

# ACTIVIDADES TEMA 5

## LACTANCIA MATERNA

### AMAMAMANTAR ACTO DE SALUD, UN DERECHO Y UN PLACER



## ÍNDICE ACTIVIDADES

1. Adivina adivinanza ¿qué alimento es?
2. Diez pasos para una feliz lactancia materna OMS-UNICEF 1989.
3. Iniciativa hospitales a. IHAN .OMS-UNICEF.
4. Código internacional de comercialización de sucedáneos de la lactancia materna.
5. Efectos del contacto precoz sobre la lactancia. Paso 4 IHAN.

# 1. ADIVINA ADIVINANZA

## ¿QUÉ ALIMENTO ES?

### JUGANDO A LAS ADIVINANZAS

---

#### MONTAR UN FOLLETO CUBO

Construir un folleto cubo, pegando cada cuadrado sobre cartulina, doblando por las líneas de unión de los cuadrados.

Comprobar al ir jugando con otras personas que no conocen los pasos sucesivos a ir pasando la adivinanza y comprobar que se desconoce cuál es ese alimento.

Ver modelo para construir el folleto en carpeta (5\_docu\_arti), en:  
(5\_folletocubo)

#### LA SEMANA DE LA ADIVINANZA

Cada día se va colocando en el aula una parte de la adivinanza para concluir el último descubriendo cuál es el alimento

1. Existe hace millones de años.
2. Es gratis. De composición inimitable.....
3. Se produce en cualquier momento...
4. Sus efectos beneficiosos se prolongan hasta años después.
5. Protege frente a enfermedades como:...
6. Se fabrica con el abrazo.
7. La OMS y UNICEF recomiendan tomarlo por lo menos dos años y seis meses...

Se puede colocar cada día en los pasillos, hacer un concurso para los que adivinen, colocando un buzón para que den la respuesta...etc. Se presta para muchas variaciones.

**¿Cómo se produce este alimento?**  
 En cualquier momento, en cualquier lugar, en cualquier país del mundo.

Adivina, adivinanza:.....

**¿Qué alimento es?**

*“Existe hace millones de años  
 Se puede producir en países ricos y en países pobres”*

**¿Qué beneficios aporta este alimento?  
 Sus efectos beneficiosos se prolongan años después de haberlo consumido**

**Problemas de enfermedades como:**  
 Infección respiratoria, Otitis, Diarrea, Meningitis, Enfermedad del tracto urinario, Mal oclusión dental, Enfermedad de Crohn, Infecciones gastrointestinales, Apandicitis, Linfoma, Leucemia, Anemia, Diabetes, Tirotoxicosis, etc.

**Favores:**  
 El desarrollo visual, y el sistema auditivo entre otros que se produce y quien lo recibe.

**Mejora:**  
 El coeficiente intelectual

**Problemas de la salud de quien lo produce:**  
 Cáncer de mama, Cáncer de ovario, Osteoporosis, Arterioesclerosis, Diabetes, etc.

**La leche de la madre.**

Alimentación equilibrada  
 Recomendaciones de OMS y UNICEF  
 Declaración Conjunta 1989

*desde el principio*



## 2. DIEZ PASOS PARA UNA FELIZ LACTANCIA MATERNA OMS- UNICEF 1989

---

1.- ¿Conoces si algún hospital de tu comunidad cumple la totalidad de los 10 pasos? Averigua por internet, visitando la web de la IHAN (Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia) <http://www.ihan.es/>

### **DIEZ PASOS PARA UNA FELIZ LACTANCIA MATERNA OMS-UNICEF 1989**

Todos los servicios de Maternidad y atención a los recién nacidos deberán:

1. *Disponer de una norma escrita sobre lactancia natural, que se ponga en conocimiento de todo el personal de atención a la salud.*
2. *Capacitar a todo el personal de forma que esté en condiciones de poner en práctica esa norma.*
3. *Informar a todas las embarazadas sobre los beneficios que ofrece la lactancia natural y la forma de ponerla en práctica.*
4. *Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la media hora siguiente al parto*
5. *Mostrar a las madres cómo dar e pecho y cómo continuar con la lactancia natural, incluso si han de separarse de sus hijos.*
6. *No dar a los recién nacidos más que la leche materna, sin ningún otro alimento o bebida, a no ser que esté médicamente indicado.*
7. *Facilitar el alojamiento conjunto madre-criatura durante las 24 horas del día.*
8. *Fomentar la lactancia materna a demanda*
9. *No dar a los niños alimentados a pecho, tetinas o chupetes*
10. *Fomentar la organización de grupos de apoyo a la lactancia natural y derivar a las madres a éstos después de su salida del hospital.*

## 3. INICIATIVA HOSPITALES AMIGOS DE LOS NIÑOS IHAN OMS-UNICEF

---

PRESENTACIÓN diapositivas en la carpeta del tema 5

TEXTO: Artículo IHAN Bases científicas de los diez pasos. MJ Blázquez  
En (5\_IHANDiezpasos)

### Fines de la Iniciativa IHAN

1. ¿Cuáles son los fines de la llamada Iniciativa Hospitales Amigos de los Niños?
2. ¿De quién partió la iniciativa y en qué año?

### Hospitales españoles

3. ¿Cuántos hospitales españoles y en el mundo, cumplen los requisitos para ser nombrados como Hospitales Amigos de los Niños?
4. ¿Qué Hospitales han sido galardonados como Amigos de los Niños, superando la evaluación por expertos?  
El derecho a amamantar
5. ¿Se puede hablar del derecho a amamantar? ¿Han existido tiempos, en los que se consideraba un deber amamantar?

### Los hospitales Amigos de los Niños en la Comunidad

6. Investiga a través de Internet si los hospitales de tu comunidad cumplen los llamados diez pasos para una feliz lactancia materna. Consulta en la web de la IHAN, Iniciativa Hospitales Amigos de los Niños.
7. Lee los diez pasos para una feliz lactancia natural y valora sobre cuál o cuáles son los que plantearán más dificultad para cambiar en un hospital.

### El Código de la Industria. Legislación española

8. ¿Qué es EL Código internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Lactancia Materna y desde cuándo está aprobado por la Asamblea Mundial de la Salud?
9. ¿Existe una legislación española para regular la comercialización y publicidad de la industria?
10. Ante la lectura de los puntos del Código, si a una madre en un centro sanitario, se le regala muestras de leche artificial? ¿Es un incumplimiento del Código? ¿Y de la Ley española?

### **Bases científicas de los Diez Pasos para una Feliz Lactancia Materna**

11. ¿Existen bases científicas sobre las que se ha basado la OMS para los Diez Pasos para una Feliz Lactancia Natural?
12. ¿Con la información adecuada es suficiente para facilitar la lactancia materna, o existen pruebas de que hace falta otro tipo de apoyo?

### **El inicio precoz de la lactancia materna.**

13. ¿Es capaz un recién nacido de encontrar por sí mismo el pecho de su madre?  
¿En qué condiciones es posible esta respuesta instintiva?  
¿Será igual con la efectos de la anestesia epidural?
14. ¿A qué se debe la relación entre succión correcta e inicio precoz de la lactancia materna?

### **Preguntando a la familia**

15. Pregunta a tu familia, cómo fue para ti el inicio de la lactancia y comenta con ellos las recomendaciones que da la OMS. Averigua qué causas fueron las que influyeron más en la duración de tu lactancia materna.



16. Pregunta a familias que están criando a bebés, en la actualidad y averigua si conocen estas recomendaciones y si se han puesto en práctica con ellos.

### **El alojamiento conjunto**

18. El llamado alojamiento conjunto está más que demostrado que favorece la lactancia materna. Averigua en tu entorno más cercano, si continúan la práctica del colecho (Dormir junto al bebé)

19. ¿Qué consideración merece para el Allan Schore la separación entre madre y recién nacido?

20. Enumera las ventajas del alojamiento conjunto y del colecho

21. ¿Cuál considera Nils Bergman que es el Paradigma original de la Maternidad?

### **Lactancia a demanda**

22. ¿Qué quiere decir lactancia a demanda?

### **Chupetes y biberones**

23. ¿Por qué la OMS recomienda no usar chupete ni dar biberones a los bebés?

### **Los grupos de ayuda de madre a madre**

24. Averigua si en tu localidad hay grupos de madres. Puedes preguntar en los servicios de Promoción de Salud, de la Consejería de Sanidad.

25. ¿Cuál que el primer grupo de ayuda madre a madre en España?



## 4. CÓDIGO INTERNACIONAL DE COMERCIALIZACIÓN DE SUCEDÁNEOS DE LA LACTANCIA MATERNA

---

En: (Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia) <http://www.ihan.es/>

- 1.- Pregunta a tu farmacéutico si conoce los contenidos del código internacional de comercialización de sustitutos de la leche materna.
- 2.- Pregunta a familias con niños pequeños si recibieron muestras de leche de regalo en algún centro sanitario de la comunidad.
- 3.- ¿Qué características tienen los llamados hospitales amigos de los niños?

### VIGILANTES DEL CÓDIGO



A la vista de esta fotografía, realizada en un hospital español. La pregunta es ¿Está permitido que se repartan estos productos publicitarios a las madres?

La respuesta es NO

Si se hace es por un gran desconocimiento de la legislación. Pues si se conoce y no se cumple, es un delito.

Se puede realizar en grupos de seis. Para repartir las diferentes vías de investigación:

1. Visitar grandes centros comerciales y comprobar si se cumple el Código.  
Comprobando si se ofrecen ofertas con leche de inicio
2. Visita a farmacias, escaparates y en el interior
3. Visita a maternidades o preguntando a las familias que han estado recientemente en un centro sanitario por el nacimiento del bebé o en la visita al centro sanitario.  
También se puede visitar un centro sanitario y preguntar a la salida de las madres con sus bebés, si les han regalado muestras de leche artificial, biberones preparados..etc
4. Consultar en revistas especializadas para el cuidado de los bebés si aparece publicidad sobre la leche artificial
5. Calcular el gasto de la leche artificial durante una semana para un bebé de tres meses. Para esta investigación es necesario consultar la etiqueta con las recomendaciones de las cantidades para preparar cada toma.
6. Búsqueda en internet sobre el cumplimiento del Código y su historia

## **EL CÓDIGO DE LA INDUSTRIA. LEGISLACIÓN ESPAÑOLA**

¿Qué es EL Código internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Lactancia Materna y desde cuándo está aprobado por la Asamblea Mundial de la Salud?

Aprobado en 1981 por la Asamblea Mundial de la Salud. Se aplica a todos los substitutos de la leche materna, y a los biberones y tetinas.

Las principales medidas del código son:

## **EL CÓDIGO DE LA INDUSTRIA. LEGISLACIÓN ESPAÑOLA**

- Prohíbe la publicidad de sucedáneos de la leche materna en el sistema de salud o para el público en general.*
- Prohíbe dar muestras gratuitas y especialmente su distribución a través del sistema de salud.*
- Prohíbe los suministros gratuitos o a bajo precio a los hospitales.*
- Prohíbe el contacto entre el personal comercial de las compañías y madres.*
- Prohíbe a los fabricantes distribuir material educativo (folletos, libros, videos) salvo que las autoridades sanitarias se lo hayan solicitado previamente por escrito; y aún entonces limita el contenido de tales materiales, que deben advertir de los peligros del biberón y no pueden mencionar marcas completas.*
- Las compañías no deben hacer regalos a los trabajadores de la salud.*
- Se prohíben las muestras gratuitas para los profesionales de la salud, excepto para la evaluación profesional o para investigación en el ámbito profesional.*
- Las publicaciones para trabajadores de salud sólo contendrán información científica y objetiva.*
- Se prohíben las fotos de bebés y otras imágenes que idealicen en las etiquetas de leche artificial. Los centros sanitarios no exhibirán carteles ni productos.*
- Se prohíben los términos “maternizada” o “humanizada”*
- No habrá publicidad al público por ningún medio, ni ofertas o descuentos.*
- Las etiquetas de otros productos deben llevar información necesaria para uso adecuado de una forma que no desaliente la lactancia materna.*

*Organización Mundial de la Salud. Código Internacional de Comercialización de Sucédáneos de la Leche Materna. Ginebra, OMS, 1981 <http://www.ibfan-alc.org/codigo/main.htm>*

En España se regula según Real decreto 72/1998, de 23 de enero Reglamentación técnica sanitaria específica de los preparados para lactantes y preparados de continuación. BOE 4 febrero 1998 que recoge la mayor parte de las disposiciones del Código, pero no se aplica a la leche de continuación ni a los biberones y tetinas. Última modificación en BOE 1 agosto 2000, núm. 183/2000 [pág. 27563]

## **5. EFECTOS DEL CONTACTO PRECOZ**

## **SOBRE LA LACTANCIA.**

### **PASO 4 IHAN (Iniciativa Hospitales Amigos de los Niños)**

---

Después de la lectura del texto: Iniciativa Hospitales Amigos De Los Niños, podrás responder a las siguientes preguntas:

#### **1.- Pregunta a tu madre si se cumplió en tu nacimiento el llamado cuarto paso de la iniciativa hospitales amigos de los niños.**

#### **DIEZ PASOS PARA UNA FELIZ LACTANCIA MATERNA OMS-UNICEF 1989**

Todos los servicios de Maternidad y atención a los recién nacidos deberán:

1. Disponer de una norma escrita sobre lactancia natural, que se ponga en conocimiento de todo el personal de atención a la salud.
2. Capacitar a todo el personal de forma que esté en condiciones de poner en práctica esa norma.
3. Informar a todas las embarazadas sobre los beneficios que ofrece la lactancia natural y la forma de ponerla en práctica.
- 4. Ayudar a las madres a iniciar la lactancia durante la media hora siguiente al parto.**
5. Mostrar a las madres cómo dar el pecho y cómo continuar con la lactancia natural, incluso si han de separarse de sus hijos.
6. No dar a los recién nacidos más que la leche materna, sin ningún otro alimento o bebida, a no ser que esté médicamente indicado.
7. Facilitar el alojamiento conjunto madre-criatura durante las 24 horas del día.
8. Fomentar la lactancia materna a demanda
9. No dar a los niños alimentados a pecho, tetinas o chupetes
10. Fomentar la organización de grupos de apoyo a la lactancia natural y derivar a las madres a éstos después de su salida del hospital.

#### **2.- ¿Qué necesita un recién nacido para comenzar a amantar con una succión correcta?**

Las madres en el servicio de maternidad que han tenido un parto vaginal normal deben confirmar que, durante la primera media hora después del parto, se les ha dado a su hijo para tenerlo en contacto piel con piel durante al menos 30 minutos, y un miembro del personal les ha ofrecido ayuda para iniciar la lactancia. Al menos el 50 % de las madres que ha tenido una cesárea deben confirmar que, durante la primera hora después de recuperar el conocimiento, se le ha dado a su hijo para tenerlo en contacto piel con piel. (Criterios Globales de la IHAN, 1992).

Las criaturas nacidas a término, en un parto natural, no medicalizado, a las que se las deja sobre el pecho de su madre sin ser molestadas, tomarán el pecho espontáneamente en la hora que sigue al nacimiento, sin ninguna ayuda. Después del nacimiento, la criatura busca activamente tener la mayor superficie posible de su cuerpo en contacto con la piel de su madre. El contacto precoz con la areola parece influir positivamente en el inicio de la lactancia materna (Widstrom, 1987).

El contacto piel con piel sin interrumpir, durante al menos la primera hora es favorable para la succión correcta. Los recién nacidos deben ser colocados, desnudos, sobre el abdomen de su madre, sin molestarles hasta que han conseguido mamar por primera vez; y se deben promover activamente sus esfuerzos para alcanzar el pecho. Righard and Alade MO (1990). Las madres y sus hijos no se han de separar después del parto, salvo que exista un motivo médico inevitable. Lo mejor es que el recién nacido permanezca con su madre de forma continua desde el nacimiento, y se le permita mamar espontáneamente en cuanto dé señales de estar preparado para ello.

Una recomendación mínima, arbitraria pero práctica, es que el contacto piel con piel empiece dentro de la primera media hora, y continúe durante al menos 30 minutos.

Righar L, Alade M. 1990	SUECIA
-------------------------	--------

Grupo control	Intervención
Contacto inmediato durante 20 minutos y separación hasta que lo devolvían a la madre a los 40 minutos	Contacto inmediato y sin interrumpir durante las primeras 2 horas
SUCCIÓN CORRECTA 20%	SUCCIÓN CORRECTA 63%

### 3.- ¿Qué importancia tiene el contacto precoz piel con piel de la madre y su recién nacido?

La primera hora después de nacer es particularmente importante que permanezcan apegados piel con piel. “La separación de la madre y del bebé solo debe ocurrir en las más extremas circunstancias” El contacto con el cuerpo de la madre es específicamente necesario a partir del momento del nacimiento, y la unión madre-criatura debe ser estable y continua. La madre y la criatura forman una díada, es decir se comportan como una unidad y sus funciones vitales funcionan de modo sincronizado.

La lactancia es una estrategia crucial de supervivencia para el humano recién nacido; es un comportamiento que depende enteramente de una programación cerebral límbica, que depende a su vez del hecho de que la criatura se encuentre en su hábitat normal: apegada al cuerpo de su madre. Cualquier separación tiene como consecuencia un programa neurológico de desarrollo (‘neurodevelopmentale’) diferente del programa normal, potencialmente nefasto. El contacto piel con piel con la madre es el hábitat requerido por la pequeña criatura humana y un derecho fundamental del recién nacido. Debería ser una prioridad en salud pública preservar ese derecho (Nils Bergman 2005).