

# Maternidad y lactancia



## TERCERA SESIÓN



unab

Universidad Autónoma de Bucaramanga



HOSPITAL LOCAL DE  
**PIEDECUESTA**

*Trabajamos por tu salud*

E.S.E.

# 3 funciones esenciales:



## **PROTECCIÓN:**

TIENE GRAN VARIEDAD DE FACTORES ANTIINFECCIOSOS Y CELULAR INMUNES, ADEMÁS DE SER BACTERIOLÓGICAMENTE SEGURA.

## **NUTRICIÓN:**

LA LECHE MATERNA ES NUTRICIONALMENTE SUPERIOR A CUALQUIER OTRA ALTERNATIVA EN LOS 6 PRIMEROS MESES.

## **AFECTO:**

CONTRIBUYE AL DESARROLLO DE UN VÍNCULO AFECTIVO Y DE APEGO SALUDABLE Y DURADERO. YA QUE CON LA LACTANCIA SE LE DA CARIÑO AL BEBÉ

# Beneficios para las mamitas.

- Recuperación posparto es más rápida.
- Se reduce el riesgo de cáncer de mama y ovario.
- Menor riesgo de sufrir hemorragias, depresión posparto y osteoporosis.
- Le permite a la madre compartir con el bebé momentos de placer y bienestar.



# Beneficios para los bebés



- Se adapta perfecto a su sistema digestivo.
- Menos riesgo de sufrir infecciones como diarrea, gripa, bronquitis, otitis, entre otras.
- Contribuye a un crecimiento y desarrollo óptimo.
- Con el amamantamiento se le van creando sentimientos de seguridad que se traducirán mas adelante en mayor seguridad en sí mismo.



unab

Universidad Autónoma de Bucaramanga



HOSPITAL LOCAL DE  
**PIEDECUESTA**  
Trabajamos por tu salud

E.S.E.

# POSICIONES PARA LACTANCIA MATERNA

La barbilla del bebé debe tocar el seno y la boca cubrir toda la areola.



## Posiciones cómodas amamantar a tu bebé



1



2



3



4



5

# Amamantamiento correcto



**Antes de comenzar, lávate bien manos y pechos**

**Busca un lugar cómodo y tranquilo.**

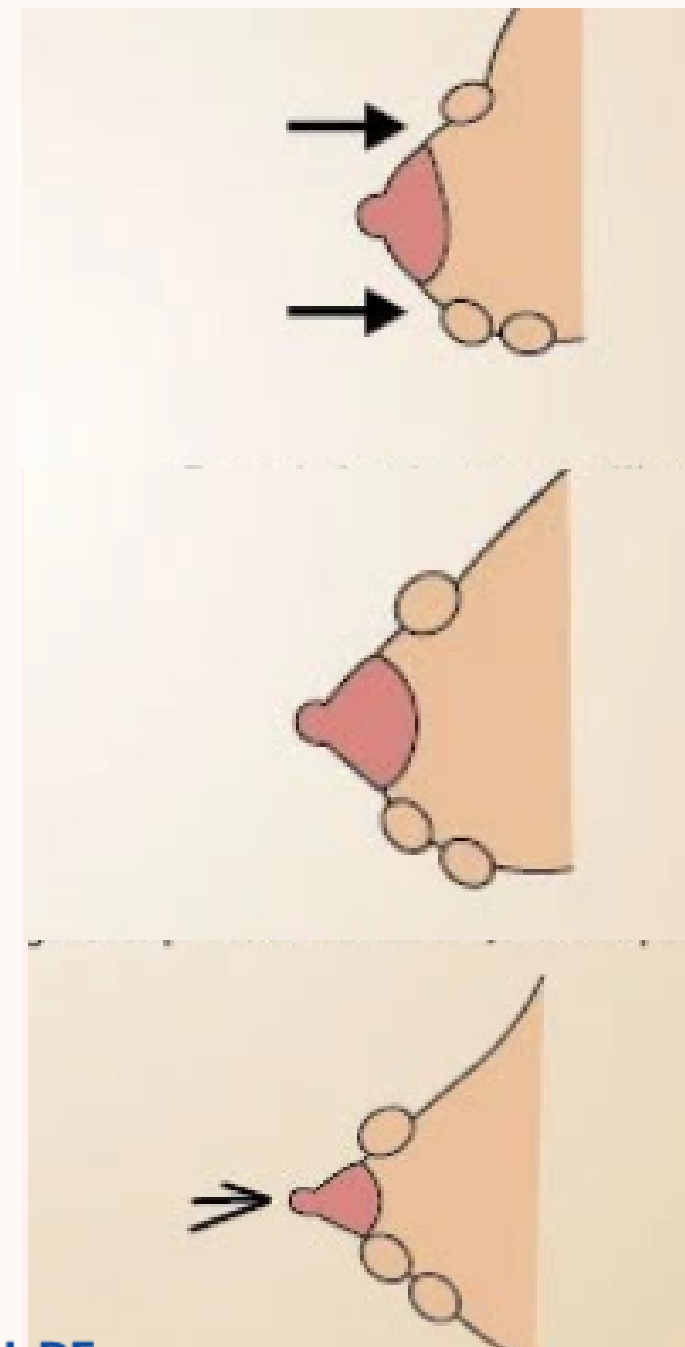


**Deja que se alimente durante 20min y retira suavemente deslizando el dedo por su boca.**

**Alterna los pechos. Si el bebé no mama hazle cariñito en las mejillas**



# Técnica de extracción de leche.



**1. Lávate bien las manos con agua y jabón.**



**2. Masajea suavemente en forma circular, haciendo énfasis en donde esté más duro.**



**3. Con tu mano en forma de C presionar desde la base de la aereola hacia las costillas.**

**4. Luego desde la base del seno hasta el pezón y repita suavemente.**

# REFERENCIAS

Manual para la extracción, conservación y suministro de leche materna. Pdf  
Minsalud 2014

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SNA/Manual-extraccion-conservacion-leche-materna.pdf>

Lactancia materna y nutrición,

<https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Lactancia-materna-y-nutrici%C3%B3n.aspx>