

**LAURA KROCHIK  
ANDREA TALNER**



**Manual de  
puericultura**



libros del  
*Zorzal*

**LAURA KROCHIK  
ANDREA TALNER**



**Manual de  
puericultura**



libros del  
*Zorzal*



LAURA KROCHIK  
ANDREA TALNER

# **Manual de puericultura**



libros del  
Zorzal

Krochik, Laura

Manual de puericultura / Laura Krochik y Andrea Talner. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Libros del Zorzal, 2014.

E-Book.

ISBN 978-987-599-357-0

1. Puericultura. I. Talner, Andrea II. Título

CDD 649

©Libros del Zorzal, 2009

Buenos Aires, Argentina

Printed in Argentina

Hecho el depósito que previene la ley 11.723

Para sugerencias o comentarios acerca del contenido de este libro, escribanos a:

<info@delzorzal.com.ar>

Asimismo, puede consultar nuestra página web:

<www.delzorzal.com.ar>



# Índice

## Introducción

[Un acercamiento a la lactancia | 5](#)

## Unidad 1

[La lactancia materna y la supervivencia infantil | 7](#)

## Unidad 2

[Promoción de la lactancia natural durante el embarazo | 18](#)

## Unidad 3

[Cómo pasa la leche del pecho al niño | 22](#)

## Unidad 4

[Cómo iniciar el amamantamiento | 28](#)

## Unidad 5

[Evaluación del amamantamiento | 33](#)

## Unidad 6

[Bebés que “rechazan el pecho” | 40](#)

## Unidad 7

[Baja producción de leche | 47](#)

## Unidad 8

[Afecciones tempranas de las mamas | 53](#)

## Unidad 9

[Afecciones tardías de las mamas | 60](#)

## Unidad 10

[Niños que necesitan atención especial | 65](#)

## Unidad 11

[Extracción manual y alimentación | 74](#)

## Unidad 12

[Cómo dar apoyo constante a las madres que amamantan | 82](#)

## Unidad 13

[Cómo hacer a su comunidad amiga de la madre y el niño | 91](#)

[Glosario de términos | 101](#)

[Bibliografía | 105](#)

## INTRODUCCIÓN

# Un acercamiento a la lactancia

El amamantar es un acto individual condicionado por un sinnúmero de variables socioculturales. Para los humanos es un arte capaz de ser aprendido. Hay quienes eligen la lactancia como método de alimentación por un período breve para sus bebés, quienes lo hacen por un período prolongado y quienes no la eligen en absoluto.

Ante las dificultades que la lactancia presenta algunos deciden abandonar y otros buscan ayuda y salen adelante.

La superioridad de la leche de mujer en la alimentación del recién nacido humano es irrevocable.

Hay razones históricas: hace 150 millones de años aparecieron los mamíferos sobre el planeta y hace un millón que lo hizo el hombre y la supervivencia de unos y otros se debe irrefutablemente a la idoneidad de la leche materna.

La composición de la leche de cada especie es diferente y está adaptada a las necesidades de sus crías. Así por ejemplo la leche de los mamíferos de crecimiento rápido es más rica en proteínas y la de los animales de zonas frías, más rica en grasa que la humana. Sin embargo, ésta tiene mayor contenido de hidratos de carbono, necesarios para un desarrollo cerebral superior.

Es decir, la leche materna es específica de la especie humana y el alimento más completo y seguro para el lactante.

La lactancia materna es un fenómeno biocultural, simbiosis de instinto y cultura. Es el aspecto cultural el que le confiere una especial vulnerabilidad: avances científicos, cambios sociológicos, desinterés de sanitarios y presiones comerciales han estado a punto de hacerla desaparecer en el último siglo.

Hasta hace unos cien años, todos los niños eran amamantados pero no siempre por sus madres. En muchas civilizaciones los niños de clases altas eran criados por nodrizas. La mortalidad de estos niños era muy superior a la de los alimentados por sus madres.



Los intentos, conocidos desde antiguo, de alimentar recién nacidos y lactantes con leches de animales o modificaciones de las mismas se saldaban hasta los albores de 1900 con una mortalidad cercana al 100 por ciento.

Desde la prehistoria la duración media recomendada y practicada de la lactancia en las diversas culturas se ha mantenido estable entre los dos y cuatro años.

Gracias a la intervención de grupos de mujeres, grupos de presión, organismos internacionales y asociaciones de profesionales en las últimas décadas muchos países están empezando a remontar sus índices de lactancia. Se precisará un esfuerzo conjunto y mantenido para acercarse a lo ideal: 100% de lactancia materna exclusiva a los seis meses de edad.

## UNIDAD 1

# La lactancia materna y la supervivencia infantil

### Introducción

Los bebés no saben la hora ni tienen horarios rígidos para alimentarse. Le leche materna se digiere rápidamente pues está hecha especialmente para ellos. Una vez que el estómago está vacío, el bebé puede pedir más en cualquier momento. Sobre todo en los primeros dos meses de vida, es común que quieran mamar cada hora y media o dos horas; esto es absolutamente normal y representa un total de entre 12 y 16 mamadas por día. Por lo tanto, cada vez que el bebé lo solicita hay que darle el pecho. Esto no implica que se haya quedado con hambre la vez anterior, sino que ha vuelto a tener hambre, lo cual es lógico. Los bebés que toman mamadera, por su parte, piden cada tres o cuatro horas, pues la leche que toman es más difícil de digerir. El bebé que es atendido de inmediato en sus necesidades, crece más seguro de sí mismo y, por lo tanto, se maneja de modo más independiente.

### Aspectos socioculturales de la lactancia materna

El hombre no llegó a la tierra con herramientas, trabajando, hablando. Antes bien, desde un estado animal pasó a ser lo que es hoy en día: un ser social. Este bagaje y esa experiencia es la historia de la humanidad y está contenida en cada uno de nosotros; constituye nuestra herencia social. Las cualidades típicamente humanas han sido adquiridas y se transmiten a través de la herencia social. La cultura ha tendido a cubrir las falencias que la naturaleza le ha impuesto como ser biológico (por ejemplo, volar) y así, utilizando la inteligencia (que le brindó la naturaleza) ha sido capaz de creaciones con las cuales se coloca en oposición a la creación, poniendo su existencia al borde de la destrucción.