

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA.



QUIRCE ANTÓN, AROA. TOME HELGUERA, MARIA ISABEL.
NICOLÁS ALONSO, ELOY JOSE.

INTRODUCCIÓN:

La OMS recomienda alimentar al recién nacido durante al menos 6 meses solo con lactancia materna desde que nace, a partir de ahí complementarla con otros alimentos.

Es una acción con gran beneficios tanto para él bebe como para la madre, disminuye la morbilidad y mortalidad infantil, favorece la recuperación de la madre y fortalece el vínculo entre ambos.

Los cuidados de enfermería y del resto del equipo de personal sanitario son esenciales para conseguir una buena conexión a la lactancia materna de la madre y el hijo.

Los objetivos son averiguar los beneficios de la lactancia materna y la importancia de los cuidados de enfermería.



CONCLUSIONES:

El recién nacido amamantado con leche materna obtiene un producto exclusivo y esencial adecuado para cada momento.

La lactancia materna proporciona grandes beneficios tanto para el recién nacido como para la madre de forma global en ambos y genera un adecuado vínculo madre-hijo.

Los cuidados de enfermería son importantes para un adecuado inicio y mantenimiento de la lactancia materna.



METODOLOGÍA:

Se ha realizado una revisión bibliográfica en libros y revistas fiables y bases de datos como Pub Med, Scielo, Dialmet utilizando descriptores DeCS, seleccionando los artículos adecuados y recopilando datos sobre el tema.

Palabras claves: lactancia materna, beneficios, cuidados de enfermería.

RESULTADOS:

La lactancia materna es el mejor alimento que un recién nacido puede recibir, aportándole grandes beneficios sobre todo en su crecimiento, desarrollo y estimulación del sistema inmunológico, le aporta vitaminas, minerales y anticuerpos para conseguir no contagiarse de enfermedades letales en el primer periodo de vida.



Protege al recién nacido de enfermedades respiratorias, disminuye el riesgo de tener eccemas y dermatitis atópica y ayuda en el desarrollo psicomotor y cognitivo, fomenta el desarrollo intelectual siendo factor protector de TDAH y autismo. Previene el sobrepeso, y la diabetes en la adultez. Al ser un alimento de fácil digestión y absorción reduce los cólicos, las diarreas y el estreñimiento y es factor protector del celiaquismo, enfermedades inflamatorias intestinales y alergias.

Para la madre también tiene beneficios; físicos ya que se conoce que la recuperación es más rápida, presentan menos hemorragias y en consecuencia menos anemias y es factor protector del cáncer de ovarios y de mama. Y psicológicos, ya que disminuye la depresión postparto, y le crea un gran bienestar emocional.

Varios artículos describen que si el personal sanitario realiza un buen trabajo, resaltando los cuidados de enfermería de forma empática y con respeto, resolviendo cuestiones y preocupaciones que puedan surgir antes y durante el periodo, generan una mayor confianza y se consigue establecer mejor la lactancia materna y mantenerla el mayor tiempo posible para beneficiarse al máximo de ella.

BIBLIOGRAFIA:

1. Díaz AR. "Cuidados de enfermería en la lactancia materna" [Internet]. Publicacionescientificas.es. [citado el 18 de septiembre de 2024]. Disponible en: <http://publicacionescientificas.es/wp-content/uploads/2020/08/3144-Elena-Saavedra-publicado.pdf>
2. Brahm P, Valdés V. Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar. Rev Chil Pediatr [Internet]. 2017 [citado el 18 de septiembre de 2024];88(1):07–14. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0370-41062017000100001