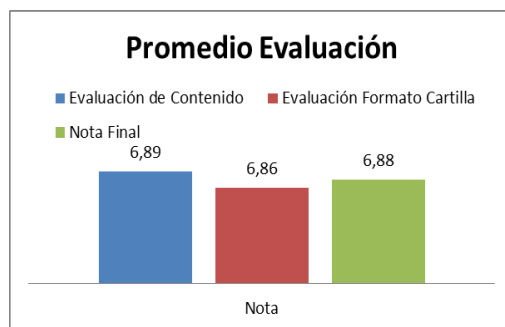


Figura 3: Promedio de cada ítem según evaluación de embarazadas.

Figura 4: Promedio final de cada ítem según evaluación de expertos.

Elaboracion del material educativo:

El material educativo realizado en formato tríptico se adjunta como anexo. (Anexo 6)

Marcha blanca:

Con relación a la evaluación de contenido y apariencia por parte de las embarazadas, estas fueron invitadas a participar del estudio, mientras esperaban la consulta en el Consultorio Pueblo Lo Espejo con una muestra total de 66 embarazadas. En cuanto a la evaluación de contenido la nota más baja fue con respecto a la suficiencia de la información presentada, con un promedio de 6,75 y en relación a la evaluación de formato la nota más baja fue la presentación de colores llamativos con un promedio de 6,78. (Anexo 7)

DISCUSIÓN

La efectividad de la comunicación es uno de los principales aspectos de los derechos humanos ³⁸. En ese sentido, por medio del proceso de elaboración de la cartilla, la relación dialógica entre los profesionales y las personas asume un papel principal para la comunicación efectiva.

La investigación para la base teórica habilitó a los autores coordinar las ideas y elaborar la primera versión de la cartilla educativa sobre los beneficios de la lactancia materna y las técnicas de amamantamiento, alcanzando así el objetivo de la cartilla para el público al que se destina. En el proceso de análisis del contenido y apariencia del material educativo, fueron incluidas las observaciones de los expertos en el área de la salud. Los expertos proporcionaron informaciones relevantes para la modificación de la redacción, contenido e ilustraciones para la aplicabilidad del material educativo a las embarazadas. Un material educativo producido eficazmente puede modificar la realidad de una población, así se debe considerar lo que se pretende informar y sus expectativas ³⁹.

Se destaca que en la selección de los expertos, fueron considerados nutricionistas de todas las áreas que incluyan la profesión con experiencia mínima de 5 años. Así, fue posible identificar 3 expertos los que evaluaron el material. La concordancia de los expertos sobre las correcciones de la cartilla en relación al contenido fue más de lo esperado. Con respecto a las ilustraciones, desde el punto de vista de presentar imágenes apropiadas, las cuales sean necesarias para el entendimiento del contenido, la nota supero lo esperado también.

Dentro de la pauta de evaluación de las embarazadas existía un ítem de observaciones en el que las mujeres relataron que las imágenes ayudan en el entendimiento de lo expresado en la cartilla. Existe consenso sobre que el material de educación en salud debe ser escrito de manera simple, con menor nivel de lectura y que posibilite transmitir informaciones precisas ⁴⁰. Las ilustraciones

deben ser atractivas para que comuniquen claramente el objetivo del material educativo ⁴⁰.

Además de eso, las imágenes deben alcanzar un alto nivel de atención e interés a través de la lectura del material con aceptación de la población en diversos niveles de escolaridad ⁴⁰. Esos aspectos fueron identificados por embarazadas y expertos durante la evaluación de la cartilla en estudio.

Distintos estudios sobre lactancia materna exponen sobre la validación de un material educativo sobre hábitos saludables en el embarazo, o pautas a seguir con respecto a la alimentación ⁴¹, o intervenciones a embarazadas sobre lactancia materna, el cual consiguió un resultado satisfactorio, pues se logró elevar el nivel de conocimientos sobre lactancia ⁴². Pero ningún estudio mostro intervenciones educativas a través de una cartilla educativa la que fuera validada por las propias embarazadas adolescentes primerizas otorgando un impacto en lo que es la educación a través de un material validado por ellas mismas.

Es necesario esclarecer que la cartilla debe ser considerada como un recurso complementario disponible para la gestante. Al construir la cartilla, se buscó contribuir en el entendimiento de las buenas técnicas y beneficios de la lactancia para así obtener beneficios tanto para la madre como para el lactante.

Además se realizó un tríptico tipo en donde se modificó el vocabulario para la población específica, pudiendo ser utilizado para estudios posteriores.

CONCLUSIÓN

El material educativo fue validado por las embarazadas según contenido y formato obteniendo un promedio de 6,88. El proceso de evaluación incluyó profesionales de la salud y embarazadas adolescentes primerizas. La contribución de la evaluación de expertos fue considerada para la mejora del material. La cartilla es útil y se podría presentar como nuevo material de enseñanza en las actividades de educación en salud, con el objetivo de ayudar a contribuir con la práctica de la lactancia materna a través de las óptimas técnicas de amamantamiento.

BIBLIOGRAFIA

- 1.- Castillo VM. Lamas RS. Universidad Usach. Lactancia materna un desafío en madres adolescentes. La Serena 2005. [cited 2014 Abril 22]. Disponible en: [http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/La20Serena202005/Lactancia materna un desafio en madres adolescentes.pdf](http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/La20Serena202005/Lactancia%20materna%20un%20desafio%20en%20madres%20adolescentes.pdf)
- 2.- Burdiles F. Santander R. Minsal. Situación actual del embarazo adolescente en Chile. [Online]; Julio 2013. [cited 2014 abril 22]. Disponible en: <http://web.minsal.cl/portal/url/item/c908a2010f2e7dafe040010164010db3.pdf>
- 3.- Muñoz Cerda L. Lactancia Materna y Gestión del Cuidado. Revista Cubana de Enfermería. 2011; 27(4): 185-198.
- 4.- Fernández M, González F. Lactancia materna: prevención de problemas tempranos en las mamas mediante una técnica de amamantamiento eficaz. Julio 2013. [cited 2014 abril 22]. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v12n31/enfermeria2.pdf>
- 5.- Juez G. Gobierno de Chile. Chile Crece contigo. Ventajas de la Lactancia Materna. [cited 2014 Abril 22]. Disponible en: <http://www.crececontigo.gob.cl/adultos/columnas/las-ventajas-de-la-lactancia-materna-dra-gabriela-juez-garcia-medico-pediatra-neonataloga/>
- 6.- Merino M. Lactancia Materna y su relación con las anomalías dentofaciales. Acta odontológica Venezolana. Mayo 2003. [cited 2014 Abril 22]. Disponible en: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S000163652003000200010&script=sci_arttext
- 7.- Sociedad Chilena de Pediatría. Sexualidad en la Adolescencia. [cited 2014 Abril 22]. Disponible en:

<http://www.sochipe.cl/aporta.php/el-estetoscopio/ver-articulo/sexualidad-en-la-adolescencia/decaen-cifras-de-lactancia-materna-exclusiva-a-los-6-meses/>

- 8.- Cárdenas M, Montes E, Varón M, Arenas N, Reina R. Perfil biopsicosocial de la madre y su relación con el abandono de lactancia materna exclusiva. Octubre 2010. [cited 2014 abril 22]. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412010000300004&script=sci_arttext
- 9.- Ministerio de Salud de Chile. Minsal. Lactancia Materna. 2014 Abril. [cited 2014 Abril 22]. Disponible en: http://web.minsal.cl/LACTANCIA_MATERNA
- 10.- Del Rio M. Taller de Lactancia Materna. Revista de pediatría Atención Primaria. 2013 junio. [cited 2014 Abril 22]. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113976322013000300013&script=sci_arttext
- 11.- Gobierno de Chile. Chile Crece Contigo. Lactancia Materna. [Online].; 2009 [cited 2014 abril 22]. Disponible en:
<http://www.crececontigo.gob.cl/2009/desarrollo-infantil/0-a-12-meses/lactancia-materna/>
- 12.- Asociación Española de Pediatría. Manual de Lactancia materna. Mayo 2008. [cited 2014 abril 22]. Disponible en:
http://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=Ulxyj72VZD0C&oi=fnd&pg=PR9&dq=lactancia+materna+definicion&ots=jqcY3vkXvX&sig=wGSGumebeTSTLZ9qUPAswpX_C8#v=onepage&q=lactancia%20materna%20definicion&f=false
- 13.- Valdés V. UNICEF. Técnicas de Amamantamiento. [Online]. [cited 2014 abril 22]. Disponible en:

<http://www.unicef.cl/lactancia/docs/mod02/TECNICAS%20DE%20AMAMANTAMIENTO1.pdf>

- 14.- Santos P, Lidilla V, Eva Q, Grau A, Hurtado A. Caracterización de la succión en el lactante según la rehabilitación neuro-oclusal. Rev Cubana. Jul-Sep 2010. [cited 2014 abril 22]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S003475072010000300005&script=sci_arttext
- 15.- Morán JC, Naveiro I, Cabañeros M, Rodríguez. A. Prevalencia y duración de la lactancia materna. Influencia sobre el peso y la morbilidad. España 2009. [cited 2014 abril 22]. Disponible en:
<http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v24n2/original14.pdf>
- 16.- Rossato N. Lactancia materna e inmunidad. Nuevos aspectos. Buenos Aires sep./oct. 2008. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S0325-00752008000500001&script=sci_arttext
- 17.- Unicef. Dptico Lactancia materna. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
http://www.unicef.cl/unicef/public/archivos_documento/259/LACTANCIA_DIPTICO_web.pdf
- 18.- Margozzini R. Lactancia materna en pediatría. [cited 2014 Septiembre abril 12]. Disponible en: <http://www.scielo.cl/pdf/rcp/v50n1/art07.pdf>
- 19.- Juez G. Escuela Medicina. Universidad Católica. Lactancia materna. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
<http://escuela.med.puc.cl/paginas/publicaciones/manualped/lactmater.html>

- 20.- Seremi de Salud. Lactancia Materna. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
http://www.seremidesaludbiobio.cl/page/apps/webseremi8/db/secciones/programas/lactanciamaterna/Programa_de_Infa
- 21.- Caballero O, Caballero O, Ruiz G, Caballero O, Muchuli C. Factores contribuyentes al abandono de la lactancia materna exclusiva en un área de salud. Santiago de Cuba. Marzo 2013. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192013000300005
- 22.- Vayas A, Carrera R. Actualización en el manejo de las Mastitis Infecciosas durante la Lactancia Materna. Revista clínica de medicina. Febrero 2012. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2012000100005&script=sci_arttext
- 23.- Mata G, Villar R. Lactancia Materna. Madres Adolescentes. 2007. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
<http://www.madresadolescentes.sld.cu/4LactanciaMaterna.html>
- 24.- Elige Vivir Sano. Lactancia Materna en la madre que trabaja. 09/05/2011 [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
<http://www.eligevivirsano.cl/2011/05/09/lactancia-materna-en-la-madre-que-trabaja/>
- 25.- Marqués G. Material Educativo: Clasificación, Funciones, Ventajas, Diseño de actividades. Santiago: Departamento de Pedagogía aplicada. Facultad de Educación UAB; 2010.

- 26.- Costa O, Venícios O, Carvalho F. Construcción y Validación de Cartilla Educativa Para Alimentación Saludable Durante el Embarazo. Jul.-ago. 2014 Brasil. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n4/es_0104-1169-rlae-22-04-00611.pdf
- 27.- Martinez J, Valdés V. Unicef. Problemas de Lactancia. 2005. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
<http://www.unicef.cl/lactancia/docs/mod03/Mod%203%20Problemas%20de%20lactancia%2018%20feb%2005.pdf>
- 28.- Carrasco N, Corvalan V. Asociacion entre el destete y los conocimientos creencias y actitudes respecto de la lactancia materna exclusiva en niños/as con 6 meses de vida. Universidad Austral de Chile. Facultad de Medicina Valdivia: 2007. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
<http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2007/fmc3131a/doc/fmc3131a.pdf>
- 29.- Documento de la FAO. Capítulo 7 Lactancia Materna. [cited 2014 Septiembre 12]. Disponible en:
<http://www.fao.org/docrep/006/w0073s/w0073s0b.htm>
30. - The free Dictionary. Edad. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://es.thefreedictionary.com/edad>
31. - The free Dictionary. Sexo. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://es.thefreedictionary.com/sexo>
32. - The free Dictionary. Ocupación. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://es.thefreedictionary.com/ocupaci%C3%B3n>

33. - The free Dictionary. Comuna. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://es.thefreedictionary.com/comuna>
- 34.- Enciclopedia Libre Universal en Español. Calidad de vida. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en: http://enciclopedia.us.es/index.php/Calidad_de_vida
- 35.-The free Dictionary. Fondo. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://es.thefreedictionary.com/fondo>
- 36.- Wikipedia Enciclopedia libre. Imagen. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://es.wikipedia.org/wiki/Imagen>
- 37.- Diccionario de informática y tecnología. Definición de letra. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en: <http://www.alegsa.com.ar/Dic/fuente.php>
- 38.- Gruskin S, Cottingham J, Hilber AM, Kismodi E, Lincetto O, Roseman MJ. Using Human Rights to improve maternal and neonatal health: history, connections and a proposed practical approach. Bull World Health Organ. 2008 Aug; 86(8): 589–593.
- 39.- Demir F, Ozsaker E, Ilce AO. The quality and suitability of written educational materials for patients. 2006 Turkey. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2702.2007.02044.x/abstract>
- 40.- Morales M. Elaboración de material didáctico. México 2012 [cited 2015 Junio 12] Disponible en:
<http://www.oei.es/inicialbbva/db/contenido/documentos/comolaborarunmaterialdidacticoinicial.pdf>
- 41.- Luciana Magnoni R, Luiza Akiko K, Ana Zaniboni G, Proceso de construcción de material educativo para la promoción de la salud de la gestante. Brasil Ene-

Feb 2012. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en:
http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n1/es_14.pdf

- 42.- Rodriguez D. Prieto H. Payan M. Quezada M. Intervencion educativa sobre Lactancia Materna. Camaguey Mayo-Junio 2010. [cited 2015 Junio 12]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1025-02552010000300005&script=sci_arttext

Anexos

Consentimiento Informado para permitir la realización de la marcha blanca del material educativo realizado en CESFAM Pueblo Lo espejo de misma comuna (Anexo 1)

“Cartilla educativa sobre beneficios de la lactancia materna consejos y técnicas de amamantamiento destinada a embarazadas adolescentes primerizas”

Alumnos participantes: Sofía Garmendia

Resumen: El acto de amamantar es un derecho de toda madre y contribuye con una mayor efectividad del desarrollo físico y mental del recién nacido, ya que proporciona nutrientes de calidad en las cantidades adecuadas. Es por esto, que se recomienda que los niños sean alimentados de forma exclusiva con leche materna durante los primeros seis meses de vida, la cual permite que el lactante tenga menor riesgo de contraer enfermedades infecciosas, además de dar cierta inmunidad al recién nacido, acelera la maduración de los órganos, genera un mejor desarrollo de piezas dentales y una menor incidencia de caries, son más activos, presentan un mejor desarrollo psicomotor y mejor capacidad de aprendizaje, este conocimiento podrá ser entregado a las embarazadas adolescentes primerizas a través de la validación del material educativo a partir de la evaluación de las propias embarazadas, determinando así la utilidad de la cartilla educativa, ya que este material va destinado a la implementación de herramientas de refuerzo en las orientaciones verbales para las embarazadas, obteniendo así un impacto en la educación.

Beneficio: Entregar información a través de un material educativo sobre los beneficios de la lactancia materna y técnicas de amamantamiento en embarazadas adolescentes primerizas y con esto a partir de la validación de las embarazadas determinar la utilidad del material.

Como alumnas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, se solicita permiso para la realización de la marcha blanca del material educativo en formato tríptico para las embarazadas adolescentes primerizas inscritas y que asisten regularmente al CESFAM Pueblo Lo espejo de la misma comuna, de la Región metropolitana, Santiago, Chile.

Nombre
Firma

**Consentimiento Informado para validación del material educativo (tríptico)
por parte de los especialistas en Nutrición y Dietética
(Anexo 2)**

“Cartilla educativa sobre beneficios de la lactancia materna consejos y técnicas de amamantamiento destinada a embarazadas adolescentes primerizas”

Estimado(a) _____

El propósito de esta carta, es solicitarle si es factible la revisión y evaluación del material educativo (formato tríptico) para nuestro proyecto de tesis “Cartilla educativa sobre beneficios de la lactancia materna, consejos y técnicas de amamantamiento destinada a embarazadas adolescentes primerizas”, con el fin de validarlo y mejorar nuestro material en caso que sea necesario.

Sofía Garmendia
Estudiante de 4° año de nutrición y dietética
Universidad Finis Terrae

Firma

**Pauta de validación de la cartilla educativa destinada a los validadores
(Anexo 3)**

ITEM	Nota 1 a 7 (puede incluir decimales.)	OBSERVACIONES
Evaluación de contenido		
La información proporcionada es suficiente		
La información presente en la cartilla es relevante en su 100%		
La cartilla presenta información novedosa		
Es una herramienta útil		
Es aplicable para la población objetivo		
Es entendible el contenido		
Evaluación Formato Cartilla		
El tamaño de la cartilla es adecuado		
Presenta una fuente de letra adecuada		
Las imágenes ayudan al entendimiento y realización de las técnicas		
Presenta colores llamativos		
El material es resistente y de calidad		
Nota Final		

**Pauta de evaluación sobre la cartilla educativa destinada a las adolescentes embarazadas.
(Anexo 4)**

ITEM	Nota 1 a 7 (puede incluir decimales.)	OBSERVACIONES
Evaluación de contenido		
La información proporcionada es suficiente		
La información es importante		
Comprende las técnicas de amamantamiento		
Comprende los beneficios y consejos descritos en la cartilla		
Es una herramienta útil		
Evaluación Formato Cartilla		
El tamaño de la cartilla es adecuado		
Presenta un tamaño de letra adecuado		
Presenta colores llamativos		
El vocabulario utilizado se entiende por completo		
Las imágenes ayudan al entendimiento y realización de las técnicas		
Nota final		

Resultados Pauta de Validación por juicio de expertos (Anexo 5)

Establecimiento	Cesfam EEF	Clínica Dávila	Clínica Dávila	Clínica Dávila		
Pauta		I	II	III		
ITEM		Nota 1 a 7 (puede incluir decimales.)	Nota 1 a 7 (puede incluir decimales.)	Nota 1 a 7 (puede incluir decimales.)	Promedio	Desviación Estandar
Evaluación de Contenido		6,67	6,50	6,33	6,5	0,2
La información proporcionada es suficiente		7	7	6	6,7	0,6
La información presente en la cartilla es relevante en su 100%		7	7	6	6,7	0,6
La cartilla presenta información novedosa		5	4	5	4,7	0,6
Es una herramienta útil		7	7	7	7,0	0,0
Es aplicable por la población objetivo		7	7	7	7,0	0,0
Es entendible el contenido		7	7	7	7,0	0,0
Evaluación Formato Cartilla		7,00	7,00	7,00	7,0	0,0
El tamaño de la cartilla es adecuado		7	7	7	7,0	0,0
Presenta una fuente de letra adecuada		7	7	7	7,0	0,0
Las imágenes ayudan al entendimiento y realización de las técnicas		7	7	7	7,0	0,0
Presenta colores llamativos		7	7	7	7,0	0,0
El material es resistente y de calidad		7	7	7	7,0	0,0
Comentarios habituales: Las menores calificaciones se obtuvieron en el item sobre si se presenta información novedosa, para lo cual las propias validadoras agregaron que considerando el tema es esa la información que debe ir.						
Nota Final		6,8	6,7	6,6	6,7	0,1

Material educativo en formato tríptico (Anexo 6)

Recomendaciones Generales

1. Siempre preferir la leche materna en lo posible inmediatamente después del parto.
2. La frecuencia de consumo de la leche es a libre demanda, es decir, cada vez que el niño desee.
3. Recordar que la madre debe tener una buena alimentación, variada, consumir lácteos, alto consumo de líquidos, frutas y verduras, no debe fumar ni tomar.
4. El lactante solo se alimenta de leche materna, no necesita otros líquidos.



Creado por estudiantes de Nutrición
y Dietética.

Sofía Garmendia B.

Samantha Muñoz J.

Contacto: smunozj@uft.edu

sgarmendiab@uft.edu



BENEFICIOS DE LA
LACTANCIA
MATERNA Y
TECNICAS DE
AMAMANTAMIENTO



Bibliografía Imágenes:

De izquierda a derecha

(1) Jimdo. Importancia de la lactancia materna.

Disponible en: <http://jardininfantilfernandosavater.jimdo.com/h%C3%A1bitos-de-alimentaci%C3%B3n-saludable-y-lactancia-materna/>

(2) Maria Berruezo. Energía y Femeidad. 24 Marzo 2011

Disponible en: <http://energiayfeminidad.net/tag/dar-el-pecho/>

Beneficios de la lactancia

1. Entrega defensas:

La leche materna protege al recién nacido de distintas enfermedades como otitis, diarreas, alergias, entre otras.

2. Favorece el desarrollo intelectual:

El recién nacido es más activo, tiene mejor desarrollo psicomotor y mayor capacidad de aprendizaje.

3. Mayor calificación de los dientes:

Hay menor desarrollo de caries y tratamientos dentales.

4. Superioridad nutricional:

Entrega los nutrientes adecuados en cantidades necesarias para el niño/a.

5. Es gratis !!!



Técnica de lactancia

1. Despertar al niño al instinto de succionar acercándolo al pecho.



2. Dejar que el niño busque el pezón.



3. Esperar que el niño introduzca el pezón dentro de su boca (la areola debe quedar completamente cubierta).



4. Dejar que el niño/a mama con tranquilidad y disfrute el momento de alimentarse. (El tiempo puede variar)

5. Una vez terminada la mamada de un pecho, retirarlo suavemente y comenzar con la siguiente mamada del otro pecho.

Posiciones para la entrega de leche



1. Posición sentada con el lactante de lado: Sostenga la cabeza del niño en el ángulo del codo colocando un cojín en el abdomen de la madre del lado del pecho que amamantara para luego acercarlo al pecho.

2. Madre sentada con el lactante de frente: Ponga un cojín sobre sus piernas, alrededor del abdomen, el recién nacido debe acostarse sobre el cojín y realice el acoplamiento.

3. Madre acostada: Acuéstese de lado, colocando un cojín al frente, luego posicione al recién nacido sobre el cojín y realice el acoplamiento.

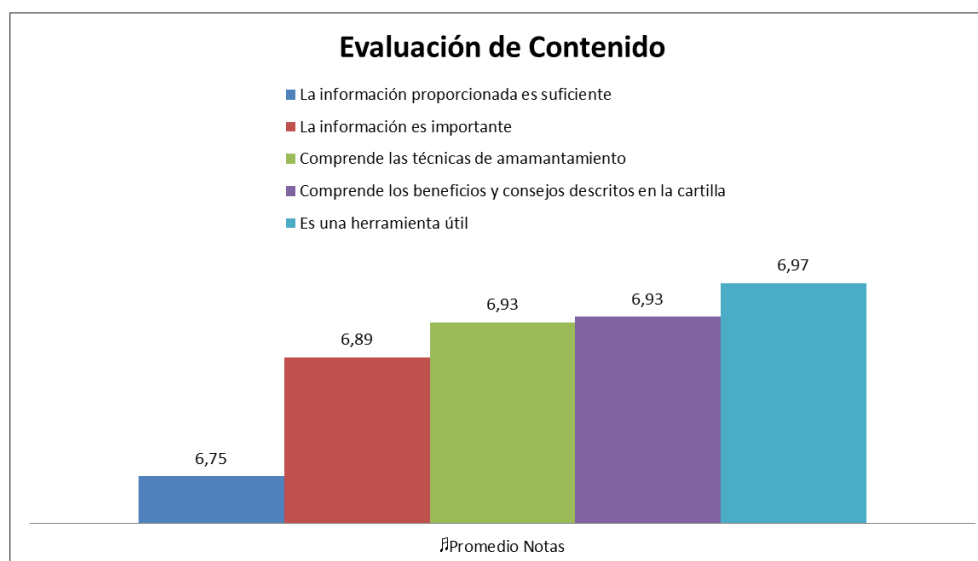
Bibliografía Imágenes

De izquierda a derecha

- (3) Laura Tardon. Las Mentiras de la Lactancia Materna. Madrid. 03 Mayo 2014
Disponible en: <http://tucambiaraselmundo.blogspot.com/2013/05/las-mentiras-de-la-lactancia-materna.html>
- (4) Mejorando La Salud. Lactancia Materna.
Disponible en: <http://educein11a.blogspot.com/2014/06/lactancia-materna.html>
- (5) Como dar el pecho (Parte II). Blog. 19 Noviembre 2012
Disponible en: <http://veyvi.blogspot.com/2012/11/como-dar-el-pecho-parte-ii-agarre-del.html>
- (6) Crianza Natural. Preguntas de Lactancia.
Disponible en: http://www.crianzanatural.com/forum/forum_posts.asp?TID=172594
- (7) Cosas de la Infancia. Posturas Para Amamantar. 07 Febrero 2011
Disponible en: <http://www.cosasdelainfancia.com/articulos/posturas-para-amamantar.php>

Resultados Pauta de Validación por embarazadas adolescentes primerizas (Anexo 7)

Gráficos



Evaluación Formato Cartilla

- El tamaño de la cartilla es adecuado
- Presenta un tamaño de letra adecuado
- Presenta colores llamativos
- El vocabulario empleado se entiende por completo
- Las imágenes ayudan al entendimiento y realización de la técnica

