



## **ORGANIZACIÓN ASISTENCIAL DE LA LACTANCIA MATERNA EN ATENCIÓN PRIMARIA (AP)**

(MATRONAS, ENFERMERIA QUE ATIENDE A NIÑOS Y PEDIATRAS)

### **1-Fundamento:**

Apoyar el inicio y el mantenimiento de la lactancia materna es una responsabilidad crítica del sistema sanitario y, por eso sigue siendo importante también en esta situación de emergencia sanitaria.

Para muchas mujeres embarazadas o lactando puede ser transformador tener la posibilidad de mantener una conversación tranquila y resolver dudas sobre su lactancia.

Un plan que contemple la organización de la atención a la infancia en AP contempla que los profesionales ofrezcan a las familias apoyo e información con todos los recursos disponibles en el centro de atención primaria, adecuados a “la nueva normalidad”.

La lactancia materna ofrece protección al lactante y al niño y niña pequeños frente a las infecciones respiratorias, entre ellas el coronavirus. Se desconoce si también puede proteger frente al COVID-19 pero sí se sabe que durante la infancia la inmunidad propia es muy escasa frente a las infecciones, principalmente respiratorias e intestinales. El amamantamiento y la leche materna son las defensas con las que cuenta el recién nacido y el lactante. La respuesta inmune de la madre frente a patógenos de su entorno (inmunoglobulinas, células y otros factores) constituye la inmunidad natural y modulan la respuesta inmune infantil.

Amamantar no aumenta el nivel de riesgo para complicaciones de la enfermedad. Amamantar no transmite la enfermedad. **La pérdida de lactancias por falta de adecuado apoyo de los profesionales ante COVID-19 supone un riesgo para las madres y sus hijos. El apoyo y la promoción de la lactancia materna son medidas de salud pública que en la situación de pandemia actual cobran una importancia añadida y deben ser actuaciones prioritarias en la asistencia materno-infantil.**

### **2-Organización para la asistencia y protección de la LM en AP:**

La curva epidémica no ha seguido el descenso previsto sino que ha vuelto a aumentar la incidencia de los casos de Covid-19, y su tendencia es al alza, con la consiguiente carga de trabajo sobre todo en atención primaria.

Ello no debe desalentarnos en el objetivo de recuperar actuaciones sanitarias fundamentales para la población, manteniendo una adecuada protección tanto de los pacientes como del personal sanitario.

**La protección de la lactancia materna, junto a las vacunaciones, constituyen un pilar fundamental de la salud pública y la promoción de la salud.**

Detallamos una serie de medidas y acciones para la adecuada protección de la lactancia materna, el apoyo a las madres que deseen amamantar y la solución de problemas que se originen durante el amamantamiento.

Cada departamento de salud tendrá que adoptar y adaptar a su realidad sanitaria en base a existencia y distribución de zonas urbanas/rurales; grado de transmisión comunitaria; trazabilidad; gravedad de los casos Covid-19; estructura de los centros, dotación de recursos humanos, material y equipamiento sanitario. Siempre que sea posible existirán **circuitos asistenciales separados**, uno para la atención presencial de personas con Covid-19 o con síntomas sugerentes de esta infección (circuitos específicos de patología Covid-19) y otro para el resto de las personas o actividades asistenciales

Cuando no sea posible el establecimiento de circuitos separados, se organizará la **atención sanitaria** programada en **horarios diferenciados**. Conviene que los recién nacidos, y niños/as que acuden a los controles de salud lo hagan a primera hora de la mañana o de la tarde, con posterioridad a la limpieza y desinfección de la sala de espera, espacios de consulta o de actividad grupal.

## **2.1 Herramientas de la actividad asistencial en la protección de la LM:**

- **Atención presencial:**

En las primeras 24 a 72 horas del alta de la Maternidad

En las visitas de salud de los Programas de Supervisión del Desarrollo en la Infancia que cada Comunidad Autónoma tenga en vigor.

- **Atención en la comunidad:**

Talleres de lactancia

Grupos de apoyo a la lactancia

La realización de talleres de educación maternal y de lactancia puede reanudarse siempre que se disponga de espacio en los gimnasios del centro de salud o del ayuntamiento colaborador, con todas las medidas de seguridad pertinentes (ANEXO 1. Condiciones de los espacios de realización de Talleres de Lactancia o de Grupos de Ayuda Mutua.). Los aforos serán adecuados al espacio, de 4 a 6 madres, proponiéndose la citación al taller en dos turnos.

- **Tecnologías de la información y la comunicación ( TICs):**

Permite la consulta a los problemas de la lactancia abordables telefónicamente en primera evaluación, también el seguimiento de los problemas atendidos en

la atención presencial, igualmente permite la educación sanitaria en aspectos de crianza y de la lactancia materna (extracción de leche de madre, incorporación al trabajo, etc.).

Deben entenderse como un **complemento** a la actividad asistencial, y **no como un sustitutivo**:

- Consultas telefónicas
- Correo electrónico
- Mensajería instantánea
- Telemedicina , Talleres on-line, videoconferencia,...
- Tutoriales de LM en Internet y redes sociales (YouTube: Lactancia Materna, Ribera Salud)

## **2.2 Desarrollo de contenidos:**

### **2.2.1 Atención en las primeras 24 a 72 horas del alta de la Maternidad:**

- **Consulta telefónica, uso de las TICs:**

En la evaluación de la lactancia desde el primer momento es fundamental realizar una buena anamnesis, recogiendo datos sobre:

1. Historia obstétrica, perinatal: Conocer los factores protectores y vulnerables para el bienestar y la alimentación del nacido (piel con piel, tiempo piel con piel, toma inmediata al nacer).
2. Historia materna: grado de satisfacción con la lactancia, apoyo familiar, experiencias previas de lactancia, enfermedades, ingesta de medicamentos, hábitos de salud...
3. Historia de lactancia: nº tomas/día, duración, como finaliza la toma, comportamiento del lactante durante la toma y al finalizarla: ¿ofrece la madre el segundo pecho?, ¿utiliza chupete o suplementos?

Dar cita urgente para atención presencial: Si bien algunos profesionales también están trabajando más por teléfono y videollamada, ésta no es la mejor opción para los recién nacidos. **Es importante que la primera visita de seguimiento del bebé sea en persona.**

- **Atención presencial en las primeras 24-72 horas del alta de maternidad:**

Completar datos de la historial de lactancia

Valoración del recién nacido

Valoración de la madre: congestión mamaria, hipogalactia, dolor en pechos o pezones, grietas, y otros que pueden afectar a la lactancia como la depresión postparto, enfermedades preexistentes o el uso de medicación

Observación de una toma de pecho

Información a la madre sobre:

- La importancia de una adecuada postura y agarre.
- Los signos de una adecuada transferencia láctea y qué hacer si se sospecha que ésta es inadecuada.
- La importancia de la lactancia a demanda, los beneficios de tener a su bebé cerca incluso por la noche y como reconocer los signos precoces de hambre.
- Cómo reconocer los signos precoces de hambre
- Las estrategias para manejar las tomas nocturnas.
- El uso apropiado de tetinas y chupetes

Valoración de la lactancia en madres que no amamantan:

- Constatar que la madre prepara y administra adecuadamente los biberones de leche de fórmula, prestando el apoyo que necesiten en cada momento.
- Fomentar el contacto íntimo con la madre, informándola de la importancia del contacto piel con piel para el lactante durante las primeras semanas de vida.

### **2.2.2 Apoyar el mantenimiento de la LM y fomentar la LM exclusiva seis meses e incorporación de la alimentación complementaria:**

El ideal de alimentación infantil es la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida del bebé, y mantener la lactancia materna, complementada con otros alimentos saludables y adecuados, hasta un mínimo de dos años y durante tanto tiempo como madre e hijo así lo deseen.

- **Consulta telefónica, uso de las TICs:**
  - Apoyar, evaluar, educar sobre los aspectos que se identifiquen en cada una de las lactancias de cada madre-lactante.
  - Evaluar anticipadamente las situaciones habituales de la LM: extracción de leche de madre, tomas nocturnas, contacto estrecho madre-lactante, incorporación al trabajo.
  - Consulta de problemas de la lactancia que pueden abordarse con el uso de las TICs
- **Atención presencial en los controles de salud de la infancia. Atención presencial en las consultas de asesoría de lactancia de la matrona, la enfermera o pediatra:**
  - Apoyar, evaluar, educar sobre los aspectos que se identifiquen en cada una de las lactancias en cada madre-lactante.

- Evaluar anticipadamente las situaciones habituales de la LM: extracción de leche de madre, tomas nocturnas, contacto estrecho madre-lactante, incorporación al trabajo.
- Consulta de problemas de la lactancia.

- **Talleres de lactancia y grupos de apoyo:**

La realización de talleres de educación maternal y de lactancia puede reanudarse siempre que se disponga de espacio en los gimnasios del centro de salud o del ayuntamiento colaborador, con todas las medidas de seguridad pertinentes (ANEXO 1. Condiciones de los espacios de realización de Talleres de Lactancia o de Grupos de Ayuda Mutua.). Los aforos serán adecuados al espacio, de 4 a 6 madres, proponiéndose la citación al taller en dos turnos.

De no poder realizarse se aconseja el uso de TICs: talleres de lactancia on-line realizados por matrona o grupos de apoyo.

Los CS buscaran a los grupos de apoyo que están realizando talleres presenciales u on-line para remitir a las madres aunque el CS tenga talleres propios si no es posible realizarlos. (Anexo 2: Enlaces de interés). Los resultados obtenidos son muy similares y aumentan enormemente la confianza en las madres al ser éstas, capaces de superar las dificultades por ellas mismas, contando con el apoyo virtual del grupo.

### **ANEXO 1. Condiciones de los espacios de realización de Talleres de Lactancia o de Grupos de Ayuda Mutua:**

**Es clave:**

**La limitación de contactos manteniendo una distancia de 1,5 metros y conformando grupos estables de asistencia los talleres.**

**La higiene de manos como medida básica para evitar la transmisión, así como la higiene respiratoria (uso de mascarilla).**

**La ventilación frecuente de los espacios y la limpieza del centro.**

- Se priorizará en la medida de lo posible la utilización de los **espacios al aire libre** para la realización de las actividad
- En caso de compartir objetos (muñecos, balones, cintas etc.), extremar las medidas de higiene y prevención (como la higiene de manos y evitar tocarse nariz, ojos y boca), y realizar limpieza entre el uso de un grupo y otro.
- Limpieza y desinfección al menos una vez al día. .
- Se tendrá especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos, perchas, y otros elementos de similares características.
- Se deben realizar tareas de ventilación frecuente en las instalaciones, y por espacio de al menos cinco minutos (mejor 10 minutos si la sala

estaba ocupada de antemano) al inicio de la jornada, al finalizar y entre talleres. Cuando las condiciones meteorológicas y el edificio lo permitan, mantener las ventanas abiertas el mayor tiempo posible.

- Se asegurará la disposición en diferentes puntos del aula del taller, incluidos todos los aseos, de agua, jabón y papel para el secado de manos, así como geles hidroalcohólicos, o desinfectantes con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad, para asegurar que la **limpieza de manos** pueda realizarse de manera frecuente y accesible.
- Se deberá disponer en los diferentes espacios de papeleras con bolsa y a poder ser con tapa y pedal que permitan una eliminación adecuada de pañuelos de papel u otros restos potencialmente contaminados.

## **ANEXO2. Herramientas para la realización de educación maternal grupal y Talleres de lactancia.**

### **AMAMANTA-TALLERES ON LINE**

Talleres de lactancia virtuales. Contenidos: estar acompañando, escuchando y resolviendo las dudas que les puedan surgir en relación con la lactancia materna.

Aquellas madres que necesiten un taller, deben apuntarse al mail de [inscripciones@amamanta.es](mailto:inscripciones@amamanta.es) con antelación, y nosotras contactamos para explicar el funcionamiento y dar acceso al taller. Todos los días de lunes a viernes a las 11 horas o a las 17:30 horas.

### **LA LIGA DE LA LECHE**

Reuniones on line para madres y sus bebés:

[www.laligadelaleche.es](http://www.laligadelaleche.es)

### **FORMACIÓN ON LINE A GESTANTES-PUERPERAS Y LACTANCIA**

Las matronas de atención primaria del departamento de la Marina Baixa han preparado un curso prenatal a través de YouTube. Su email es [matronasmarinabaixa@gmail.com](mailto:matronasmarinabaixa@gmail.com)

Enlaces:

1. Introduccion. <https://youtu.be/ie2dztaxJy4>
2. Parto 1 <https://youtu.be/lmv3l3rRzpc>
3. Parto 2. <https://youtu.be/LHxgqhX0fkc>
4. Parto 3. <https://youtu.be/9dfu9hYIeA8>

5. Parto 4. <https://youtu.be/J5k0Kr-iA-c>
6. Parto 5. <https://youtu.be/cuxL6b4AHHg>
7. Parto 6. Empoderamiento y parto <https://youtu.be/LRylZ8oJdt8>
8. ¿Qué me llevo? [https://youtu.be/\\_cpWnPG9Hv8](https://youtu.be/_cpWnPG9Hv8)
9. Puerperio 1. <https://youtu.be/STN6IEWlkBo>
10. Puerperio 2. <https://youtu.be/WHQ-IJaWUU4>
11. Puerperio 3. <https://youtu.be/ZeOeAflPeEg>
12. Puerperio 4. <https://youtu.be/5UGNr0T4Naw>
13. Lactancia materna 1. <https://youtu.be/j5u3vlo18XE>
14. Lactancia materna 2. <https://youtu.be/EA1wSYt8xz4>
15. Lactancia materna 3 <https://youtu.be/ZirVKsLGA0w>
16. Cuidados del bebé 1. [https://youtu.be/\\_5FglayF8kA](https://youtu.be/_5FglayF8kA)
17. Cuidados del bebé 2 <https://youtu.be/MxMj07bL2S4>

## **Bibliografía.**

1. Nacimiento y Lactancia materna ante la pandemia de Coronavirus COVID-19.Recomendaciones IHAN para profesionales ante la pandemia por SARS-CoV-2 (v2. 02/04/2020). En: [https://www.ihan.es/wp-content/uploads/SARS-CoV-2\\_y\\_LM-RECOMENDACIONES-IHAN-v02\\_04\\_2020FP-.pdf](https://www.ihan.es/wp-content/uploads/SARS-CoV-2_y_LM-RECOMENDACIONES-IHAN-v02_04_2020FP-.pdf). [16/09/2020]
2. Criterios para la organización asistencial en la nueva normalidad en atención primaria. Consellería de Sanitat Universal i Salut Pública. (03/09/20). En: <https://chguv.san.gva.es/documents/184412/1359780/Criterios+organizacion+asistencial+ATENCION+PRIMARIA+2020+09+03.pdf/73a1a3f4-6ada-44fb-8888-2958dd2b0e9e?version=1.0> [16/09/2020]
3. Medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a COVID -19 para centros educativos en el curso 2020-2021.Ministerio de educación y formación profesional. (22/07/2020). En: <http://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:7e90bfc0-502b-4f18-b206-f414ea3cdb5c/medidas-centros-educativos-curso-20-21.pdf> [16/09/2020]

**Elaborado por Javier Soriano. Revisado por Paula Lalagun y Salomé Laredo**

**Septiembre 2020**