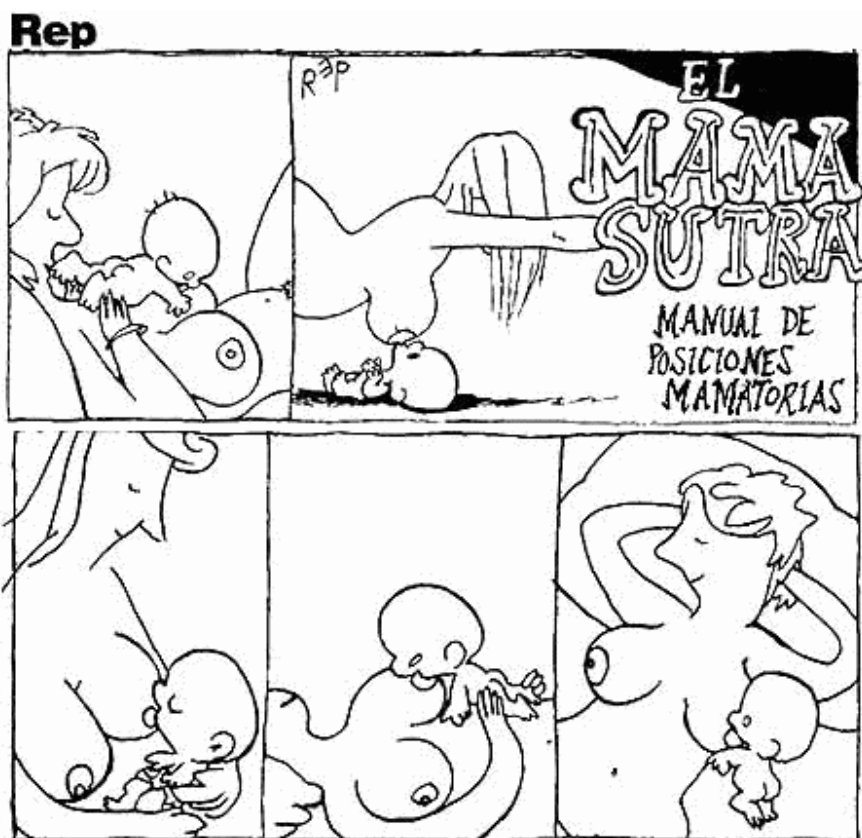


SEMINARIO INTERDISCIPLINARIO CLÍNICA LACTANCIA
MATERNA. UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE.

Clínica de lactancia.



Alejandra M. Mercado. Médica de familia.
Abril 2003.

SEMINARIO INTERDISCIPLINARIO CLÍNICA LACTANCIA MATERNA. UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE.

❖ Clínica de Lactancia.

❖ Generalidades:

La actividad denominada Clínica de Lactancia o Grupos de Apoyo a la Lactancia constituye uno de los "Diez pasos para una lactancia materna exitosa" y es fundamental en la Atención Primaria de Salud, ya que brindando apoyo y soluciones concretas ante situaciones problema que frecuentemente aparecen, se puede evitar el destete precoz. Actualmente debido a la importancia de la lactancia materna en la salud pública, la OMS y UNICEF recomiendan considerar a la consulta por problemas de lactancia como una urgencia.

A pesar de que lo ideal es que esta actividad sea grupal y multidisciplinaria, se puede y se debe realizar en la guardia externa, en un consultorio médico, en el hogar de una madre, en un centro de salud, en el hospital u otro sitio donde se debe propiciar un entorno favorable. El objetivo de la actividad es ofrecer ayuda práctica ante situaciones especiales al binomio madre-hijo y a la familia en relación al amamantamiento.

Además del médico de atención primaria (médicos generales, pediatras) la actividad de consejería en lactancia, puede ser realizada, previa capacitación, por enfermeras, agentes sanitarios, psicólogos, asistentes sociales, madres de la comunidad interesadas en el tema. La secuencia lógica que se plantea a seguir es la siguiente:

- Establecer una buena relación con la madre y otros familiares que la acompañen.
- Realizar un examen físico completo del recién nacido.
- Solicitar a la madre que amamante a su niño para así observar el acto de amamantar y poder corregir las posiciones inadecuadas si las hubiera.
- Explorar las mamas de la madre, su grado de congestión, tipo de pezones.
- Enseñar de forma práctica a la madre, a colocarse el niño en diferentes posiciones.
- Ofrecer solución práctica a los problemas que presenta la mamá, como grietas del pezón, ansiedad, u otros.
- Escuche las dudas y preocupaciones.
- Ofrecer apoyo.

Es necesario establecer una comunicación óptima con la madre y acompañantes.

Al realizar el examen físico del niño es necesario, si está demasiado arropado, quitarle la ropa y pañales, pues las altas temperaturas (por encima de 36 grados) inhiben el reflejo de succión. Además debe explicársele a la madre, el reflejo de succión, para que no sea interpretado como sinónimo de hambre.

Si existen posibilidades o la situación lo amerita, debe pesarse al niño. Si el niño ha bajado de peso, por estar en la primera semana y o la madre está ansiosa, tiene grietas u otra situación que considere usted, esté interfiriendo en la lactancia, cite a la madre con su niño y a los familiares a la consulta, siempre que sea posible. Al comprobar el aumento de peso o la solución de los problemas, la lactancia se continuará de forma satisfactoria. Muestre siempre que sea posible al padre y abuelas, que la madre tiene suficiente leche, realizando expresión de las mamas. Cuando los familiares observan que la leche fluye de forma abundante de sus pechos, puede servir de apoyo importante.

Observe el acto de amamantar. Al observar la posición de amamantamiento, haga énfasis en corregir la posición y colocarle al niño en forma correcta. Después solicite a la madre que se lo coloque al niño ella sola o con ayuda de uno de los familiares, que después la apoyarán en la casa. Haga énfasis en el agarre del niño, poniendo atención, en especial, a si gran parte de la areola queda dentro de la boca del niño y si el mentón hace contacto con la mama en su parte inferior (ver figura 1).

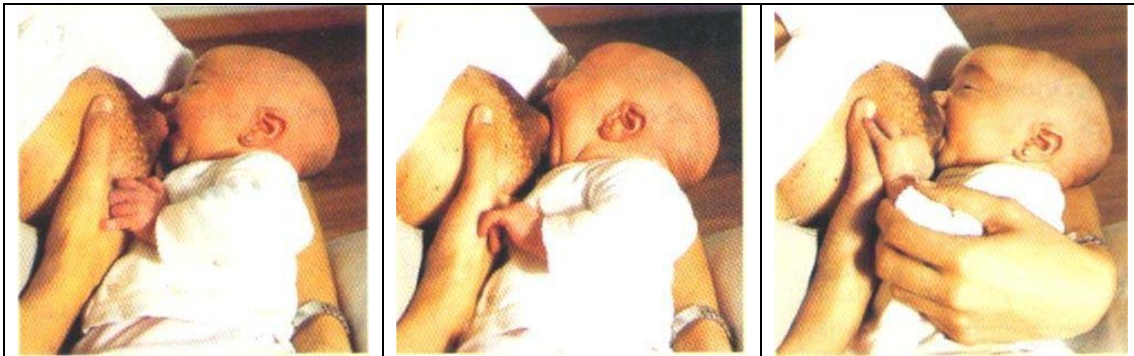


Figura 1

Explique a la madre la importancia de que el niño "tome un buen bocado" de la mama. Explique la frecuencia de las mamadas en estos primeros días, como factor de importancia para que aumente su producción de leche, insista en que debe despertar al niño cada dos horas los primeros días, si antes él no se ha despertado, esto facilita que se incremente su producción de leche y que los pechos no se congestionen demasiado. Solicite al padre o a la abuela que se sienten junto a la madre, y estimule a la misma a seguir alimentando a su hijo.

Explique con detenimiento, que el llanto no es sinónimo de hambre. Recuérdele los horarios que con más frecuencia lloran los niños, para que la familia esté preparada para enfrentar el llanto y darle solución.

A continuación veremos el diagnóstico, clínica, prevención y tratamiento de los problemas de lactancia más comunes en la consulta de atención primaria.

❖ **Ingurgitación mamaria:**

"Hoy visité a mi amiga Pamela que anoche tuvo su primera hija Josefina, una beba muy linda, muy chiquita y parece ser que muy dormilona por lo que no pude verla despierta en todo el tiempo en que me quede (que no fue poco). Pamela, que siempre fue una tabla, tiene de pronto unas tetas enormes, brillantes, muy rojas como si fueran a reventar,

parece como que no tuviera pezón y por su cara calculo que le duelen. Después de semejante panorama creo que cuando sea mi turno ni loca voy a amamantar."

Clínica:

Cuando la leche baja por primera vez, hay una mayor circulación de sangre en las mamas, haciendo que los pechos se sientan calientes, llenos y pesados. Esto ocasiona una sensación dolorosa de la madre durante la bajada de la leche. Las mamas están tensas, duras, dolorosas y brillantes. Puede haber fiebre. Es posible que el bebé no esté succionando bien o no esté mamando con frecuencia. Pero la congestión de mama puede presentarse igualmente sin estas razones, a los tres o cuatro días del nacimiento, y luego desaparecer en un par de días. Es más frecuente en primerizas y disminuye en las múltiparas, donde la bajada de la leche se produce antes.

Prevención:

Es importante iniciar la lactancia apenas sea posible después del parto (no separar a la madre del bebé), preferentemente en la primera media hora. También es recomendable que el bebé duerma en la misma habitación que la madre para favorecer mamadas frecuentes; en caso que la producción sea superior a lo que el bebé necesita, sacarse leche antes y después de amamantarlo.

Tratamiento:

Cuando las mamas están congestionadas es conveniente hacerse compresas de agua fría, entre las comidas, para aliviar el dolor y si la areola está dura, ponerse paños de agua tibia antes de dar de mamar, para ablandarla.

Para suavizar la areola y ayudar a que el niño se prenda más fácilmente, es bueno sacar leche de los pechos antes de amamantar. Si con el amamantamiento no se reduce la congestión, se puede extraer leche entre las comidas.

Observar técnica y corregir. Hacer masajes circulares para favorecer el vaciamiento de los pechos. Indicar una mayor frecuencia de mamadas. Se deben indicar Analgésicos – antitérmicos comunes a dosis habituales.

❖ **Confusión de pezón.**

"Luisina tiene seis días, usa chupete por insistencia de su abuela Rosa que le compró ese tan lindo con los dibujitos de Disney. Su mamá Elena, mamá primeriza, por consejo de su suegra, con quien tiene la dicha de compartir la vivienda, le da por las dudas una mamaderita por si su leche es aguada como fue la de ella. Elena muy atenta a Luisina, nota que desde hace unos días no se quiere prender al pecho y cuando logra hacerlo parece no querer succionar como lo hacía naturalmente cuando nació."

Clínica:

Cambio de patrón normal de succión por el empleo de tetinas y chupetes.

Después de succionar un chupete artificial preformado es posible que el niño tenga dificultades para comprimir el pecho y mamar.

Al tomar biberón el bebé no tiene necesidad de comprimir-succionar con su lengua, ya que bebe por simple flujo de gravedad o solo por succión, dependiendo del orificio de la tetina,

por lo que luego tampoco puede extraer la leche del pecho, ya que pierde el complejo reflejo de succión deglución.

El niño pega la lengua a la tetina tratando de regular el flujo de la leche (lo que posteriormente trae deglución atípica y problemas de ortodoncia). Los bebés se frustran rápidamente al no extraer la leche, lloran, se ponen nerviosos y ponen nerviosas a sus mamás y terminan rechazando el pecho. Es entonces cuando su madre piensa que ya no tiene leche y substituye más mamadas por biberones, con lo que su producción de prolactina disminuye, llevando a un inevitable destete.

Prevención:

Evitar el uso de biberones o chupetes.

Tratamiento:

Suspender el uso de chupetes o biberones. Masajear la boca del niño con el dedo índice, haciendo presión sobre la lengua, hasta que la lengua del niño envuelva al dedo y sobrepase la encía inferior.

Evaluar técnica de lactancia.

A veces es necesario dar complemento (lo ideal con leche extraída de la madre) con vaso o cucharita por unos días hasta que se recupera el reflejo de succión deglución. En casos más severos puede ser necesaria la relactación.

❖ **Pezón doloroso.**

"La mujer de Héctor tuvo un varón. Ella se leyó todo durante el embarazo para estar lista para lo que pudiera ocurrirle. Tuvo un parto bárbaro aunque no le dieron enseguida al bebé como ella hubiese querido y la leche le bajó recién como al tercer día. Ahora ya está en su casa y dice que el bebé está mucho tiempo prendido a la teta y cada vez que lo prende los pezones le duelen más y más y los nota enrojecidos."

Clínica:

Generalmente los pezones se ponen más sensibles después del parto. El amamantamiento no debería provocar dolor, pero ocurre con frecuencia debido a mala técnica o constitución individual.

Puede haber dolor al comienzo de la mamada o durante toda la mamada.

Las causas más frecuentes son la mala posición del bebé al mamar, inicio de la mamada con conductos vacíos (dolor al comienzo, pezón rosado) o candidas (ver si el bebé tiene muguet) en este caso el dolor es muy intenso y durante toda la mamada, a pesar de esto el aspecto del pezón puede ser normal. Puede presentarse luego de un tratamiento con antibióticos.

Prevención:

Colocar al niño en la posición adecuada. No es aconsejable utilizar protectores mamarios impermeables ni sustancias aceitosas. Dejar secar el pecho luego de mamar (es muy útil un secador de cabello). Variar las posiciones para dar de mamar. Evitar el vacío al retirar el niño del pecho (ver figura 2).

Tratamiento:

A lo largo de la lactancia, es importante: aplicar unas gotitas de leche en los pezones, después de las comidas; aplicar un paño tibio y húmedo al pecho antes de dar de mamar para facilitar la bajada de leche; iniciar cada comida del pecho menos afectado; no interrumpir el amamantamiento ni limitar la frecuencia o duración de las tomas; igual que para las grietas, exponer los pechos al aire y al sol para fortalecer la piel y ayudar a sanar los pezones. Indicar a la madre que antes se extraiga algo de leche.



Figura N° 2

Dolor toda la mamada: posicionar correctamente al niño, variar las posiciones y evitar el vacío. Si hay candidiasis: Nistatina (solución) hasta los 6 meses: medio gotero cada 6 horas durante 15 días. Más de 6 meses: un gotero.

Se puede usar Nistatina crema o Micomazol en el pezón, pero hay que retirarlo antes de dar de mamar.

❖ Grietas del pezón.

"Victoria es hija de polacos, tiene la piel blanquísima y es muy sensible al sol. Desde hace diez días, es la flamante mamá de Bianca a la que la pone a la teta cada vez que lo pide, a libre demanda como le enseñaron en el curso de preparto, pero últimamente siente los pezones muy irritados y esto le ocasiona mucho dolor, sobre todo en uno de ellos en el que parece tener como una lastimadura, ¿será que esto le ocurre por la tez tan delicada que heredó de sus padres, por tener pezones muy chiquitos ó porque la herida de la cesárea todavía le impide acercarse con firmeza a la beba cuando mama?"

Clínica:

Se pueden presentar si no se trata adecuadamente un pezón doloroso y por no utilizar las técnicas de amamantamiento óptimas. Las grietas son soluciones de continuidad o fisuras ubicadas en la punta o base del pezón.

Pueden sangrar ocasionando vómitos sanguinolentos en el bebé o heces con sangre digerida.

Prevención:

No hay evidencia que haya demostrado que los masajes o maniobras para preparar los pezones durante el embarazo ofrezcan alguna ventaja, por lo que no son recomendables como rutina, pero si para que la embarazada se familiarice con sus pechos, se puede humectar la piel con cremas con vitamina A ó con lanolina (no en personas con alergia a la lana). Si usa corpiño debe ser de algodón, sin aro, del tamaño apropiado (ni apretado ni grande). El pecho debe estar ventilado, exponerlos al aire y al sol.

Figura Nº 3.



Tradicional o Panza con panza.



Cruzada o invertida



Posición de rugby o panza con costilla.



Acostada.

En las primeras comidas es conveniente que la madre use las diferentes posiciones para amamantar (figura 3), sobre todo si ve que el pezón se pone rosado y siente ardor. Es fundamental la toma correcta en cada mamada (figura 1).

Al darle de mamar siempre comenzar por el pecho que está más lleno (habitualmente el que se dio en último lugar), es ideal dejar que el bebé termine el primer pecho, para tomar la leche más cremosa, pero si es necesario retirarlo, debe colocar el dedo meñique en la boca del bebé bajando la encía inferior para liberar de la succión al pezón. Nunca tironear (ver figura 2).

La madre no debe lavarse los pechos antes ni después de amamantar, porque así retira los aceites protectores del pezón y favorece la aparición de grietas. Debe siempre lavarse las manos antes de alimentar al niño.

Tratamiento:

Ablandar la costra con agua tibia o con unas gotas de leche antes de cada mamada; después, volver a aplicar leche o crema de caléndula. No debe ponerse cremas o aceites incomedibles en los pezones. Si arden o duelen debe colocarse una gota de la propia leche y dejar secar al aire en un ambiente cálido. No se debe indicar la pezonera plástica con tetina, esto presenta el peligro de confundir la succión, reduce la cantidad de leche transferida y hay riesgos para el bebé por la posibilidad de contaminación. Si se pueden usar por corto tiempo las pezoneras de siliconas. Iniciar la mamada por el pecho que menos duele, aplicar paños tibios previamente para favorecer la bajada de la leche y dar el pecho más seguido para evitar un bebé muy hambriento que lastime aún más los pezones. Dejar los pechos ventilados, al aire y al sol. No es conveniente colocar hielo sobre el pezón, ya que tanto el frío como el dolor interfieren con el reflejo de eyección, pero puede utilizarse inmediatamente antes de mamar y por poco tiempo para anestesiar la zona. Variar posición para amamantar: Grieta en punta del pezón: labios paralelos a la grieta. Grieta en la base: mentón del lado opuesto.

Si las grietas son graves (pueden verse como scalps, o el pezón lucir como "desprendido") o en casos de madres con baja tolerancia al dolor, se pueden usar corticoides tópicos (Betametasona crema) por dos días. Entre lo que se absorbe y lo que queda en la ropa, el bebé sólo toma una cantidad insignificante. Para el dolor, también están indicados los analgésicos comunes.

❖ Crisis de lactancia.

"La mamá de Juan, un hermoso y rollizo bebé de tres meses amamantado en forma exclusiva, está muy angustiada porque su gordo que era un santo, llora desde hace unos días más que antes, pide a cada rato y nota que sus pechos se le ablandaron, ya no se cargan como antes y todos le dicen que es porque su leche ya no le alcanza"

Crisis fisiológicas:

- Debido a que el bebé crece y aumentan sus requerimientos de leche, a los 10 a 15 días puede presentarse un "ataque de hambre", solo tranquilizar a la madre y explicarle que debe ponerlo más seguido al pecho para aumentar su producción.
- Cuando el bebé tiene cólicos del lactante (poco habituales en los niños amamantados), el bebé siente dolor abdominal al alimentarse (por un reflejo), entonces la madre piensa que llora por hambre o porque no sale leche o porque ésta tiene feo sabor.
- A las 6 semanas puede repetirse el ataque de hambre.
- A los 3 o 4 meses, el bebé puede distraerse, prestar atención a todo lo que sucede alrededor acortando sus mamadas y la madre puede suponer que la leche no es suficiente o que no tiene más interés en mamar.

Crisis especiales:

- Nuevo embarazo.
- Crisis de pareja, mudanzas, etc.
- Mes en que abandonó la lactancia con hijos anteriores.
- Escasa o nula colaboración familiar.
- Actitudes que desalientan la lactancia, fundamentalmente del esposo.

Tratamiento:

Lo más habitual es que suceda alrededor de los 3 meses.

El niño ha aumentado bien de peso y requiere más leche, por lo tanto pide más para que haya más producción. Explicarle esto a la mamá.

A los pocos días vuelve a la frecuencia habitual de mamadas.

Punto crucial para apoyar a la madre para no incorporar mamaderas y abandonar la lactancia.

❖ Taponamiento de conductos.

"A Paula la pierden los chocolates pero durante el embarazo como no quería engordar más de lo necesario se cuidó mucho en las comidas y ahora que su bebé ya tiene dos meses retomó su dulce vicio, sin embargo se cuida para que no se le caigan los pechos, así que usa un corpiño un número más chico. El gordo que le tocó por hijo es un santo, duerme casi toda la noche. Ayer la llamé por teléfono me contó que no se siente bien; tiene una dureza en una lola y dice que le duele cuando se la toca. Yo le dije que la acompañaba al médico".

Clínica:

Zonas endurecidas y dolorosas, en forma lineal que siguen trayectoria de conductos.

Causas:

Mal vaciamiento, posición monótona de amamantamiento, períodos largos entre mamadas. Mayor producción que la necesaria. Uso de sostenes con aro o muy pequeños. Dormir en decúbito ventral.

Prevención:

Variar las posiciones, evitar saltar mamadas, evitar corpiños ajustados o con aro. Evitar dormir boca abajo.

Tratamiento:

Variar posición buscando que el mentón del bebé quede dirigido a la zona afectada. Compresas tibias y masajes. Comprimir el pezón buscando su desobstrucción. Ofrecer el pecho con frecuencia. Si existe mayor producción que la necesaria, extraer la leche luego de amamantar.

❖ Mastitis.

"Mari esta amamantando a Ian. Desde hace unos días empezó a sentir una dureza en uno de sus pechos a la que no le dio importancia suponiendo que era normal al comenzar la lactancia, que ahora se siente fiebrada, parte de la piel de este pecho está muy colorada, sensible al tacto, lo siente como caliente y es cada vez más doloroso intentar darle de mamar"

Clínica:

Tumoración, ardor y dolor local con forma triangular. Fiebre de 38,5° o más, escalofríos síndrome gripal, malestar generalizado. Puede salir pus con la leche. Antecedentes: taponamiento de conductos y grietas. En la tabla Nº 1 se puede apreciar el diagnóstico diferencial entre ingurgitación, taponamiento y mastitis. Entre los gérmenes más frecuentes están el Estafilococo Aureus, Escherichia Coli y (rara vez) Estreptococo.

Prevención: ídem grietas y taponamiento. Adecuado tratamiento de dichos problemas.

Tratamiento: Reposo en cama con el bebé, antitérmicos, analgésicos, continuar la lactancia, comenzar por el pecho sano, pero asegurar el vaciamiento del lado enfermo por succión o con sacaleches. Paños tibios antes, fríos después. Variar posiciones. Beber abundantes líquidos.

Antibioticoterapia: Amoxicilina VO a dosis habituales 10 a 14 días, Cefadroxilo VO. a dosis habituales 10 a 14 días.

Abceso mamario:

Analgesia. Reposo. Antibioticoterapia, puede ser necesaria la vía endovenosa. Si sale pus (gusto salado, al colocar una gota de leche en un algodón, el pus no es absorbido) suspender momentáneamente, pero extraer leche frecuentemente. Reestablecer lactancia del pecho afectado apenas cese la eliminación de pus. En algunos casos puede ser necesario el drenaje quirúrgico por punción.

Tabla N° 1

Características	Ingurgitación	Taponamiento	Mastitis
Comienzo	Gradual postparto	Gradual después de mamar	Súbito, después de 10 días.
Localización	Bilateral	Unilateral	Unilateral
Inflamación y calor	Generalizado	Poco o ninguno	Inflamación, calor y rubor
Dolor	Generalizado	Leve, localizado	Intenso, localizado
Temperatura	<38,4° C	<38,4° C	>38,4° C
Síntomas sistémicos	Se siente bien	Se siente bien	Síndrome gripal

❖ **Trabajo fuera del hogar.**

"Mariana con gran placer y alegría ha amamantado a Guido sin dificultad desde que nació hace dos meses en contra de todos los pronósticos familiares que le auguraban, siempre "de onda", un fracaso rotundo. En pocos días más debe reintegrarse a trabajar, por lo tanto se le plantea el dilema de dejárselo a su mamá que muere por darle la mamadera o buscar un buen jardín maternal donde dejarlo las 6 horas que va a estar ausente. Se le viene el agua, no quiere destetar tan pronto porque el gordo está bárbaro pero no sabe qué hacer".

No acostumbrar al bebé al biberón.

Antes del comienzo laboral extraerse leche para almacenar para cuando no esté con el bebé. Extraerse leche en el trabajo cada 3 o 4 horas y refrigerar para dar al bebé cuando la madre no está. Enseñar a la persona que cuidará al bebé cómo darle la leche con vaso o gotero.

Conservación de la leche:

- **Calostro:** A temperatura ambiente 27 - 32 grados C: de 12 a 24 horas.
- **Leche madura:**
 - A 15 grados C: 24 horas.
 - A 19 - 22 grados C: 10 horas.
 - A 25 grados C: 4 a 8 horas.
 - Refrigerada entre 0 y 4 grados C: de 5 a 8 días.
- **Leche congelada:**
 - En una hielera dentro del mismo refrigerador: 2 semanas.
 - En una hielera que es parte del refrigerador pero con puerta separada: 3 -4 meses. (La temperatura varía según que tan frecuentemente se abra la puerta)
 - En un congelador separado, tipo comercial con temperatura constante de -19 grados C: 6 meses o más.

❖ Rechazo del pecho.

"El papá de Sebastián ya no sabe cómo contener la angustia de su mujer pues su bebé, que nació mediante la aplicación de una ventosa que le dejó una contusión en la cabeza, no quiere prenderse al pecho, grita y se niega a mamar. Su señora esta muy alterada, cree que no podrá amamantar a Seby y que el bebé no la quiere."

Si el bebé rechaza el pecho puede ser porque la madre se puso cremas en el pezón, por que se lo está empujando por la nuca, porque se le han dado biberones que produjeron confusión de pezón, por cólicos abdominales (frecuentes en los primeros tres meses), por el retorno de la menstruación, o porque algo le dolió cuando lo colocaron en determinada posición. Los alimentos con gusto fuerte (ajo, repollo, brócoli, cebolla) pueden ocasionar rechazo del pecho 8 a 12 hs después de la ingesta y desaparecen en 24 horas. En estos casos debe sentarse cómodamente, relajarse, retirar las cremas si es el caso, y masajear y exprimir un poco el pecho hasta dejar una gota en el pezón, ya que a veces están tan congestionados que al bebé le es difícil prenderse al pecho. Si el niño llora, esperar y volver a intentarlo 15 min. después de que se haya calmado, tranquilizando a la madre. Evitar sostener al bebé en posición de amamantamiento cuando se le dé alguna medicación. Darle leche materna extraída con taza o cucharita hasta que acepte el pecho. Observar técnica y corregir los errores. Revisar al niño, descartar patología. Descartar obstrucción de VAS. Observar vínculo madre hijo. Verificar medicación materna y que el bebé no esté muy abrigado.

Rechazo unilateral del pecho: Algunos niños prefieren un pecho al otro, en estos casos se puede intentar colocar al bebé en la misma posición que con el primero (posición de rugby o panza con costillas). Luego de una mastitis puede rechazarse el pecho porque la leche tiene gusto salado (por aumento del sodio en la leche). Puede rechazarse un pecho si la posición para tomarlo desencadena dolor en el bebé (otitis, fracturas, etc.) Se han publicado casos de madres lactantes cuyos hijos rechazaron de repente un solo pecho y semanas o meses después aparece un bulto cuya biopsia demostró cáncer. Es prudente, cuando el rechazo unilateral no se soluciona con las medidas habituales, examinar a la madre para descartar un tumor. Pueden realizarse durante la lactancia mamografías y ecografías sin problemas.

❖ Pezones planos e invertidos.

"En dos meses más va a nacer mi bebé, Manuel, mi marido sueña con tener una colorada con pequitas como es él, a mi de la lo mismo, en realidad estoy más preocupada por cómo será el parto. El médico dice que está todo bien, pero nunca hasta ahora me he atrevido a preguntar, por vergüenza, que me pasa en los pechos, pues siempre noté que eran diferentes a los de mis amigas, los tengo como si no tuviera pezón o como si estuvieran para adentro. ¿Podré amamantar igual?"

Clínica: Este es uno de los casos en que si es importante la preparación previa del pezón. Esta condición ocurre debido a fibrillas de tejido conectivo que tiran del pezón al estimularse

Antes del parto: ejercicios, escudos, corpiño agujereado.

Después del parto: Refuerce la confianza de la madre. Recuerde que el bebé succiona el pecho, no el pezón. Deje al bebé que explore el pecho, piel con piel. Ayude a la madre a colocar al bebé en la primera hora. Intente varias posiciones.

Ayúdela a masajear el pezón para que se destaque.

Use bomba extractora o jeringa para sacar el pezón.

❖ **Baja producción de leche.**

"Pedro es un bebé de esos que las personas dicen "qué buenito que es", pues duerme todo el día. Su mamá está angustiada y preocupada pues nota que sus pechos no se llenan como antes y en el control no aumentó bien de peso."

Es importante saber que un bebé amamantado puede recuperar su peso de nacimiento recién a los 21 días y en ocasiones cuando son de bajo peso o pretérmino límites (37 sem) se pueden comportar como prematuros haciendo el "catch up" más tardíamente.

Es muy importante descartar patología en el niño (infección urinaria). Aumentar frecuencia de mamadas, despertarlo más seguido, cada dos a tres horas. Dejarlo terminar el primer pecho antes de pasar al otro. Que la madre descanse y se alimente bien.

Observar el vínculo madre hijo. Descartar agotamiento materno, presión familiar, stress, **hipotiroidismo** materno.

Dar confianza a la madre en que podrá amamantar con éxito. Indicar alimentos o bebidas tradicionales que se usen en la comunidad como galactogogos (ñaco, agua de maíz blanco, cebada, malta, mate, cerveza negra sin alcohol, etc). Así mismo evitar la ingesta de café y el tabaco, ya que disminuyen la prolactina.

De ser necesario (en madres añosas, donde la glándula mamaria ya había comenzado a ser reemplazada por tejido graso), en caso de relactación o madres adoptivas que amamanten, se puede aumentar efectivamente la producción de leche con la administración de Metoclopramida 10 Mg. cada 8 horas los primeros 7 a 14 días, e ir disminuyendo la dosis hasta suspender a medida que la cantidad de leche aumente. La Metoclopramida actúa estimulando la cantidad de prolactina mediante la inhibición de la dopamina o PIF (Factor Inhibidor de la Prolactina) y es inocua para el bebé ya que le llegan dosis menores que las usadas para el reflujo gastroesofágico. También se puede utilizar Domperidona 20 mg cada 6 horas ó 30 mg cada 8 horas.

❖ **Relactación.**

Introducción.

Muchos niños interrumpen la alimentación al pecho en las primeras semanas o meses y, como resultado, tienen incrementado el riesgo de enfermedad, malnutrición y muerte.

Sin embargo, la alimentación al pecho puede ser restablecida. Una mujer que ha interrumpido el amamantamiento de su hijo, recientemente o en el pasado, puede volver a producir leche para su propio hijo o para uno adoptado, incluso sin un embarazo adicional. Esta potencial medida salvavidas se llama relactación. La mayoría de las mujeres que relactan pueden producir suficiente leche para amamantar un niño de forma exclusiva. Las mujeres que nunca han estado embarazadas pueden también establecer la

lactancia, aunque la cantidad de leche producida es a menudo más limitada para la alimentación exclusiva al pecho. Esto se conoce como lactancia inducida¹.

Indicaciones para la relactación.

En varias circunstancias puede surgir la necesidad de considerar la posibilidad de relactación o de lactancia inducida:

- *Para el manejo de algunos niños enfermos*, tales como aquellos menores de 6 meses de edad con diarrea aguda o persistente, aquellos que han detenido su amamantamiento antes o durante una enfermedad, y aquellos que han sido alimentados artificialmente pero no toleran las leches artificiales.
- *Para los niños que tuvieron bajo peso al nacer*, y a quienes fue imposible mamar de forma eficaz en las primeras semanas de la vida y requirieron alimentación mediante gavage o vaso.
- *Para los niños con problemas de alimentación*, particularmente aquellos menores de 6 meses, cuyas madres tuvieron dificultades para establecer la lactancia o cuya producción de leche ha disminuido significativamente como resultado de una mala técnica o un mal asesoramiento.
- *Para los niños que han sido separados de sus madres*, por ejemplo porque ellos o sus madres requirieron hospitalización.
- *En situaciones individuales*, por ejemplo cuando una madre que eligió alimentar artificialmente a su niño cambia su manera de pensar o, en el caso de adopción, para mejorar la unión madre-hijo tanto como para aprovechar otras ventajas del amamantamiento.
- *Cuando a una mujer le es imposible amamantar a su hijo*, por ejemplo por estar gravemente enferma o por fallecimiento o porque es HIV positiva y elige, después de ser aconsejada, no amamantar a su hijo. Una opción en estas situaciones es que alguien de la misma comunidad, tal como una abuela, lacte para alimentar al niño.
- En situaciones de emergencia, para los niños que están desamparados; aquellos que fueron alimentados artificialmente antes de la emergencia; y aquellos cuyo amamantamiento ha sido interrumpido. Debería ser posible reanudar o continuar el amamantamiento de tantos niños como fuese posible para prevenir la diarrea, la infección y la malnutrición. Una mujer puede lactar para alimentar uno o más niños desamparados.

¹ Los términos relactación y lactancia inducida no se usan consistentemente en la literatura. Algunos autores hablan de lactancia "inducida" cuando una mujer que previamente amamantó a su propio hijo, amamanta a un niño adoptado o a un nieto. Sin embargo, en esta revisión se usa el término relactación si la mujer tiene o tuvo en algún momento un niño, tanto si ella tuvo al niño que está alimentando como si no, y cualquiera que fuese el intervalo desde su último embarazo.

Composición de la leche en la relactación.

No se han encontrado diferencias significativas entre la leche producida durante la relactación o la lactancia inducida y la que se produce en el puerperio, aunque existen pocos estudios. Kleinman et al observaron que las madres que nunca estuvieron embarazadas no produjeron calostro. En los primeros 5 días de la lactancia su leche fue similar a la leche de transición y madura en cuanto a su contenido de proteínas totales, alfa-lactoalbúmina, e IgA.

Factores que afectan al éxito de la relactación.

Marieskind comentó que hay dos requerimientos soberanos para la relactación: un fuerte deseo por parte de la madre biológica o adoptiva de alimentar al niño, y la estimulación del pezón. Brown y Jelliffe añaden un tercer requerimiento, de particular importancia cuando se promueve la relactación como parte de la asistencia sanitaria: un sistema de apoyo, para construir y mantener la confianza de la madre. Sin embargo, hay factores adicionales relacionados con el niño y la mujer que necesitan ser reconocidos y comprendidos.

Factores relacionados con el niño.

El principal requerimiento para la relactación o para la lactancia inducida es que el niño succione el pecho. Ello se influencia por:

- La disposición del niño para mamar.
- La edad del niño.
- El gap de amamantamiento del niño (tiempo transcurrido desde que el niño dejó de mamar).
- La experiencia alimentaria durante el gap.
- Razones relacionadas con el niño para la interrupción del amamantamiento.

Otros potenciales factores pero de importancia desconocida incluyen:

- La edad gestacional (para niños de bajo peso al nacimiento)
- La ingesta de alimentación complementaria (para niños mayores)

Factores relacionados con la madre biológica o adoptiva:

Los más importantes son:

- La motivación de la mujer.
- Su gap de lactancia (tiempo transcurrido desde que dejó de amamantar a un niño)
- El estado de sus pechos.
- Su capacidad para interactuar y responder a su hijo.
- El apoyo de su familia, de la comunidad y de los trabajadores sanitarios.

Otros factores de significado menos claro:

- Su experiencia previa de lactancia.
- Su estado de salud y nutrición general.

Los suplementadores del amamantamiento están diseñados para proporcionar al niño un flujo continuo de alimento suplementario mientras que está mamando y estimulando el pecho y el pezón. Son particularmente útiles cuando un pecho no está produciendo demasiada leche. Pueden ayudar a mantener al niño al pecho durante más tiempo con un buen patrón de succión.

Un suplementador consiste en una bolsa, botella o vaso de alimento lácteo con un tubo fino, a través del cual puede pasar el alimento, que se deja junto al pezón en la boca del niño. Hay varios dispositivos de marca útiles que son deseables en los lugares en donde están disponibles y son asequibles (suplementador Medela) y en donde pueden limpiarse y mantenerse adecuadamente. En situaciones en que no se disponía o no se podían mantener los dispositivos de marca, se ha usado con éxito un dispositivo simple de suplementador, hecho con un vaso o biberón y un tubo de plástico largo y fino (SNG para prematuros de teflón, con la punta cortada) (Figura 4).

El flujo de leche debe regularse de manera que el pecho reciba suficiente estimulación antes de que se satisfagan el hambre y la sed del niño.

Un tubo de plástico fino es algo difícil de limpiar. Inmediatamente después del uso necesita limpiarse de punta a punta con una jeringa con agua caliente y jabón o detergente. Entonces debería ser esterilizado con lavandina casera y enjuagando de nuevo con agua limpia inmediatamente antes de usarlo. El tubo necesita remplazarse cuando muestra algún tipo de deterioro.



Recomendaciones para la mamá.

- Usar una sonda nasogástrica fina u otro tubo fino de plástico y un vaso o biberón para sostener la leche. Si no se dispone de un tubo muy fino, usar el mejor que se pueda conseguir.
- Hacer un pequeño agujero en el lateral del tubo, cerca del final de la parte que estará dentro de la boca del bebé (otro agujero añadido al del final del tubo). Esto

mejora el flujo de leche. Si usa una sonda, recortar la punta cerca del primer orificio.

- Preparar un vaso de leche (leche extraída del pecho o leche artificial) que contenga la cantidad de leche que su bebé necesita para una toma. Si es extraída no te olvides de mezclarla antes de dársela para integrar sus componentes.
- Colocar un extremo del tubo a lo largo de su pezón, de forma que su bebé succione el pecho y el tubo al mismo tiempo. Fijar con el tubo con cinta en el lugar adecuado sobre su pecho.
- Colocar el otro extremo del tubo dentro del vaso de leche.
- Hacer un nudo en el tubo si este es ancho o colocar un clip sobre él, o pellizcarlo. Esto controla el flujo de leche, de manera que el bebé no termine la toma demasiado rápido.
- Controlar el flujo de leche de manera que el bebé succione el pecho si es posible durante unos 30 minutos en cada toma (levantar el vaso aumenta el flujo de leche, bajar el vaso lo enlentece).
- Dejar mamar al bebé en cualquier momento que esté dispuesto (no solo cuando se use el suplementador).
- Limpiar y esterilizar el tubo del suplementador y el vaso o botella cada vez que se usen. Se puede utilizar detergente común y limpiar con una jeringa la sonda. Guardar en heladera.

Bibliografía.

- 1.** *Lactancia Materna: Guía profesional.* Becar Varela, Carlos. 1993. Ediciones Doyma de Argentina.
- 2.** *Curso bianual de Capacitación a distancia en Lactancia Materna.* Argentina. Fundación Lacmat. 1999. (Los casos clínicos han sido tomados de este curso).
- 3.** *"Relactación, Revisión de la experiencia y recomendaciones para la práctica".* Departamento de Salud y desarrollo del niño y del adolescente. OMS 1998.
- 4.** *Práctica y promoción de la lactancia natural en hospitales amigos del niño.* UNICEF OMS. 1993. Argentina.
- 5.** *La Lactancia Materna: Una guía para la profesión médica.* Lawrence, Ruth. 1995. Cuarta edición en español. Ediciones Mosby. Argentina.
- 6.** *Clínica de Lactancia; Metodología por el desarrollo de la misma.* Dra. Eva Josefina Quintero Fleites. Villa Clara CUBA. 2002.
- 7.** *Lactancia Materna.* Guía de trabajos prácticos de la Cátedra de Atención Primaria de la Salud de la Escuela de Medicina de la Universidad Nacional del Comahue. Argentina. Mercado, Alejandra. 1998-2003.