

Capacitación comunitaria para personas con discapacidad

CUADERNOS DE CAPACITACIÓN PARA LA MADRE O UN FAMILIAR DE UN NIÑO O NIÑA CON DISCAPACIDAD AMAMANTAMIENTO Y ACTIVIDADES DE JUEGO



Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos



CANADA



MEXICO



Organización Panamericana de la Salud
Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



Instituto Salvadoreño de
Rehabilitación de Inválidos
ISRI

(Portada)

Capacitación comunitaria para personas con discapacidad

**CUADERNOS DE CAPACITACIÓN
PARA LA MADRE O UN FAMILIAR
DE UN NIÑO O NIÑA CON DISCAPACIDAD
-AMAMANTAMIENTO-**



**Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos**

Catalogación elaborada por el Centro de Documentación e Información en Salud, OPS/OMS, El Salvador

Organización Panamericana de la Salud

Capacitación comunitaria para personas con discapacidad: RBC Manual de Rehabilitación Basada en la comunidad/ Organización Panamericana de la Salud, Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos. -- 1ª. Ed. -- San Salvador, El Salvador: OPS 2002.

583 p.; 28 cm.

ISBN 99923-40-12-6

1- Rehabilitación. I Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos. II. Título.

NLM WB32074/O68/2002

© Organización Panamericana de la Salud, 2002

La Organización Panamericana de la Salud dará consideración muy favorable a las solicitudes de autorización para reproducir o traducir, íntegramente o en parte, alguna de sus publicaciones. Las solicitudes y las peticiones de información deberán dirigirse al Programa de Organización y Gestión de Servicios de Salud, División de Desarrollo de Sistemas y Servicios de Salud, Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, Washington, D.C., Estados Unidos de América, que tendrá sumo gusto en proporcionar la información más reciente sobre cambios introducidos en la obra, planes de reedición, y reimpressiones y traducciones ya disponibles. Las publicaciones de la Organización Panamericana de la Salud están acogidas a la protección prevista por las disposiciones del Protocolo 2 de la Convención Universal de Derechos del Autor. Reservados todos los derechos.

Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la Secretaría de la Organización Panamericana de la Salud, juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites. La mención de determinadas sociedades mercantiles o de nombres comerciales de ciertos productos no implica que la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud los apruebe o recomiende con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las denominaciones de productos patentados llevan, en las publicaciones de la OPS, letra inicial mayúscula.

PUBLICADO POR LA ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD, REPRESENTACION EL SALVADOR, CON APOYO TECNICO DE LA INICIATIVA TRIPARTITA MEXICO – CANADA – OPS Y FINANCIAMIENTO DE LA AGENCIA CANADIENSE PARA EL DESARROLLO INTERNACIONAL (CIDA).

OPS/OMS en El Salvador.

73 Avenida Sur N° 135. Colonia Escalón, Apartado Postal 1072, San Salvador, El Salvador. www.ops.org.sv

CUADERNOS DE CAPACITACIÓN PARA LA MADRE O UN FAMILIAR DE UN NIÑO O NIÑA CON DISCAPACIDAD -AMAMANTAMIENTO-

Cuaderno No. 25
Amamantamiento de niños y niñas con discapacidad

5

Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos

Los *cuadernos de capacitación* son para los familiares de las personas con diferentes tipos de discapacidades: dificultades para ver, oír, hablar o desplazarse, falta de sensaciones en las manos o en los pies, conducta extraña, ataques o problemas para aprender. Estos cuadernos proveen información acerca de las diferentes discapacidades y los procedimientos de rehabilitación que pueden ayudar a las Personas con Discapacidad a realizar tareas cotidianas como comer, vestirse, comunicarse, moverse y andar, jugar, ir a la escuela, y formar parte del trabajo y la vida social. Utilizando estos cuadernos, los miembros de la familia podrán capacitar a la persona para realizar estas actividades.

CUADERNO NO. 25

AMAMANTAMIENTO DE NIÑOS CON DISCAPACIDAD

¿Para qué sirve este cuaderno?

Las instrucciones de este Cuaderno te ayudarán a amantar a un bebé con discapacidad

PORQUE QUE DEBES AMAMANTAR A UN BEBE.

- Cuando amantas a tu bebé, lo sostienes cerca de tu cuerpo. De este modo, le estás diciendo que lo amas y lo quieres. Tu bebé se siente seguro y feliz. Esta es una razón importante para que amantes a tu bebé, todavía más si éste tiene una discapacidad.
- Un bebé con discapacidad puede ser más débil que otros bebés. Puede no crecer también como otros bebés o enfermarse más fácilmente si no mama. Esta es otra de las razones por las cuales te aconsejamos que amantes a tu bebé.

La leche materna es la mejor leche para tu bebé porque:

- Tiene todos los nutrientes que tu bebé necesita.
- Ayuda a mantener sano a tu bebé y a protegerlo contra muchas enfermedades.
- Es siempre limpia y no necesita preparación.
- No cuesta dinero.
- Puedes alimentar a tu bebé solamente con leche durante los primeros cuatro meses. Cuando el bebé tenga cinco meses, también necesitará otros alimentos nutritivos tales como la leche de vaca y cereal hecho de arroz, trigo u otros granos. La papilla de fruta y verduras cocidas u otras comidas blandas también son buenas para tu bebé, pregunta al Personal de Salud cuando debes darle otros alimentos .



Debes continuar amamantándolo durante todo el tiempo posible hasta los dos años. Esto le dará todos los nutrientes que necesita para crecer y ser sano.

- Para tener suficiente leche para tu bebé, debes comer y beber bien. Leche, huevos, arroz, verduras verdes y frutas frescas son especialmente buenos para la madre con un bebé lactante.

LIMPIEZA AL AMAMANTAR.



- Si todo lo que usas para tu bebé está limpio lo ayudarás a mantenerse sano y saludable.
- Con mucho cuidado, lávate todos los días con agua y jabón. Lávate tú y a tu bebé.
- Lávate las manos con agua y jabón antes y después de darle de mamar a tu bebé.



- Si usas una taza y una cuchara para alimentar a tu bebé, debes hervirlos por lo menos durante cinco minutos para limpiarlos. Cuando se enfríen, los puedes usar para darle de comer.

CON CUANTA FRECUENCIA DEBES AMAMANTAR A TU BEBE.

- Si comienzas amamantarlo al nacer, te resultará más fácil continuar haciéndolo.
- Si lo amamantas muy seguido durante los primeros días, luego te resultará más fácil seguir haciéndolo.
- Mantén a tu bebé cerca de ti de manera que lo puedas alimentar cuando tenga hambre. Ponlo a dormir cerca de ti de modo que lo puedas alimentar durante la noche.



- La mayoría de los bebés lloran cuando tienen hambre. Pero algunos no lloran mucho, aún cuando tienen hambre. En cambio, hacen otros sonidos y señales que indican que tienen hambre.
- Si tu bebé no llora mucho, te puede resultar difícil saber cuándo amamantarlo. Debes aprender a reconocer los otros sonidos o señales que te dicen cuándo tu bebé tiene hambre.

COMO SOSTENER A TU BEBE.



- Elige una posición en la que estés cómoda mientras amamantas a tu bebé. Puedes acostarte o sentarte.
- Mientras lo amamantas, pon tu brazo detrás del cuello de tu bebé de manera que su cabeza no caiga para atrás. Pon tu otra mano sobre la barbilla del bebé para que su cabeza no caiga hacia delante.

COMO COMENZAR A AMAMANTARLO.

- Cuando sostengas a tu bebé contra tu seno, su boca debe abrirse buscando el pezón y el bebé debe comenzar a mamar. Pon todo el pezón y parte de la región oscura alrededor de este en la boca del bebé. El bebé comenzará a mamar.



- Si tu bebé no puede respirar debido a que su nariz está apretada contra tu seno, coloca tus dedos entre la nariz de tu bebé y tu seno para que haya suficiente espacio entre ellos.

- Deja que tu bebé mame de cada seno cada vez que le das de mamar. De este modo, estarás más cómoda y tendrás más leche para tu bebé.
- Tu bebé toserá si pasa mucha leche de golpe. Luego de un tiempo, sabrás cuánta leche tu bebé puede tomar por vez.



COMO AYUDAR A UN BEBE QUE TIENE DIFICULTAD PARA MAMAR.



- Si tu bebé es lento al mamar, puedes alentarlo a que mame mediante suaves masajes en su cara o brazos.
- Algunos bebés tienen el labio inferior caído. Si el bebé tiene los labios abiertos, no podrá mamar.

Si éste es el caso de tu bebé, sostén su labio inferior con un dedo de la mano que está sosteniendo la barbilla del bebé.



Algunos bebés no pueden mamar.

- Si éste es el caso de tu bebé, puedes hacer llegar leche a su boca presionando tu seno con tu mano. Deja salir un poco de la leche por vez. De este modo, el bebé tendrá tiempo de tragar la leche y respirar. Mucha leche lo hará toser.

• También puedes ordeñar tu seno y poner la leche dentro de una taza limpia, y dársela con una cuchara limpia.

- Si alimentas a tu bebé con una cuchara, pon la primera cuchara de leche a un lado de la lengua, luego pon la siguiente del otro lado de la lengua. No debes poner la leche en el medio de la lengua.
- Pon la leche en la parte de atrás de la lengua del bebe para que la pueda tragar mas fácilmente.



SI EL BEBE EMPUJA SU CABEZA HACIA ATRÁS.



- Algunos bebés empujan la cabeza hacia atrás todo el tiempo y la sostienen muy atrás. Si tu bebé hace esto, pon tu brazo debajo del cuello del bebé. Si pones tu brazo debajo de su cabeza, esto hará que empuje la cabeza hacia atrás aun más.

SI UN BEBE SACA SU LENGUA AL MAMAR.



- Algunos bebés sacan la lengua cuando les pones el pezón en la boca.

Si tu bebé hace esto, pon el pezón y parte de la región oscura alrededor de éste en la boca del bebé. Pon el pezón de manera que no toque el centro de la lengua del niño.

COMO AMAMANTAR A UN BEBE QUE TIENE LA BOCA Y LOS LABIOS MALFORMADOS.

- Algunos bebés tienen la boca y los labios malformados, y, por lo tanto, no pueden mamar. Algunos bebés con este problema pueden mamar, pero la leche saldrá por la nariz y el bebé no podrá tragarla, con el peligro de que se asfixie.
- Si éste es el caso de tu bebé, puedes ordeñar tu seno y alimentar a tu bebé con una cuchara limpia. Pon la leche bien al fondo de la boca del niño.



COMO ORDEÑAR TU SENO.



- Si debes ordeñar tu seno, hazlo sosteniendo el seno con ambas manos y presionándolo suavemente. Comienza haciendo esto desde el borde del seno y presiona hacia la región oscura alrededor del pezón. Mientras te acercas a esta región, presionalo entre tu pulgar y el dedo índice y haz salir la leche del pezón. Repite esta actividad hasta que el seno se vacíe.



QUE HACER CUANDO HAYAS TERMINADO DE AMAMANTAR A TU BEBE.



haya tragado con la leche.

- Algunos bebés no dejan de chupar cuando han terminado de mamar.
- Si éste es el caso de tu bebé, puedes sacar el pezón de la boca del niño poniendo tu dedo en el borde de la boca del bebé y abriéndola suavemente.
- Luego sostén al niño y masajéale suavemente la espalda para sacar el aire que



COMO AMAMANTAR A TU BEBE QUE NO CRECE TAN RAPIDO COMO LOS OTROS.

- Algunos bebés no crecen al mismo ritmo que otros bebés de su edad. Esto puede deberse a que tienen dificultad para mamar o a que no obtienen suficiente leche al mamar.



- Puede ser éste el caso de tu bebé. Cuando el bebé tenga cinco meses debes darle otra comida tal como leche de vaca y cereal de arroz, trigo u otros cereales. También puedes darle papilla de frutas o verduras cocidas, u otra comida blanda que sea buena para bebés pregúntale al Personal de Salud cuando hacerlo.
- Cuando tu bebé tenga hambre, dale primero de mamar antes de darle cualquier otro alimento. De este modo, el bebé obtendrá todos los nutrientes que hay en tu leche. También ayudará a que produzcas más leche. Cuanto más leche tome el bebé, tu tendrás más leche.
- Si donde tú vives existe una Unidad de Salud ponlo en control al niño ó niña ahí lo pesaran por lo menos una vez al mes. Si tu bebé gana peso como lo hacen otros bebés, se alimenta en forma adecuada.

RESULTADOS.

Después de haber utilizado este cuaderno por algún tiempo, podrás verificar los resultados contestando las preguntas que figuran a continuación.

Pon la fecha en seguida del "SI" o "NO" al contestar las preguntas.

Si tu respuesta es SI, lo has hecho bien y tu bebé es sano. Ya no necesitas utilizar este cuaderno.

Si la respuesta es NO, puede ser por una de las razones dadas a continuación. Revisa la lista para encontrar las posibles razones, y busca qué puedes hacer acerca de ello.

RAZON	QUE SE PUEDE HACER
1. Tus senos pueden no tener suficiente leche.	Come bien y bebe mucho agua y otros líquidos. Cada vez que amamantes a tu bebé permítele chupar hasta que no haya más leche. Esto le permitirá a tu seno tener más leche.
2. Tus senos pueden tener mucha leche y tu bebé se atraganta y no puede mamar.	Dale de mamar a tu bebé un poco cada vez, pero con más frecuencia. Ordeña tus senos con tus manos para vaciarlos un poco.
3. No has seguido correctamente las instrucciones de este cuaderno.	Lee el cuaderno nuevamente. Si crees que no has entendido las instrucciones, consulta con tu Supervisor Local.
4. Puede ser imposible amamantar al bebé debido a su discapacidad.	Habla con tu Supervisor Local antes de dejar de usar este cuaderno.

Si alguna de las tres primeras preguntas has contestado "NO", continua usando este cuaderno por algún tiempo. Luego responde a las preguntas nuevamente. Cuando todas tus contestaciones sean "SI", puedes dejar de usar este cuaderno.



**Organización
Panamericana
de la Salud**

*Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud*