



ARTÍCULO ORIGINAL

## Intervención educativa para incrementar los beneficios de la lactancia materna en gestantes del tercer trimestre

Educational intervention in the third-trimester pregnant women to increase the perceived benefits toward breastfeeding

Miguel Morales Sosa<sup>1</sup>✉, Deilys Pérez Martínez<sup>1</sup>, Yanicel Milán García<sup>1</sup>, Dalgis Peña Peña<sup>1</sup>, Neyfi Ballester Cabrera<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidad de Ciencias Médicas de Granma. Policlínico Raúl Podio Saborit, Media Luna, Granma, Cuba.

**Recibido:** 8 de marzo de 2021

**Aceptado:** 2 de junio de 2021

**Publicado:** 21 de junio de 2021

**Citar como:** Morales Sosa M, Pérez Martínez D, Milán García, Peña Peña Y, Ballester Cabrera N. Intervención educativa para incrementar los beneficios de la lactancia materna en gestantes en el tercer trimestre. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2021 [citado: fecha de acceso]; 25(3): e4976. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/4976>

### RESUMEN

**Introducción:** la lactancia materna constituye la medida más importante para lograr la reducción de la mortalidad y morbilidad por enfermedades infecciosas en la primera etapa de la vida; genera grandes beneficios al niño desde que nace, y facilita todos los requerimientos nutricionales para su crecimiento sano y sistemático. La realización de acciones de salud para mantener la lactancia materna durante el período establecido, constituye una prioridad para el Programa Materno- Infantil.

**Objetivo:** incrementar los beneficios percibidos de la lactancia materna en las gestantes del tercer trimestre ingresadas en el hogar materno del municipio Media Luna, provincia Granma, en el período septiembre-noviembre de 2019.

**Métodos:** se realizó un estudio cuasi-experimental, de intervención educativa, modalidad antes-después, sin grupo control y con una población de 40 gestantes. Se emplearon métodos teóricos como el analítico-sintético y el inductivo-deductivo, métodos empíricos como el cuestionario y estadísticos con el test no paramétrico de la prueba de los signos.

**Resultados:** la mayoría de las gestantes se encontraban entre 21 y 25 años, el 62,5 % de las participantes presentaba un nivel de escolaridad preuniversitario y sobresalen las gestantes sin vínculo laboral. En la evaluación inicial predominaron niveles bajos de beneficios percibidos acerca de la lactancia materna en el 77,5 % de las gestantes estudiadas, luego de la aplicación del programa educativo, se lograron incrementar los beneficios percibidos en el 97,5 % de las participantes.

**Conclusiones:** con la implementación de la intervención educativa propuesta se incrementaron los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna en las gestantes.

**Palabras clave:** Organización Mundial de la Salud; Lactancia Materna; Atención Primaria de Salud; Niño; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

## ABSTRACT

**Introduction:** breastfeeding constitutes the most important measure to achieve the reduction of morbidity and mortality rates due to infectious diseases in the early stages of life; it provides benefits to the child since birth and facilitates all the nutritional requirements for a healthy and systematic development. To carry out health actions to maintain breastfeeding during the established period, constitutes a priority for the Mother-Child Program.

**Objective:** to increase the benefits perceived toward breastfeeding in the third-trimester pregnant women admitted the Maternal Care Home of Media Luna municipality, Granma province, during the period September-November 2019.

**Methods:** a quasi-experimental study with an educational intervention was conducted, having the before-after modality, without a control group and with a group of 40 pregnant women. The theoretical methods applied were: analytical-synthetic and the questionnaire as empirical method. Nonparametric test of significance was the statistical method applied.

**Results:** the majority of the pregnant women were between 21-25 years old, 62,5 % of them had a senior high-school educational level where those without working links prevailed. Initial evaluation showed low levels of the perceived benefits of breastfeeding (77,5 %) of the pregnant women studied and after the application of the educational program, it was possible to increase the perceived benefits of breastfeeding in the 97,5 % of the participants.

**Conclusions:** with the implementation of the educational intervention research proposed it was possible to increase the perceived benefits towards breastfeeding in pregnant women.

**Keywords:** World Health Organization; Breast Feeding; Primary Health Care; Child; United Nations.

## INTRODUCCIÓN

La lactancia materna exclusiva es el alimento más favorable que puede recibir un niño hasta los seis meses de edad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) han confirmado que, durante los seis primeros meses de vida los bebés deben ser amamantados en forma exclusiva con leche materna, y no se requiere de otro tipo de alimentación. Ambas organizaciones establecen esta práctica como recomendación de salud pública mundial.<sup>(1)</sup>

Además, la OMS ha estimado que el fomento de la lactancia materna podría llevar a una reducción del 25 % de la mortalidad por enfermedades diarreicas durante los primeros meses de vida. Su abandono es uno de los factores de riesgo al que se expone el bebé al desencadenar múltiples complicaciones a corto, mediano y largo plazo.<sup>(1,2)</sup>

Por otra parte, estudios realizados, aseguran que el riesgo de morir asociado con la alimentación artificial, es 14 veces mayor que cuando se alimenta con leche materna. La mayoría de las muertes relacionadas con la alimentación artificial se manifiestan por enfermedades diarreicas. Datos obtenidos en Estados Unidos y Canadá, reflejan que los lactantes amamantados en forma exclusiva cuatro meses o más, sufrieron significativamente menos infecciones respiratorias que los amamantados exclusivos por menos de tres meses. En cambio, en América Latina y el Caribe, la lactancia dura de dos a cinco meses como promedio, y solo del 35 al 60 % sigue recibéndola a los seis meses.<sup>(3,4)</sup>

La lactancia materna genera grandes beneficios al niño desde que nace, al facilitarle todos los requerimientos nutricionales para su crecimiento sano y sistemático; además de ofrecerle mayores posibilidades de alcanzar emocionalmente un desarrollo temprano.<sup>(4)</sup>

En el recién concluido Congreso de Pediatría 2020 en Madrid, se aseguró que las pruebas sobre el efecto protector de la lactancia materna en la salud del niño y de la madre son muy robustas en relación con catorce enfermedades, nueve infantiles (leucemia linfocítica aguda, otitis media aguda, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa, infección gastrointestinal, infección respiratoria con hospitalización, obesidad, enterocolitis necrotizante y síndrome de muerte súbita infantil) y cinco maternas (cáncer de mama, cáncer ovárico premenopáusicos, hipertensión, diabetes tipo dos e infarto de miocardio). Estos datos evidencian la necesidad de fomentar esta práctica a nivel mundial.<sup>(4)</sup>

En Cuba constituye una prioridad la atención al Programa Materno –Infantil, pero aún resultan insuficientes las acciones realizadas en función de fomentar la lactancia materna como la práctica más saludable para el lactante. En la Encuesta por Conglomerados realizada en el país, el 77 % de los recién nacidos recibieron lactancia materna dentro de la primera hora de vida y el 90 % en el primer día, pero solo el 49 % recibieron lactancia materna exclusiva hasta el sexto mes. Estos resultados están por debajo de lo esperado en un Sistema de Salud que garantiza gratuitamente la atención al niño y a la madre.<sup>(5,6)</sup>

Específicamente en la provincia Granma, el 45 % de los lactantes menores seis meses no practican la lactancia materna exclusiva, lo que genera malnutrición proteica energética, enfermedades respiratorias y gastrointestinales. Esta situación también es común en el municipio de Media Luna; evidencia, por un lado, la falta de percepción y el desconocimiento de los beneficios de la lactancia materna, tanto para el bebé como para la madre y la familia y por el otro, la necesidad de redoblar los esfuerzos en función de revertir esta situación.

La realización de acciones de salud para mantener la lactancia materna durante el período establecido constituye una prioridad para el Programa Materno- Infantil en el país, y es fundamental para mantener indicadores de excelencia en el sistema de salud cubano. Por lo expresado, se considera importante la aplicación de un programa educativo que genera concientización de los beneficios de la lactancia materna en las gestantes del tercer trimestre, para que los conocimientos adquiridos puedan ser considerados en la práctica desde el primer día de vida del bebé.

El objetivo de la presente investigación es incrementar los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna en las gestantes del tercer trimestre ingresadas en el Hogar materno del municipio Media Luna, provincia Granma, en el período septiembre-noviembre de 2019.

## MÉTODOS

Se realizó un estudio cuasi-experimental, de intervención educativa, modalidad antes-después, sin grupo control. Se trabajó con una población de 40 gestantes que constituyen la totalidad de embarazadas en el tercer trimestre de gestación ingresadas en el Hogar Materno del municipio de Media Luna, provincia Granma, en el período septiembre-noviembre del 2019.

## Métodos empíricos

Cuestionario: conformó el registro primario donde se recolectaron los datos de las gestantes participantes al tener en cuenta los beneficios percibidos estudiados y permitió realizar posteriormente el análisis de los resultados. Se estudiaron los beneficios percibidos en dos momentos, antes y después de la intervención educativa desarrollada, en ambos se aplicó el cuestionario para evaluar la variable. Se estableció la escala de bajo para un resultado inferior a los 70 puntos en el cuestionario, medio para un puntaje entre 71 y 89 puntos, y alto para valores superiores a los 90 puntos.

Análisis documental: incluyó la revisión de las historias clínicas de gestación y documentos relacionados con las pacientes incluidas en el estudio.

Medición: como función relevante en la investigación contribuyó a la tabulación, procesamiento y generalizaciones apropiadas, a partir de los datos que se obtuvieron.

Los métodos estadísticos en la investigación fueron de suma importancia, ya que contribuyeron a tabular los datos empíricos obtenidos y establecer las generalizaciones apropiadas a partir de ellos. Se empleó la herramienta matemática de cálculo porcentual para procesar los datos obtenidos en las tablas y el test no paramétrico de la prueba de los signos.

Se recogieron datos acerca de la edad de las gestantes, el nivel de escolaridad, el vínculo laboral y los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna; descritos como la percepción de las ventajas que genera la lactancia materna para el futuro bebé, la gestante y la familia en general.

## Técnica de procesamiento de la información

Se empleó el paquete estadístico IBM SPSS Statistic, versión 21. Los datos se expresaron en frecuencias absolutas y por cientos, a partir de la información proveniente de las gestantes. El test no paramétrico de la prueba de los signos se empleó en la evaluación de la intervención educativa.

## Aspectos éticos de la investigación

Se tuvieron en cuenta los cuatro principios éticos básicos: el respeto a las personas, la beneficencia, la no maleficencia y la justicia. Además de los parámetros establecido en la Declaración de Helsinki, promulgada en 1975 y enmendada en 1983, por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la última versión correspondiente a la 52<sup>da</sup> Asamblea General de Edimburgo, Escocia, en octubre del 2000.

Se informó en qué consiste el estudio y se contó con el consentimiento informado por escrito de cada una de las gestantes que participaron en la investigación. El estudio fue aprobado por el consejo científico y comité de ética del Policlínico Raúl Podio Saborit del municipio Media Luna, provincia Granma.

## Técnicas y procedimientos

Por ser un estudio de intervención constó de cuatro etapas:

## **Etapa diagnóstica**

Para la obtención de la información se aplicó un cuestionario con cinco preguntas, confeccionado por los autores y validado por criterio de expertos, con la finalidad de evaluar las variables socio-demográficas estudiadas y los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna. Se realizó de forma individual en lugares que hicieron factible la aplicación del instrumento. Además, se trabajó a nivel de intervención grupal, se formaron dos grupos formativos de 20 gestantes cada uno.

## **Etapa de elaboración**

Coincide con el diseño del programa de intervención educativa con el objetivo de incrementar los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna en las gestantes del tercer trimestre ingresadas en el hogar materno del municipio Media Luna. El programa constó de seis encuentros debidamente diseñados con la inserción de técnicas participativas que hicieron más factible el desarrollo de las sesiones. Una sesión inicial, una sesión de cierre y cuatro sesiones temáticas.

## **Etapa de aplicación**

Durante esta etapa se realizaron las sesiones de trabajo donde se aplicó el programa de intervención. Los temas se desarrollaron en cada grupo con una frecuencia semanal durante seis semanas, con una duración de 40 a 45 minutos cada encuentro. El trabajo grupal favoreció la labor desempeñada en cada una de las sesiones. La primera sesión permitió establecer la empatía necesaria. En las sesiones siguientes se trabajaron las temáticas relacionadas con los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna en las gestantes estudiadas. En la sesión de cierre se realizó un resumen de los temas abordados.

## **Etapa evaluativa**

Se realizó un séptimo encuentro donde se aplicó una vez más el cuestionario inicial para evaluar el incremento de los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna en las gestantes estudiadas.

En el análisis estadístico se empleó el test no paramétrico de la prueba de los signos, de gran sencillez y confiabilidad, para determinar las modificaciones en la distribución de los beneficios percibidos en los dos momentos del estudio y cuya metodología de trabajo fue la siguiente: Se confeccionaron pares de respuestas de los test de entrada y salida donde:

- x- resultado cualitativo del test de entrada.
- y- resultado cualitativo del test de salida.
- Si  $x < y$  se asigna al par signo positivo (+)
- Si  $x > y$  se asigna al par signo negativo (-)
- Si  $x = y$  se descarta la pareja de datos.

Para la interpretación de la prueba se tuvieron en cuenta tres estadígrafos:

- n- parejas de datos aceptados.
- ro- menor cantidad de parejas de datos aceptados (los positivos o los negativos)
- rt- valor tabulado para el nivel de significación de 0.05 (es decir, se admite hasta 5 % de desviación).
- Si  $ro \geq rt$  se acepta  $H_0$ .
- Si  $ro < rt$  se rechaza  $H_0$ . Programa de intervención educativa.

## RESULTADOS

Los resultados obtenidos recogieron un predominio de gestantes que se encontraban en el rango de edad entre los 21 y los 25 años con un 50 %. El 60 % de las participantes no presentaba vínculo laboral.

El nivel de escolaridad que prevaleció en las gestantes fue el preuniversitario, con 25 pacientes para un 62,5 %, seguido del nivel universitario con un 25 %. (Tabla 1)

**Tabla 1.** Distribución de gestantes según nivel de escolaridad. Municipio Media Luna, provincia Granma, período septiembre-noviembre 2019.

Escolaridad	No	%
Primaria	0	0
Secundaria	5	12,5
Preuniversitario	25	62,5
Universitarios	10	25
Total	40	100

La aplicación de la encuesta inicial evidenció que el 62,5 % de las participantes tenían niveles bajos de beneficios percibidos sobre el tiempo establecido para la lactancia, después de la aplicación de la intervención educativa, el 100 % de las gestantes identificaron los beneficios de brindar una lactancia materna de forma exclusiva los primeros seis meses y complementaria hasta los dos años. (Tabla 2)

**Tabla 2.** Beneficios percibidos acerca del tiempo establecido para brindar la lactancia materna.

Beneficios percibidos acerca del tiempo establecido para brindar la lactancia materna.	Antes	%	Después	%
Alto	3	7,5	40	100
Medio	12	30	0	0
Bajo	25	62,5	0	0
Total	40	100	40	100

ro<rt se rechaza Ho.

Antes de la intervención educativa predominó un nivel bajo de los beneficios percibidos relacionados con las ventajas de la lactancia materna en el 77,5 % de las encuestadas, seguido de un nivel medio de beneficios percibidos en el 10 %. Luego del programa se comprobó los altos beneficios percibidos en el 97,5 % de las gestantes. (Tabla 3)

**Tabla 3.** Beneficios percibidos acerca de las ventajas de la lactancia materna.

Beneficios percibidos acerca de las ventajas de la lactancia materna	Antes	%	Después	%
Alto	5	12,5	39	97,5
Medio	4	10	1	2,5
Bajo	31	77,5	0	0
Total	40	100	40	100

ro<rt se rechaza Ho

## DISCUSIÓN

Diferentes autores refieren resultados de investigaciones relacionados con una lactancia materna exitosa como un reto para cada madre, familia y los profesionales de la salud vinculados con la atención del niño. La presente investigación recogió información de interés acerca de la lactancia materna como tema fundamental para el programa materno infantil.

Estudios revisados muestran coincidencias con la distribución etaria obtenida en la presente investigación, mientras otros brindan un predominio de las adolescentes entre las madres estudiadas.<sup>(7)</sup>

Estévez González,<sup>(8)</sup> en un estudio realizado, señala que la edad influye de forma inversa en la continuidad de la lactancia materna. Este autor observó que el grupo de mujeres que continúa con lactancia materna a los 15 días y posteriormente, tienen una edad media superior al grupo de mujeres que abandonan la lactancia materna.

A consideración de los autores, la familia tiene un importante papel en que las madres más jóvenes ofrezcan una lactancia materna como se establece, o sea, exclusiva hasta los seis meses, pues la experiencia de otras madres en el hogar muchas veces determina el actuar de las inexpertas.

Delgado Becerra,<sup>(9)</sup> en un estudio de prevalencia y causas de abandono de la lactancia materna, concluyó que, de los factores relacionados con la continuidad de la lactancia materna, el único que resultó estadísticamente significativo fue la escolaridad.

Lo cierto es que la escolaridad de la madre es un factor que se asocia a la duración de la lactancia materna, aunque no siempre se encuentra una relación directa, como sería lógico, a mayor escolaridad mayor duración de la lactancia materna. Es cierto que a mayor estudio mejor comprensión de mensajes educativos, mejor actitud ante la crianza de los hijos y conductas favorecedoras de la lactancia.

En el presente estudio, constituyó una fortaleza y a la vez una ventaja, el predominio de madres con niveles preuniversitario y universitario, lo cual fue tenido en cuenta a la hora de la confección de las sesiones de trabajo y favoreció la comprensión de la información transmitida durante la realización de la intervención educativa.

Los resultados obtenidos acerca del vínculo laboral se asemejan a los relacionados en un estudio realizado en el policlínico municipal de Santiago de Cuba, en el cual el 63,1 % de las madres en estudio no tenían vínculo laboral.<sup>(10)</sup>

La ocupación de la madre es una circunstancia que puede influir en la decisión de comenzar y prolongar la lactancia materna. Es indiscutible que, si la madre trabaja y mantiene un vínculo laboral, hecho cada día más generalizado, es difícil conjugar el trabajo y dar el pecho al hijo. Aunque existen disposiciones legales en muchos países que protegen el período de lactancia. También en la madre que estudia se plantea que tiene mayor riesgo de no iniciar y de abandonar la lactancia materna. El hecho de no trabajar ni estudiar es el que se plantea como favorecedor para la lactancia materna.

Otros autores plantean que existe una asociación directa y significativa entre la práctica de la lactancia materna y la ocupación de la madre; las madres sin vínculo laboral lactaron más que las que estudiaban o trabajaban. Las amas de casa tienen mayor tiempo y menos preocupaciones para la lactancia durante el embarazo.<sup>(10)</sup>

En Cuba, las madres son favorecidas por la licencia de maternidad regulada por el Ministerio de Seguridad Social que permite a la mujer en un período de un año, recibir un promedio de su salario y regresar luego de este tiempo a su puesto de trabajo, elemento que favorece la lactancia en la madre trabajadora.

Los beneficios de la lactancia materna fueron evaluados según la percepción del tiempo establecido para lactar y las ventajas de la lactancia materna. El resultado de la prueba de los signos demostró la efectividad del programa de intervención para el comportamiento de estas variables.

Los resultados obtenidos son similares a los registrados en un estudio de intervención educativa desarrollado con más de 1 300 madres, donde se reportó que el 57 % no percibían adecuadamente el tiempo establecido para la lactancia.<sup>(11)</sup>

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) recomiendan que la lactancia materna sea exclusiva dentro de los primeros seis meses de vida, y que constituya parte importante de la alimentación posteriormente.<sup>(11)</sup>

En líneas generales, en el primer año de vida el niño multiplica su tamaño y triplica su peso. Además, los órganos comienzan a madurar, con lo cual aumenta la demanda de nutrientes. Por eso resulta importante que, durante los primeros seis meses, y siempre que sea posible, reciba lactancia materna exclusiva.<sup>(11)</sup>

Niño y colaboradores, en Chile, en una encuesta de más de 400 madres, destacan que casi el 25 % de ellas suspendió la lactancia materna exclusiva antes de los tres meses, y solo el 46 % la mantuvo hasta los seis meses.<sup>(12)</sup>

Gorrita y col.,<sup>(13)</sup> en un estudio en una zona urbana de San José de las Lajas, con lactantes durante el primer semestre de vida, evidenciaron que, al cuarto mes, solo el 41,6 % disfrutaba de lactancia materna exclusiva y al sexto únicamente el 13,3 %.



Es sabido que alimentar exclusivamente al niño con el seno materno hasta los seis meses de vida y a partir de ese momento complementar su alimentación con otros tipos de alimentos, es lo ideal para el logro de un crecimiento y desarrollo óptimos.<sup>(13)</sup>

Se destaca que en la instauración y el mantenimiento de la lactancia influyen negativamente la falta de información y apoyo prenatal y postnatal a la madre y su familia; las prácticas y rutinas inadecuadas en las maternidades, en atención primaria y en otros ámbitos de la atención sanitaria; la escasa formación de los profesionales y autoridades sobre lactancia materna; el escaso apoyo social y familiar a la madre que amamanta; algunos mitos sociales (miedo a perder la silueta o la deformación de los senos) y el temor a la pérdida de libertad de la mujer que amamanta.<sup>(13)</sup>

Los datos obtenidos concuerdan con los recopilados por un estudio de intervención desarrollado en La Habana, en el cual el 73,1 % de las encuestadas antes de la intervención no percibían las ventajas de forma clara y luego del trabajo educativo desarrollado por estos investigadores se logró que el 100 % de las madres reconocieran las ventajas de la lactancia materna.<sup>(14)</sup>

Las acciones para promover el amamantamiento se justifican por el beneficio nutricional de ese acto materno para el recién nacido, la protección que le confiere contra diferentes enfermedades por sus reconocidas propiedades inmunitarias, el aumento del bienestar psíquico del lactante y la madre, así como la buena estimulación del lenguaje en las edades tempranas de la vida.<sup>(14)</sup>

Algunas de las ventajas para el lactante son: superioridad nutricional, apoyo inmunológico específico e inespecífico, ausencia de agresión físico-química y antigénica, prevención de morbilidad y apoyo al crecimiento y desarrollo del tubo digestivo. Entre las ventajas para la madre se encuentran la recuperación física posparto, menos probabilidad de cáncer mamario y espaciamiento de los embarazos.<sup>(14)</sup>

El primer año de vida es el período de mayor crecimiento y desarrollo de una persona, por lo que la demanda nutricional es muy intensa y la leche materna es, por excelencia, el alimento más completo para el recién nacido.<sup>(14)</sup>

Según este autor, está demostrado que la leche humana asegura un óptimo desarrollo psicológico, nutricional, hormonal e inmunológico, ya que contiene más de 370 componentes específicos y nutrientes que disminuyen los riesgos de contraer ciertas enfermedades o infecciones tales como: obesidad infantil, diabetes, problemas digestivos, deficiencia cognitiva, cáncer, infecciones en las vías urinarias, diarrea, enfermedades respiratorias y cardiovasculares.<sup>(14)</sup>

Un número cada vez mayor de estudios demuestran que la lactancia materna tiene, tanto a corto como a largo plazo, efectos beneficiosos sobre el sistema cardiovascular materno, pues actúa sobre factores de riesgo, tales como el nivel de lípidos, la obesidad, la presión arterial, la insulina y los niveles de glucosa.<sup>(15)</sup>

Uno de los anticuerpos más importantes es la inmunoglobulina A, que es sintetizada y almacenada en el pecho. Su función es recubrir las superficies mucosas del aparato digestivo del bebé para impedir la entrada de bacterias patógenas y enterovirus. También brinda protección contra la *escherichia coli*, salmonella, estreptococo, estafilococo, neumococo, el poliovirus y el rotavirus.<sup>(15)</sup>

La leche materna es segura e higiénica, tiene la temperatura adecuada y se digiere más fácilmente que cualquier otra leche o alimento. Especialistas coinciden en que amamantar es uno de los mayores actos de amor entre madre e hijo, y una forma más de continuar el estrecho vínculo creado durante los nueve meses de gestación.<sup>(15)</sup>

En etapas más tardías del desarrollo, la lactancia se asocia con un mayor crecimiento de los pulmones y las vías respiratorias, y esto se mantiene aún en niños que presentan rasgos hereditarios para enfermedades respiratorias como el asma. Incluso en niños con una patología respiratoria crónica severa, como la fibrosis quística, la lactancia materna disminuye el número de infecciones en su evolución.<sup>(15)</sup>

En relación a las enfermedades alérgicas, se ha mostrado un efecto preventivo en el desarrollo de eczema, conjuntivitis y rinitis. En niños nacidos en condiciones de alto riesgo (por parto prematuro, con cardiopatías congénitas o problemas pulmonares serios) está comprobado, también, que la lactancia materna les posibilita salir con mayor facilidad de su estado crítico, superar la inmadurez general con la que nacieron, y crecer en buenas condiciones.<sup>(15)</sup>

La situación ideal es que el niño permanezca seis meses con lactancia materna exclusiva, pasado este período las necesidades nutricionales del niño se modifican, sobre todo porque se deben incrementar los aportes de hierro. Además, parece ser que existe un periodo sensible, que se inicia alrededor de los seis meses, que es crítico para el desarrollo de los mecanismos bucofaríngeos necesarios para la ingesta de alimentos semisólidos, si se deja pasar ese momento pueden aparecer dificultades para la aceptación y tolerancia adecuada de los sólidos. El objetivo del supuesto destete es conseguir introducir los alimentos adecuados (fruta, cereales, verduras, carne, etc.) sin restar importancia a la lactancia.<sup>(15)</sup>

Los autores de la presente investigación consideran que la percepción de los beneficios de la lactancia materna por las gestantes, constituye el punto de partida para que la situación actual de la problemática sobre el tema pueda ser revertida a partir de los conocimientos concretos brindados a las madres desde etapas tempranas de la gestación, para garantizar la toma de consciencia acerca de la vital importancia que posee la lactancia materna.

El personal de la salud desempeña una labor primordial para lograr este objetivo pues, en su interactuar frecuente con la comunidad, pueden ofrecer una valiosa información para desarraigar mitos, aclarar dudas y disipar preocupaciones relacionadas con esta práctica. La lactancia materna siempre será una inagotable fuente de vida y amor, que debe ser aprovechada por cada madre desde el primer día de vida de su bebé.

Las principales limitaciones del estudio están relacionadas con un universo pequeño y centralizado en una institución de salud, lo cual limita la generalización de los resultados, aunque se considera que puede ser desarrollada en las comunidades con el apoyo del consultorio médico de la familia.

Se concluyó que la realización de la intervención educativa desarrollada en las gestantes seleccionadas, logró incrementar los beneficios percibidos acerca de la lactancia materna. Es pertinente tomar en cuenta acciones de intervención educativa para favorecer esta práctica en las futuras madres.

### Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

### Conflicto de Intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

### Contribución de Autoría

**MMS y DPM:** conceptualización, investigación, administración del proyecto, supervisión, visualización, redacción - borrador original, redacción - revisión y edición.

**YMG y DPP:** conceptualización, investigación, visualización, redacción - borrador original, redacción - revisión y edición.

**NBC:** conceptualización, investigación, redacción - borrador original.

### Material Adicional

Se puede consultar material adicional a este artículo en su versión electrónica disponible en: [www.revcompinar.sld.cu/index.php/publicaciones/rt/suppFiles/4976](http://www.revcompinar.sld.cu/index.php/publicaciones/rt/suppFiles/4976)

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Soriano Faura FJ, Pallás Alonso CR. Evidencias sobre la promoción de la lactancia materna. En: AEPap (ed.). 17 Congreso de Actualización Pediatría. [Internet] 2020[citado 04/12/2020]. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2020. p. 205-218. Disponible en: [https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/congreso2020/207.evidencias\\_promocion\\_lactancia.pdf](https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/congreso2020/207.evidencias_promocion_lactancia.pdf)
2. US Preventive Services Task Force. Primary Care Interventions to Support Breastfeeding: US Preventive Services Task Force Recommendation Statement. *JAMA* [Internet]. 2016[citado 04/12/2020]; 316(16): 1688-1693. Disponible en: <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/2571249>
3. Meek JY, Hatcher AJ. The Breastfeeding friendly pediatric office practice. *Pediatrics* [Internet]. 2017[citado 04/12/2020]; 139(5): e2017064. Disponible en <https://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/139/5/e20170647.full.pdf>
4. González MD, Ortiz H, Cañedo-Argüelles C, Esparza MJ, Cortés O, Claramonte M, Ordobás M. Prevalencia de la lactancia materna y factores asociados con el inicio y la duración de la lactancia materna exclusiva en la Comunidad de Madrid entre los participantes en el estudio ELOIN. *AnPediatr* [Internet]. 2018 [citado 04/12/2020]; 89(1): 32-43. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1695403317303144>
5. Global strategy for Infant and Young Child Feeding World Health Organization .Geneva. [Internet].2003 [citado 04/12/2020]: [aprox. 3p]. Disponible en: [https://www.who.int/nutrition/publications/gf\\_infant\\_feeding\\_text\\_eng.pdf](https://www.who.int/nutrition/publications/gf_infant_feeding_text_eng.pdf)

6. Ministerio de Salud Pública. Anuario Estadístico de Salud 2016 [Internet]. 2017 [citado 04/12/2020]: [aprox. 193.p]. Disponible en: [https://files.sld.cu/dne/files/2017/05/Anuario Estadístico de Salud e 2016 edición 2017.pdf](https://files.sld.cu/dne/files/2017/05/Anuario_Estad%C3%ADstico_de_Salud_e_2016_edici%C3%B3n_2017.pdf)
7. Álvarez Caballero M, Orozco Hechavarría N, Moreno Alvarez A, Marín Álvarez T, Tur Vaillant I. Factores que influyeron en el abandono precoz de la lactancia materna en lactantes de un Grupo Básico de Trabajo. Rev Med Electrón [Internet]. 2017 [citado 04/12/2020]; 39(4): 884-893. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242017000400004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242017000400004&lng=es)
8. Estévez González MD, Martell Cebrián D, Medina Santana R, García Villanueva E, Saavedra Santana P. Factores relacionados con el abandono de la lactancia materna. An Esp Pediatr [Internet]. 2002 [citado 04/12/2020]; 56(2): 144-50. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1695403302789443>
9. Delgado Becerra A, Arroyo Cabrales L, Díaz García M, Quezada Salazar C. Prevalencia y causas de abandono de lactancia materna en el alojamiento conjunto de una institución de tercer nivel de atención. Bol Med Hosp InfantMéx [Internet]. 2006 [citado 04/12/2020]; 63(1): 31-9. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=8545>
10. Ruiz Silva M, Pouymiró Brooks Y, Dumas Nicó Y. Lactancia materna exclusiva a menores de seis meses pertenecientes al Policlínico Docente Municipal de Santiago de Cuba. MEDISAN [Internet]. 2014 [citado 04/12/2020]; 18(2): 226-234. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192014000200012&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014000200012&lng=es)
11. Guerra-Domínguez E, Martínez-Guerra M, Arias-Ortiz Y, Luis-Fonseca R, Martínez-Jiménez A. Impacto de estrategia educativa sobre lactancia materna a futuras madres 2005-2016. MULTIMED [Internet]. 2017 [citado 04/12/2020]; 21(2): [aprox. 15 p.]. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/487>
12. Niño MR, Silva EG, Atalah SE. Factores asociados a la lactancia materna exclusiva. Rev Chil Pediatr [Internet]. 2012 [citado 04/12/2020]; 83(2): 161-9. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062012000200007&script=sci\\_arttext&lng=e](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062012000200007&script=sci_arttext&lng=e)
13. Gorrita Pérez R, Terrazas Saldaña A, Brito Linares D, Ravelo Rodríguez Y. Algunos aspectos relacionados con la lactancia materna exclusiva en los primeros seis meses de vida. Rev Cubana Pediatr [Internet]. 2015 [citado 04/12/2020]; 87(3): 285-297. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312015000300004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312015000300004&lng=es)
14. Rivera Ledesma E, Bauta León R, Fornaris Hernández A, Flores Martínez M, Pérez Majendie R. Factores determinantes de la lactancia materna exclusiva: Policlínico "Aleida Fernández". Rev habancienméd [Internet]. 2017 [citado 04/12/2020]; 16(6): 879-890. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2017000600005&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2017000600005&lng=es)
15. Gil-Estevan M, Solano-Ruiz M. Diversidad cultural y lactancia materna: prestación de cuidados culturalmente competentes en Atención Primaria. Index Enferm [Internet]. 2017 [citado 04/12/2020]; 26(3): 162-165. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962017000200009&lng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962017000200009&lng=es)

## ANEXOS

### Programa educativo "Lactancia materna, fuente de vida y salud"

#### Sesión 1

**Tema:** "Conociéndonos mejor"

**Objetivo:**

Fomentar un estado favorable en las participantes que facilite la reflexión grupal.

**Técnica** "Los nombres escritos"

**Objetivo:** Presentación.

**Procedimiento:** los participantes formaron un círculo y cada uno se prendió en el pecho una tarjeta con su nombre. Se da un tiempo para que traten de memorizar el de los demás compañeros. Al terminar el tiempo estipulado, todos se quitaron la tarjeta y las hacen circular hacia la derecha durante unos segundos. El coordinador detiene el movimiento. Como cada persona se quedó con una tarjeta que no es la suya, busca a su dueño y la entregó en 10 segundos. El que porte una tarjeta ajena, ofrece una prenda o cumplirá una tarea.

**Momento de planteamiento temático y elaboración:**

Presentación del programa.

Aplicación de la encuesta inicial.

#### **Técnica de las expectativas**

**Objetivo:** expresar de forma escrita las expectativas en el trabajo de grupo que se iniciará.

**Procedimiento:** se introdujo la actividad, con la propuesta de reflexionar acerca de lo que esperan del trabajo en el grupo. Estas no se discutieron, se les dice que se guardarán hasta el último día, en el que se valorará su cumplimiento.

**Momento de integración, evaluación y cierre:**

**Técnica "Despedida"**

**Objetivos:** reforzar los estados emocionales que se han provocado en la sesión de trabajo.

**Procedimiento:** cada participante dijo una palabra que describió cómo se sintió.

#### Sesión 2

**Tema:** "Aprendiendo sobre la lactancia materna exclusiva."

**Objetivo:** familiarizar al grupo sobre la lactancia materna según diferentes literaturas.

**Momento inicial:**

**Técnica "La doble rueda"**

Objetivo: Animar la sesión.

Procedimiento: se dividieron los participantes en 2 grupos.

Cada miembro de la rueda exterior se colocó delante de uno de la rueda interior para ser su pareja. Se fijaron bien en quién es pareja de cada cual. Una vez identificadas las parejas, se les pedirá que se vuelvan de espaldas y queden nuevamente tomados de las manos. Se puso una música y mientras esta se escuche, se movieron los círculos hacia su izquierda. Cuando pare la música, buscarán a su pareja.

**Momento de planteamiento temático y elaboración:**

**Técnica "Dinámica de congreso"**

**Objetivo:** Reflexionar acerca de la lactancia materna.

**Procedimiento:** se distribuyó el documento impreso sobre la lactancia materna en partes. Cada uno va a exponer, como si fuera un experto, la información que obtuvieron en 10 min. Se explicó la importancia de la lactancia materna y el tiempo estipulado para ella.

**Momento de integración, evaluación y cierre:**

Aplicación de la técnica del **PNI** (positivo, negativo e interesante) de la sesión. Se le solicitó a las gestantes que escribieran lo positivo, negativo e interesante de la sesión.

### **Sesión 3**

**Tema:** ¿Cuáles son los medicamentos contraindicados durante la lactancia materna?

**Objetivos:** Incrementar el conocimiento sobre los medicamentos contraindicados durante la lactancia materna.

**Momento inicial**

**Técnica "Las lanchas"**

Objetivo: Animar a los sujetos.

Procedimiento: todos los participantes se pusieron de pie y el coordinador contó la siguiente historia: Estamos navegando en un enorme buque, pero vino una tormenta que está hundiendo el barco, para salvarse, hay que subirse en unas lanchas salvavidas. Pero en cada lancha sólo puede entrar un número determinado de personas". El grupo formará círculos con el número exacto de personas que puedan entrar en la lancha.

**Momento de planteamiento temático y elaboración:**

**Técnica "Dinámica de debate"**

Objetivo: Reflexionar acerca de los principales medicamentos contraindicados durante la lactancia materna.

Procedimiento: Se dividió al grupo arbitrariamente en subgrupos: uno a favor y otro en contra. Se les puede proporcionar material bibliográfico, como láminas, libros y otros, para que investiguen sobre los medicamentos contraindicados, como evitarlos y así lograr que su niño crezca sano y feliz.

**Momento de integración, evaluación y cierre.**

**Técnica: la pelota preguntona**

Objetivo: Evaluar los contenidos aprendidos.

Descripción: se escribieron en un cuaderno una lista de preguntas para evaluar el tema tratado relacionado con la lactancia materna. Posteriormente debe explicar a los participantes que lanzará la pelota a uno de ellos y el que la reciba responderá a la pregunta que le plantee.

### **Sesión 4**

**Tema:** "Las ventajas de la lactancia materna exclusiva para el niño y la madre."

**Objetivos:** Describir de manera general las ventajas de la lactancia materna para el niño y la madre.

**Momento inicial:**

**Técnica "El pueblo manda"**

Objetivo: animar a los sujetos.

Procedimiento: el coordinador orientó algunas tareas que se deberán realizar con rapidez. "El pueblo manda que se paren", "el pueblo manda que se sienten", etc.

**Momento de planteamiento temático y elaboración:**

**Técnica: Videograba**

Objetivo: Analizar las ventajas de la lactancia materna exclusiva para el niño y la madre.

Descripción: La técnica consistió en escuchar un video grabado con los beneficios de la LM. Durante la difusión los asistentes deben tomar atención en detalle sobre la temática. Posteriormente se procederá al análisis y discusión.

**Momento de integración, evaluación y cierre:**

**Técnica:** Una palabra. Se le solicitó a las gestantes que escribieran una palabra que sintetizara cómo se sintieron en la sesión.

## **Sesión 5**

**Tema:** "Las diferencias entre la leche humana y la leche de vaca."

**Objetivos:** Describir las diferencias entre la leche humana y la leche de vaca.

**Momento inicial:**

**Técnica "Cuerpos expresivos"**

Objetivo: animación

Procedimiento: Se escribirán en los papeles nombres de animales

Se distribuirán y se dirá que durante 5 minutos, sin hacer sonidos, actuarán como el animal que les tocó.

**Momento de planteamiento temático y elaboración:**

Uso de la técnica de **charla educativa** con el tema "Las diferencias entre la leche humana y la leche de vaca"

Objetivo: Brindar información acerca de las diferencias entre la leche humana y la leche de vaca.

Descripción: Se ofrece una conferencia acerca de las diferencias entre la leche humana y la leche de vaca, se auxilia de un cuadro comparativo.

**Momento de integración, evaluación y cierre:**

**Técnica:** La frase para concluir.

Objetivos: Concluir la sesión

Descripción: Cada miembro del grupo al finalizar expresa en una frase cómo se sintió durante la sesión.

## **Sesión 6**

**Tema:** "¡Hasta luego!"

**Objetivo:** Resumir los contenidos de las sesiones anteriores.

**Momento inicial:**

**Técnica: la moneda.**

Objetivo: Animación.

Procedimiento: Se forman 4 grupos. A cada grupo se le entrega una moneda. A la instrucción del coordinador la primera persona de cada fila debe introducir la moneda entre sus ropas desde el cuello y sacar por el pie. Una vez lograda la actividad debe pasar la moneda a su compañero que le sigue en la fila. El grupo que primero termina es el ganador.

**Momento de planteamiento temático y elaboración:**

Se realiza un resumen de todos los elementos abordados durante el programa de intervención sobre los beneficios de la lactancia materna.

**Momento de integración, evaluación y cierre:**

**Técnica: el cofre abierto.**

Objetivo: Obtener información acerca de los niveles de satisfacción de los miembros del grupo.  
Procedimiento

Cada uno de los miembros del grupo debe escribir aquellos aspectos que durante su estancia en la actividad, considere que deben perfeccionarse. Una vez concluido este momento, se le pide a las gestantes estudiadas, que las depositen en el cofre correspondiente.

Posteriormente se puede hacer una sesión de análisis colectivo.

Para concluir o como cierre de la sesión de trabajo se pidió a los miembros del grupo algunas palabras o frases cortas sobre la actividad. Ese será el mensaje final del grupo.