

## OBSERVACIÓN DE UNA TOMA (OMS/UNICEF)

SIGNOS DE AMAMANTAMIENTO ADECUADO	SIGNOS DE POSIBLE DIFICULTAD
<b>Postura de la madre y del hijo</b>	
Madre relajada y cómoda	Hombros tensos, inclinados sobre el niño
Niño sostenido en estrecho contacto con la madre	Niño sostenido lejos del cuerpo de la madre
Cabeza y cuerpo del niño alineados, frente al pecho	La cabeza y el cuello del niño retorcidos para mamar
Barbilla del niño tocando el pecho	La barbilla del niño no toca el pecho
Cuerpo del niño completamente sostenido	Sostenido solamente por cabeza y cuello
Niño acercado al pecho nariz-pezón	Niño acercado bajo, labio/barbilla-pezón
Contacto visual entre la madre y el niño	No hay contacto visual madre-hijo
<b>Lactante</b>	
Boca del niño bien abierta	Boca no bien abierta
Labios superior e inferior evertidos	Labios apretados o invertidos
Lengua alrededor del pezón y la areola(*)	No se observa la lengua
Mejillas llenas y redondas mientras mama	Mejillas hundidas mientras mama
Más areola por encima del labio superior	Más areola por debajo del labio inferior
Mamadas lentas y profundas, con pausas	Mamadas superficiales y rápidas
Puede verse u oírse tragar	Ruidos de chupeteo o chasquidos
<b>Signos de transferencia eficaz de leche</b>	
Humedad alrededor de la boca del niño	Niño intranquilo o exigente, coge y deja el pecho
El niño relaja progresivamente brazos y piernas	La madre siente dolor o molestias en el pecho o en el pezón
A medida que el niño mama el pecho se va ablandando	El pecho está rojo, hinchado y/o dolorido
Sale leche del otro pecho	La madre no refiere signos del reflejo de eyección
La madre nota signos del reflejo de eyección(**)	La madre ha de quitar al niño del pecho
El niño suelta el pecho por sí mismo cuando acaba	

(\*) Este signo puede no observarse durante la succión y solo ser visto durante la búsqueda y el agarre.

(\*\*) La madre siente sed, relajación o somnolencia, contracciones uterinas (entuerzos) y aumento de los loquios durante el amamantamiento.

## INTERVENCIONES EN LOS DIFERENTES ITEMS de Autoeficacia Específica para madres lactantes.

Se considerará que un **valor menor de 3** en los ítems de la escala de Autoeficacia requieren de acciones específicas.

Estas acciones tendrán lugar en el la fase de puerperio durante la hospitalización y previas al alta, y se verán reforzadas tras el alta en aquellos casos que sea preciso.

**En todos los casos el profesional debe realizar las siguientes intervenciones para favorecer la Autoeficacia en las madres que amamantan.**

**Escucha activa.** Prestar gran atención y otorgar importancia a los mensajes verbales y no verbales del paciente.

- ✓ Establecer el propósito de la interacción
- ✓ Hacer preguntas o afirmaciones que animen a expresar pensamientos, sentimientos y preocupaciones
- ✓ Centrarse completamente en la interacción eliminando prejuicios, sesgos, presunciones, preocupaciones personales y otras distracciones
- ✓ Estar atento a las palabras que se evitan, así como a los mensajes no verbales que acompañan a las palabras expresadas
- ✓ Ofrecer la respuesta en el momento adecuado para que refleje la comprensión del mensaje recibido
- ✓ Verificar la comprensión del mensaje mediante el uso de preguntas y retroalimentación
- ✓ Evitar barreras a la escucha activa (minimizar sentimientos, ofrecer soluciones sencillas, interrumpir, hablar de uno mismo y terminar de manera prematura)

- **Determinar el deseo y motivación de la madre respecto a la lactancia materna, así como su percepción de la misma.**
- **Realizar afirmaciones empáticas o de apoyo.**
- **Corregir conceptos equivocados, mala información e imprecisiones acerca de la lactancia materna.**
- **Proporcionar ayuda en la toma de decisiones.**
- **Fomentar la asistencia a clases y grupos de apoyo de lactancia materna.**

*Conocer y preguntar a la madre por los motivos que le llevan a EXPRESAR DIFICULTAD EN SU CONFIANZA EN LOS SIGUIENTES ITEMS.*

**1. Siempre sé si mi bebe está tomando suficiente leche. El OBJETIVO es que la madre sea capaz de Identificar** cuando el bebé ha tomado suficiente leche.

**Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Comentar la frecuencia de los patrones normales de lactancia, incluidas las tomas agrupadas y los brotes de crecimiento
- Instruir a los progenitores sobre los datos del lactante acerca de la necesidad de alimentarse (p. ej., reflejo de succión, chuparse los dedos, llorar)
- Ayudar a los progenitores a identificar la necesidad del lactante cuando llora (p. ej., hambre, dolor, fatiga, excitación)
- Enseñar los patrones de evacuación urinaria e intestinal en el niño

**2. Siempre me las arreglo bien a la hora de dar el pecho al igual que con otras tareas exigentes. El OBJETIVO es que la madre sea capaz de Afrontar el reto de dar lactancia materna. Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Animar la verbalización de los sentimientos sobre las limitaciones
- Ayudar al paciente a establecer metas realistas de actividades
- Ayudar al paciente a identificar las tareas que pueden ser realizadas por los familiares y amigos en casa para evitar o aliviar la fatiga
- Animar a la pareja, familia o amigos de la madre a que la apoyen (ofrecer alabanzas, ánimos y seguridad, realizar las tareas domésticas y asegurarse de que la madre tiene el descanso y nutrición adecuados)

*NIC revisados. 4920 Escucha activa, 5244 Asesoramiento en la lactancia, 5270 Apoyo emocional, 6710 Fomentar el apego 0180 Manejo de la energía.*

**13. Siempre soy capaz de dar de mamar a mi bebé en cada toma. El OBJETIVO es que la madre sea capaz de Dar de mamar a su bebé según la frecuencia de los patrones normales de lactancia. Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Colocar al recién nacido sobre el cuerpo de la madre inmediatamente después del parto
- Dar la oportunidad de ver, coger y explorar al recién nacido justo después del parto (es decir, diferir los procedimientos innecesarios y proporcionar intimidad)
- Fomentar una cercanía física mantenida y frecuente entre el lactante y los progenitores (p. ej., contacto piel con piel, lactancia materna, llevar al niño cogido y dormir en estrecha proximidad con él)
- Alentar a que se proporcione una respuesta rápida y homogénea al llanto del lactante
- Instruir a los progenitores sobre la alimentación como actividad de crianza, pues proporciona la oportunidad de un contacto ocular prolongado y de cercanía física
- Comentar la frecuencia de los patrones normales de lactancia, incluidas las tomas agrupadas y los brotes de crecimiento
- Instruir sobre el modo de llevar un registro de las tomas de alimentación y de extracción de leche, si está indicado

**14. Siempre sé cuándo mi bebé ha acabado de mamar. Reconocer los signos que indican que el bebé ha acabado de mamar. Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Explicar la diferencia de la succión nutritiva y no nutritiva
- Instruir sobre los signos del lactante (p. ej., hociqueo, succión y estado de alerta tranquila)
- Instruir a la madre sobre los signos de transferencia de leche (p. ej., fuga de leche, deglución audible y sensaciones de «bajada de la leche»)
- Evaluar la capacidad del lactante para mamar
- Comentar las características conductuales del lactante con los progenitores

### 11. Siempre puedo acabar con un pecho antes de cambiar al otro. El

**OBJETIVO** es que la madre sea capaz de **Terminar** con la primera mama antes de ofrecer la segunda. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Ayudar a asegurar que el lactante se sujeta bien a la mama (monitorizar una alineación correcta del lactante, sujeción y compresión areolar, y deglución audible)
- Evaluar la capacidad del lactante para mamar
- Instruir a la madre sobre los signos de transferencia de leche (p. ej., fuga de leche, deglución audible y sensaciones de «bajada de la leche»)
- Mostrar la forma de amamantar, si es necesario (utilizar un dedo limpio para estimular el reflejo de succión y el enganche al pezón)
- Enseñar a la madre a dejar que el lactante termine con la primera mama antes de ofrecer la segunda
- Instruir sobre el modo de interrumpir la succión del lactante, si es preciso
- Explicar las técnicas para evitar o minimizar la congestión mamaria y las molestias asociadas (p. ej., tomas frecuentes, masaje mamario, compresas calientes, extracción de la leche, aplicación de compresas de hielo tras la lactancia o la extracción de leche, antiinflamatorios)
- Explicar los signos, síntomas y estrategias de manejo de la obstrucción de los conductos, la mastitis y la infección candidiásica

### 12. Siempre soy capaz de satisfacer las demandas de leche de mi bebé. El

**OBJETIVO** es que la madre sea capaz de **Satisfacer la cantidad de demanda de leche de su bebé**. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Instruir a la madre sobre los signos de transferencia de leche (p. ej., fuga de leche, deglución audible y sensaciones de «bajada de la leche»)
- Ayudar a los progenitores a identificar la necesidad del lactante cuando llora (p. ej., hambre, dolor, fatiga, excitación)
- Indicar a la paciente que contacte con un asesor sobre lactancia para ayudar a determinar las características del aporte de leche al bebé (es decir, si existe una insuficiencia percibida o real)

**3. Siempre puedo amamantar a mi bebe sin necesidad de usar suplementos de leche artificial. El OBJETIVO** es que la madre sea capaz de **No recurrir** a la utilización de suplementos de leche artificial para amamantar al bebé salvo indicación. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Informar sobre los beneficios psicológicos y fisiológicos de la lactancia materna
- Evaluar la capacidad del lactante para mamar
- Comentar la frecuencia de los patrones normales de lactancia, incluidas las tomas agrupadas y los brotes de crecimiento
- Comentar las estrategias dirigidas a optimizar el aporte de leche (p. ej., masaje mamario, extracción frecuente de leche, vaciado completo de las mamas, cuidados de canguro y fármacos)
- Instruir sobre el modo de llevar un registro de las tomas de alimentación y de extracción de leche, si está indicado
- Ayudar a determinar la necesidad de tomas de alimentación suplementaria, chupete y pezoneras
- Indicar a la paciente que contacte con un asesor sobre lactancia para ayudar a determinar las características del aporte de leche al bebé (es decir, si existe una insuficiencia percibida o real)

**4. Siempre puedo comprobar que mi bebé está bien cogido al pecho durante toda la toma. El OBJETIVO** es que la madre sea capaz de **Comprobar que el lactante se sujeta bien a la mama**. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Ayudar a asegurar que el lactante se sujeta bien a la mama (monitorizar una alineación correcta del lactante, sujeción y compresión areolar, y deglución audible)
- Evaluar la capacidad del lactante para mamar
- Mostrar la forma de amamantar, si es necesario (utilizar un dedo limpio para estimular el reflejo de succión y el enganche al pezón)
- Instruir sobre el modo de interrumpir la succión del lactante, si es preciso
- Monitorizar la presencia de dolor del pezón y de alteración de la integridad cutánea de los pezones
- Explicar los signos y síntomas que requieran ser notificados al profesional sanitario o a un asesor sobre lactancia

**5. Siempre puedo manejar la lactancia materna de forma satisfactoria para mí.**

El OBJETIVO es que la madre sea capaz de **Manifiestar satisfacción** en el proceso de la lactancia. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Comentar las necesidades de la idoneidad del reposo, hidratación y dieta equilibrada
- Describir las formas para facilitar la transferencia de la leche (p. ej., técnicas de relajación, masaje mamario y entorno tranquilo)

**6. Siempre me las arreglo para dar el pecho incluso cuando mi bebé está**

**llorando.** El OBJETIVO es que la madre sea capaz de **Emplear estrategias** para **afrentar situaciones que dificulten la lactancia materna.** **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Describir las formas para facilitar la transferencia de la leche (p. ej., técnicas de relajación, masaje mamario y entorno tranquilo)
- Instruir a los progenitores sobre los datos del lactante acerca de la necesidad de alimentarse (p. ej, reflejo de succión, chuparse los dedos, llorar).
- Ayudar a los progenitores a identificar la necesidad del lactante cuando llora (p. ej., hambre, dolor, fatiga, excitación)
- Alentar a que se proporcione una respuesta rápida y homogénea al llanto del lactante
- Mostrar a los progenitores técnicas para calmar al lactante
- Comentar las características conductuales del lactante con los progenitores
- Instruir a los progenitores sobre los signos de sobreestimulación
- Fomentar una cercanía física mantenida y frecuente entre el lactante y los progenitores (p. ej., contacto piel con piel, lactancia materna, llevar al niño cogido y dormir en estrecha proximidad con él)

**7. Siempre puedo mantener las ganas de seguir dando el pecho.** El OBJETIVO

es que la madre sea capaz de **Verbalizar satisfacción** con el proceso de la lactancia materna y su continuación a pesar de encontrar dificultades. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Animar la lactancia materna, si es apropiado
- Animar a la pareja, familia o amigos de la madre a que la apoyen (ofrecer alabanzas, ánimos y seguridad, realizar las tareas domésticas y asegurarse de que la madre tiene el descanso y nutrición adecuados)

**8. Siempre puedo dar el pecho cómodamente aunque haya familiares**

**presentes.** El OBJETIVO es que la madre sea capaz de **Llevar a cabo estrategias satisfactorias** para no dejar de lactar. **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Animar la verbalización de los sentimientos sobre las limitaciones
- Instruir a los progenitores sobre los signos de sobreestimulación
- Limitar la cantidad de visitas y las interrupciones por parte de éstas, según corresponda

**9. Siempre puedo estar satisfecha con la experiencia de dar el pecho.** El

OBJETIVO es que la madre sea capaz de **Verbalizar satisfacción con la experiencia.** **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Animar la verbalización de los sentimientos sobre las limitaciones
- Enseñar a la madre medidas de autocuidado para la mujer lactante
- Enseñar a la madre a consultar a su profesional sanitario antes de tomar cualquier medicamento durante el período de lactancia

**10. Siempre puedo asumir el hecho de que la lactancia consume parte de mi**

**tiempo.** El OBJETIVO es que la madre sea capaz de **Asumir que la lactancia ocupe gran parte de su tiempo.** **Adecuar las siguientes actividades a la respuesta de la madre**

- Animar la verbalización de los sentimientos sobre las limitaciones
- Proporcionar ayuda con el autocuidado para maximizar la atención sobre el lactante
- Animar a la pareja, familia o amigos de la madre a que la apoyen (ofrecer alabanzas, ánimos y seguridad, realizar las tareas domésticas y asegurarse de que la madre tiene el descanso y nutrición adecuados)
- Ayudar a establecer metas realistas de actividades