

fisio}ym
fisioterapia para bebés y mamás

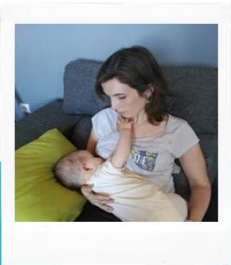


CURSO ONLINE

Fisioterapia grupal para mamás y bebés

Lorena Gutiérrez Fernández
Fisioterapeuta especializada en Salud Materno-Infantil


fisio}ym
fisioterapia para bebés y mamás



Unidad Didáctica 8

fisio}ym
fisioterapia para bebés y mamás

¿Necesitamos saber de lactancia para impartir clases de Fisioterapia Grupal?



fisio}ym
fisioterapia para bebés y mamás

Contenidos

- 👣 Conceptos básicos
 - 👣 ¿Qué hace falta para lactancia materna exitosa?
 - Importancia del apoyo
 - Mitos sobre la lactancia
 - 👣 Fisiología de la lactancia
 - ¿Cómo funciona el pecho?
 - Agarre correcto
 - 👣 Biomecánica de la lactancia y factores que la dificultan
 - 👣 Cuestiones para nuestra práctica clínica (grupal)
 - Posturas




Lactancia Materna
=
PROMOCIÓN DE LA
SALUD



Lactancia exitosa



El éxito de la lactancia depende de recibir el apoyo adecuado en el momento adecuado.



Lactancia exitosa

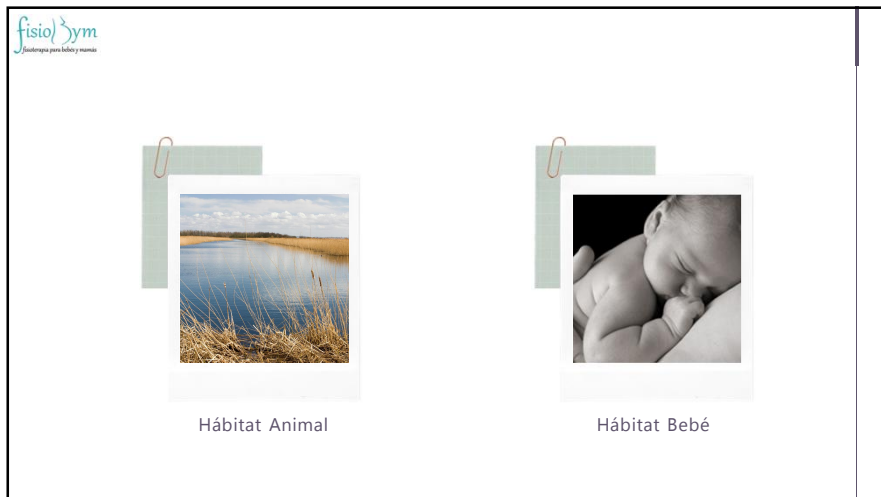
- 👣 Información = prevención
- 👣 EMBARAZO: momento óptimo para empezar a informarse
- 👣 No sólo futura mamá, sino también la pareja
- 👣 GALM y apoyo que podamos facilitar



Un correcto abordaje de la lactancia pasa por un correcto entendimiento de la importancia de la

Díada Bebé-Mamá





fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás



“Tanto mamá como bebé necesitan enamorarse el uno del otro”

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás



OXITOCINA
(junto con otras hormonas)
Juegan un papel clave en el establecimiento de la lactancia materna

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Necesidad fisiológica de contacto:

- 👣 Más allá de 1º horas / días de vida
- 👣 Vínculo de apego
- 👣 Lactancia
- 👣 Seguridad, tranquilidad, etc.
- 👣 Sueño/vigilia
- 👣 Desarrollo del bebé




fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Más importante aún:

- 👣 Partos intervenidos
- 👣 Cesáreas
- 👣 Bebés prematuros
- 👣 Hipotonía
- 👣 Situaciones especiales (malformación, enfermedad, etc.)

**Nils Bergam
Natalie Charpak



fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

Conceptos básicos
sobre lactancia

fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

Conceptos Básicos

- 👣 A demanda. Sin reloj
- 👣 Piel con piel precoz
- 👣 Reducir interferencias
- 👣 Agarre correcto
- 👣 **SIN DOLOR**

fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

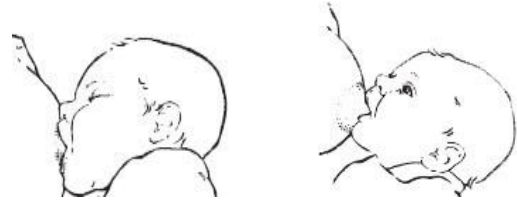
Conceptos Básicos



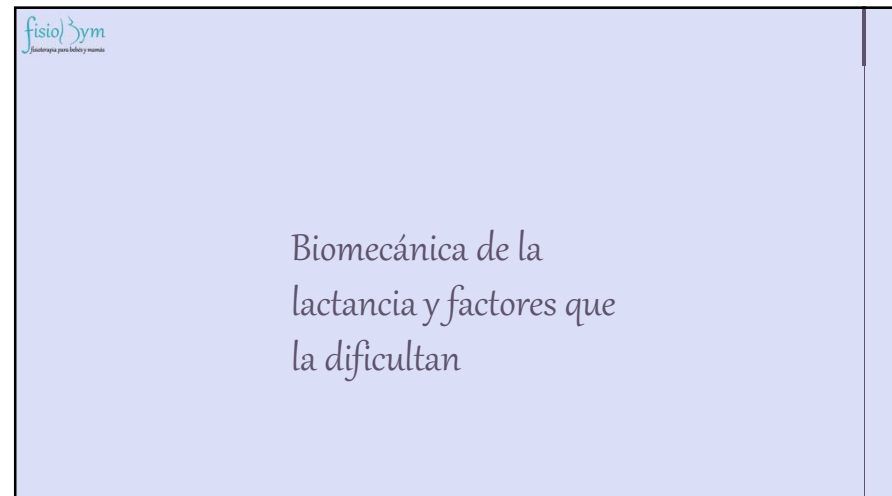
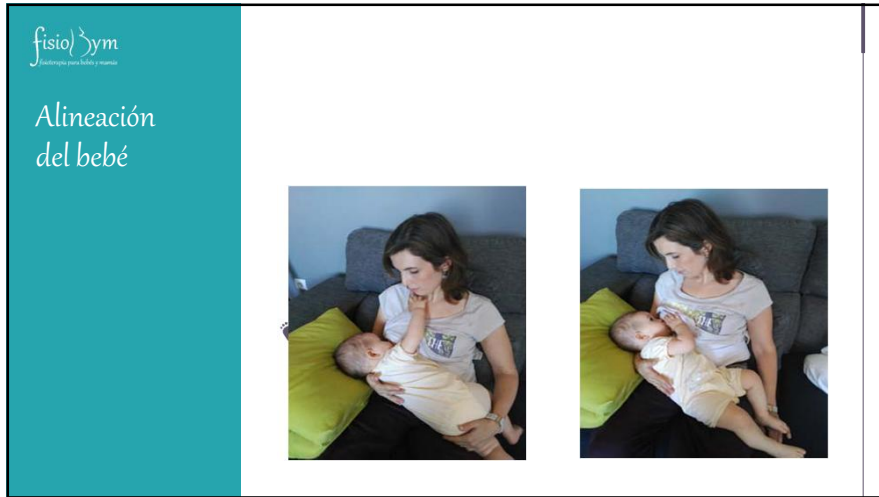
El pecho **nunca** se queda vacío

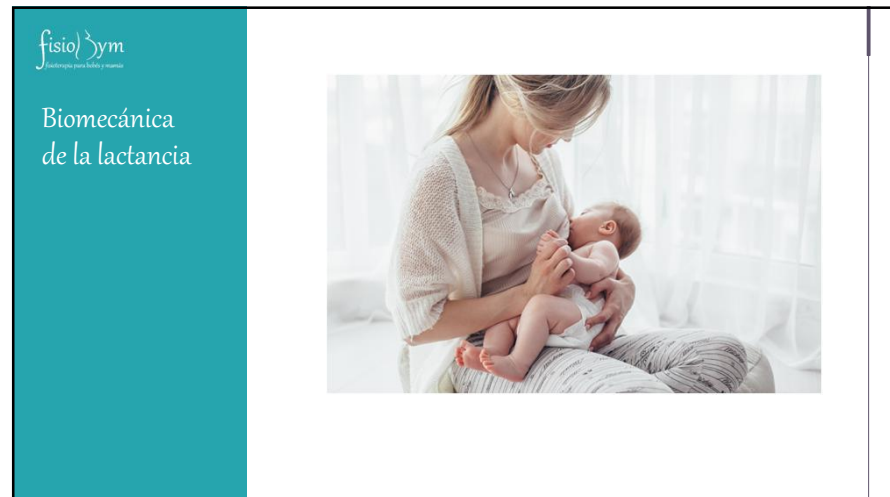
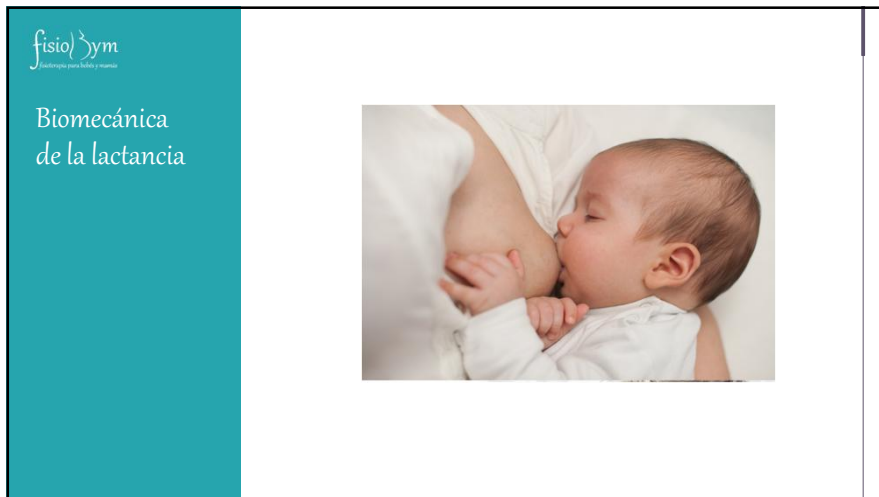
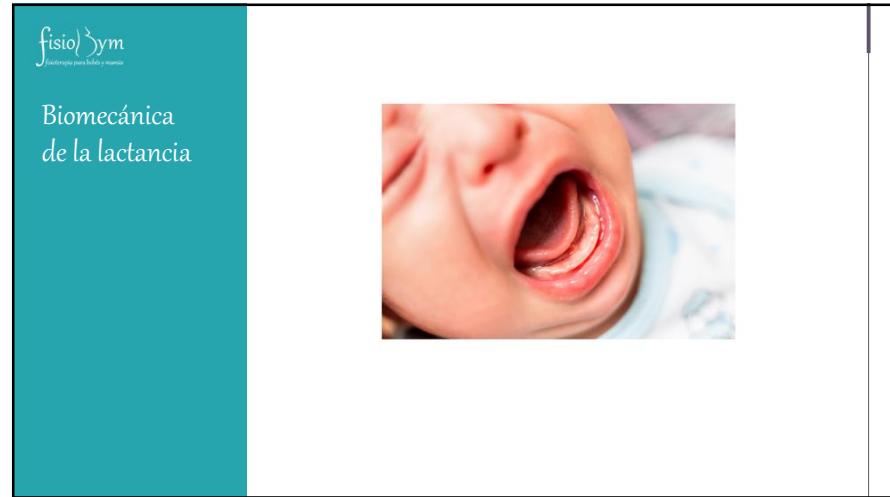
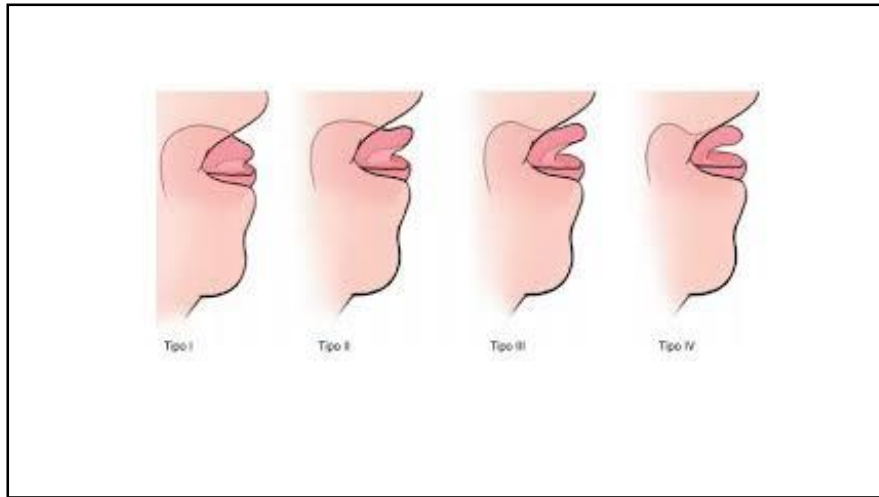
fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

Conceptos Básicos



Agarre correcto








LOS 3 MOTIVOS QUE
PROVOCAN QUE EL BEBÉ
RECHACE EL PORTEO
(a pesar de una buena técnica
de porteo)

FISIOBYM
FISIOTERAPIA PARA BEBÉS Y MAMÁS



Mitos en torno a la
lactancia



Mitos y realidades de la
lactancia materna

únete por la niñez 

Sobre las madres

- Las mujeres con pecho pequeño no pueden amamantar
- No todas las mujeres producen leche de buena calidad
- No todas las mujeres producen leche suficiente para satisfacer al bebé

El tamaño de los pechos no influye en la lactancia.

Todas las mujeres producen leche de buena calidad y en cantidad suficiente porque la lactancia es un proceso regido por la ley de la oferta y de la demanda.

únete por la niñez 

unicef 

Sobre las madres

- La madre no puede comer ciertos alimentos durante la lactancia
- Si la madre está enojada o asustada no debe dar de lactar

En todo el período de gestación y durante la lactancia, la mujer necesita una **dieta balanceada**. No hay alimentos que aumentan o disminuyen la producción de leche. A mayor succión corresponde una **mayor producción de leche**.

El estrés o miedo extremo puede aletargar el flujo de leche pero se trata de una respuesta temporal del organismo ante la ansiedad.

únete por la niñez



unicef

Sobre las madres

- Si las madres están embarazadas de otro bebé deben dejar de amamantar
- La mujer que lacta no puede tener relaciones sexuales porque la leche se daña

Aún estando embarazada de otro bebé la madre puede seguir amamantando. Algunas hormonas que el cuerpo produce en el período de gestación, pueden cambiar el sabor de la leche (¡pero no su calidad!) y por lo tanto el niño podrá progresivamente dejar de lactar.

¡Falso! Las relaciones sexuales no dañan la leche.

únete por la niñez



unicef

Sobre las madres

- Si la madre está enferma, no debe dar de lactar y si sigue lactando no puede tomar medicación
- Una vez que se interrumpe la lactancia no se puede volver a amamantar

Si la mujer está enferma (gripe, resfriado, tos, etc.) puede amamantar. Si se trata de otra enfermedad más grave, antes de tomar cualquier medicación, deberá consultar su médico.

Con una técnica adecuada y apoyo, tanto las madres como los bebés pueden retomar la lactancia, luego de un cambio de leche materna a fórmula. Esta práctica es vital durante una emergencia.

únete por la niñez



unicef

Sobre la calidad de la leche

- El calostro (la leche que la madre produce en los primeros tres días después del parto) debería ser desechado porque es sucio y antihigiénico
- El calostro es amarillo porque ha permanecido mucho tiempo en el pecho y por eso está podrido
- El bebé no debería succionar hasta que salga la leche blanca

El calostro no se debe desechar porque contiene muchos nutrientes y factores de defensa que fortalecen el sistema inmunológico del bebé. **Es como una vacuna.**

Es amarillo porque está rico en beta carotenos (una sustancia que previene muchas enfermedades). Además contiene proteínas, vitaminas y es altamente nutritivo.

La lactancia debe iniciar en la primera media hora después del parto. La madre no debe esperar a que baje la leche blanca para dar de amamantar.

únete por la niñez



unicef


Sobre lo que necesita el niño o la niña

- Los niños se deben amamantar por más tiempo que las niñas porque sino estas últimas serán más fértiles en la edad adulta
- Se debe dejar de amamantar cuando el niño o la niña aprenda a caminar
- Se deben introducir uvas antes de los seis meses para que el niño aprenda a hablar más rápido

La leche materna hace que los niños crezcan sanos, fuertes e inteligentes. Hay que amamantar niños y niñas por el mismo tiempo, sin diferencias.

Los bebés deben ser alimentados sólo con leche materna hasta los 6 meses. De los 6 meses hasta los dos años, hay que complementar el consumo de leche materna con otros alimentos.

No se deben introducir alimentos líquidos o sólidos antes que el bebé cumpla seis meses. No hay ninguna evidencia científica que las uvas contribuyan a que el niño o la niña hable antes.


únete por la niñez 


Sobre lo que necesita el niño o la niña

- Los bebés necesitan beber aguas aromáticas, té y coladas para fortalecer el estómago, o si están enfermos y tienen diarrea
- El biberón es inofensivo e higiénico

La leche está compuesta en un 90% de agua, por lo tanto los bebés no necesitan líquidos adicionales. La mejor manera de fortalecer el bebé es dándole leche materna todas las veces que la pida. Si la diarrea es severa, consulte el médico.

Una higiene incorrecta en los utensilios de alimentación de nuestro bebé, puede provocar infecciones. El uso prolongado del biberón perjudica a la dentición y al habla del niño y de la niña.

únete por la niñez 

 *fisiobym*
fisioterapia para bebés y mamás

Posición durante la lactancia

 *fisiobym*
fisioterapia para bebés y mamás

Posición lactancia

- Mamá bien instalada
- Acercar el bebé al pecho (NO el pecho al bebé)
- Superficie estable y cómoda
- Cojines, taburetes, etc.
- Atención a la forma en que utilizamos cojines


La mejor postura para dar el pecho a tu bebé
y cómo el cojín de lactancia no es siempre adecuado

FISIOBYM
FISIOTERAPIA PARA BEBÉS Y MAMÁS




fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

En posición
de cuna




fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

Tumbada
lateralmente



fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

Cruzada o de
transición



fisio}ym
Fisioterapia para bebés y mamás

Por qué es importante
la postura al dar el
biberón

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Por qué es importante
la postura al dar el
biberón

“La lactancia es mucho
más que la leche”
IBONE OLZA

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

IBONE OLZA
Psiquiatra infantil y perinatal, madre y activista

Inicio Sobre mí Entrevistas Publicaciones

Dar el biberón como si fuera el pecho

2 agosto 2012 Lactancia Lactancia, maternidad, medicina, pediatría 174 comentarios

Esta entrada va dedicada a **todas las madres que eligen no dar el pecho** y optan por la lactancia artificial o que por diversas razones no pueden amamantar a sus bebés, con cariño.

Hay muchas razones por las que una madre puede decidir no dar el pecho pero muy pocas contraindicaciones verdaderas de la lactancia materna. Todas las madres que optan por una lactancia artificial merecen **el máximo respeto y apoyo**, igual que las que optan por amamantar. Por eso precisamente es tan importante ofrecerles una información veraz y rigurosa sobre como dar el biberón para mimetizar la lactancia y así minimizar la pérdida que para cualquier bebé supone no ser amamantado. Lo primero creo yo es entender que la



Esta web utiliza cookies propias y de terceros para su correcto funcionamiento y para fines analíticos. Al hacer clic en el botón Aceptar, acepto

<https://iboneolza.org/2012/08/02/dar-el-biberon-como-si-fuera-el-pecho/>

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Posición al
dar el biberón

- 👣 Dar el biberón en brazos
- 👣 Posición enrollada del tronco y miembros inferiores del bebé
- 👣 Cambiar de lado en cada toma
- 👣 Desarrollo del bebé
- 👣 Vinculación afectiva con el adulto que le alimenta
- 👣 Salud postural del adulto


fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Posición al
dar el biberón

- 👣 Dar el biberón en brazos
- 👣 Posición enrollada del tronco y miembros inferiores del bebé
- 👣 Cambiar de lado en cada toma
- 👣 Desarrollo del bebé
- 👣 Vinculación afectiva con el adulto que le alimenta
- 👣 Salud postural del adulto

Lactancia Materna y Porteo Seguro
en Bebé con Fisura Palatina
Secuencia Pierre Robin

FISIOPYM
FISIOTERAPIA PARA BEBÉS Y MAMÁS



fisio|yym
fisioterapia para bebés y mamás




EL PORTEO FAVORECE LA LACTANCIA

fisio|yym
fisioterapia para bebés y mamás

Porteo y lactancia

VENTAJAS

- DISCRETO
- PRÁCTICO
- CÓMODO



fisio|yym
fisioterapia para bebés y mamás

Porteo y lactancia

PRECAUCIONES

- Vías aéreas libres
- La cabeza del bebé no debe quedar en el interior de la tela
- Vigilar el agarre

fisio|yym
fisioterapia para bebés y mamás

Porteo y lactancia

POSICIONES

- En posición vertical
- En posición de cuna

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

3 VENTAJAS Y 3 PRECAUCIONES
PARA DAR EL PECHO EN UN
PORTABEBÉ



FISIOBYM
FISIOTERAPIA PARA BEBÉS Y MAMÁS

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Nos vemos en la práctica

