



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



DIPLOMATURA DE LACTANCIA HUMANA

ENFOQUE HOLÍSTICO, CON
PERSPECTIVA DE GÉNERO Y
DIVERSIDAD

Dirigido a personas que integren equipos de salud, se desempeñen en el ámbito de la educación o estudiantes de carreras afines. Para toda persona interesada en adquirir conocimientos especializados en lactancia humana.

2da Cohorte



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



La Lactancia Humana es una práctica ancestral y natural, condicionada por factores socioculturales. En las últimas décadas ha reconquistado su lugar siendo reconocida por sus múltiples beneficios para la salud del lactante, la persona gestante, la familia y la sociedad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF enfatizan la importancia de la lactancia humana exclusiva durante los primeros seis meses de vida, sumando la alimentación complementaria hasta los dos años o más. La OMS se ha fijado la meta de aumentar la tasa de lactancia humana exclusiva durante los primeros 6 meses hasta al menos el 50% para el año 2025, reconociendo los múltiples beneficios que ofrece esta práctica. La adecuada nutrición durante la primera infancia es esencial para el desarrollo óptimo del sistema nervioso y la función cognitiva.

En nuestro rol como profesionales de la salud y específicamente desde nuestra experiencia como educadoras y puericultoras, creemos fundamental trabajar en equipo para proteger y promover la salud de las díadas madre-hije. Esto implica acompañar a las personas con capacidad de gestar desde el embarazo, proporcionándoles información y herramientas para facilitar un inicio positivo en la lactancia, así como apoyarlas durante el puerperio. Es esencial capacitar a profesionales de la salud, así como también a toda persona que se desempeñe en el acompañamiento y cuidado durante este período vital y a la comunidad en general, para ofrecer un apoyo adecuado a las personas lactantes, garantizando así el bienestar integral de la díada.

Es en este contexto que la Universidad Nacional del Comahue presenta esta diplomatura con un enfoque integral y diverso, que busca integrar los aspectos físicos, emocionales, psicológicos y sociales para ofrecer un abordaje completo y respetuoso, que abarca desde los conceptos básicos hasta las habilidades prácticas necesarias para el manejo de la lactancia, realizando prevención durante el embarazo, la lactancia y el puerperio.

Esta diplomatura propone una aproximación holística a la lactancia humana, entendiendo que el acto de amamantar va más allá de la simple nutrición, implica también aspectos físicos, emocionales, psicológicos y sociales; brindando conocimientos actualizados sobre la fisiología de la lactancia humana y su importancia nutricional, siguiendo las recomendaciones de la OMS; promoviendo habilidades y técnicas para acompañar una lactancia exitosa y placentera, en línea con las directrices de la OMS; fomentando el respeto y apoyo a la decisión de la persona gestante de amamantar, desde una perspectiva holística.



OBJETIVOS GENERALES

- Comprender la lactancia humana con un enfoque integral, abarcando los aspectos físico, emocional y social, que permita acompañar desde el período gestacional hasta el posparto, para facilitar una experiencia exitosa.
- Comprender los diversos beneficios de la lactancia humana, tanto para el desarrollo óptimo de los niños y niñas como para la salud y el bienestar de la persona gestante y su familia, desde una perspectiva holística.
- Reconocer la importancia de la consulta prenatal como un espacio crucial para prepararse para la lactancia, incluyendo la revisión de los derechos del parto para promover experiencias respetadas y seguras para todas las personas gestantes.
- Promover una comprensión profunda y apreciación de la anatomía y fisiología de la mama como base fundamental para el proceso de lactancia, destacando su importancia en la salud y el bienestar de la diada.
- Reconocer los beneficios del trabajo en red de los distintas personas involucradas en la atención de la persona gestante, para lograr un óptimo desarrollo del embarazo, parto, puerperio y lactancia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Familiarizarse con estrategias específicas de cuidado prenatal para las mamas, destinadas a prepararlas para la lactancia y promover la salud mamaria durante todo el proceso.
- Reconocer la relevancia de la primera hora de vida del recién nacido, haciendo hincapié en el contacto piel con piel y promoviendo una lactancia temprana como parte fundamental del vínculo madre-hije.
- Enfatizar los beneficios del contacto piel con piel y la importancia de evitar separaciones innecesarias de la diada para fomentar una lactancia exitosa y fortalecer el apego temprano.
- Profundizar en el papel crucial de la microbiota presente en la leche humana y su influencia en la salud del bebé, destacando su contribución al fortalecimiento del sistema inmunológico y la prevención de enfermedades.
- Analizar la evolución de la leche humana y el desarrollo de la capacidad gástrica del bebé a lo largo del tiempo, para comprender mejor las necesidades de alimentación y promover una lactancia adecuada en cada etapa.
- Dominar técnicas de prendida correcta, tipos de succión y reconocimiento de la succión nutritiva para garantizar una lactancia efectiva y cómoda para ambas partes.
- Identificar posibles obstáculos en el proceso de lactancia, desde la bajada de leche hasta la congestión mamaria, y desarrollar estrategias para superarlos de manera informada y empática.
- Asesorar sobre las diversas opciones para sostener la lactancia al volver al trabajo, incluyendo la extracción, conservación y utilización de la leche materna, promoviendo así una transición sin problemas entre la vida laboral y la mapaternidad.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



MODALIDAD DE CURSADA

100% ONLINE

La Diplomatura de Lactancia Humana se realizará bajo la modalidad virtual a través del Campus Virtual de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional del Comahue.

La formación propone de 10 módulos online. Cada módulo se desarrollará en 1 mes.

Cada módulo incluirá:

- Una clase asincrónica por módulo. Constará de material teórico y material bibliográfico. Propondrá actividades disparadoras para el intercambio. Se subirá al campus una semana previa al encuentro sincrónico.
- Un encuentro sincrónico por módulo. Se socializará la actividad propuesta en la clase asincrónica y se despejarán dudas respecto al marco teórico y bibliográfico. Se realizará un sábado al mes de 9:00 a 13:00.

- Cada módulo tendrá una actividad individual y/o grupal asincrónica de integración de los contenidos trabajados. Acreditación final al terminar la cursada de la Diplomatura

Días y horarios de encuentros sincrónicos:

- Los encuentros sincrónicos se realizan un sábado al mes de 9 a 13 hs.
- Las clases asincrónicas y las actividades propuestas en cada módulo estarán disponibles en el Aula Virtual de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional del Comahue.
- Los encuentros sincrónicos quedarán grabados y disponibles en el campus virtual para aquellas personas que no puedan asistir.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



Plantel Docente

Directora: Mgst. Melisa Olivera

Co- directora: Prof. Natalia Caldas

Docentes:

- Méd. Esp. Alejandra Mercado
- Lic. Paula Díaz de Arcaya
- Lic. Marcela Manuzza
- Lic. Luciana Barretto
- Dra. Agostina Caruso
- Méd. Esp. Lucrecia Parreño

Destinatarios y condiciones de admisión

Personas a quienes está dirigida la Diplomatura: personas que integren equipos de salud de la salud y toda persona interesada en adquirir conocimientos especializados en lactancia humana.

Entre los destinatarios específicos se encuentran:

- Personas que integren equipos de salud: médicos, enfermeros, matronas, pediatras, ginecólogos, nutricionistas, psicólogos, trabajadores sociales, agentes sanitarios, personal de gestión de pacientes y otros trabajadxs de la salud que deseen ampliar sus habilidades y conocimientos en lactancia humana para brindar un mejor apoyo a las madres y bebés.
- Educadores y asesores en lactancia: Personas que trabajan como asesores de lactancia, educadores perinatales, doulas, consultores de lactancia certificados u otras personas que deseen profundizar su comprensión y habilidades en lactancia humana para ofrecer un apoyo más completo a las madres lactantes.
- Estudiantes de carreras relacionadas con la salud: estudiantes de medicina, enfermería, obstetricia, nutrición, psicología u otras carreras relacionadas con la salud que deseen complementar su formación académica con conocimientos especializados en lactancia humana.
- Personas con otra formación: de grado, terciaria no universitaria, secundaria completa que quieran participar y se desempeñen en el ámbito perinatal.
- Serán contempladas excepciones luego de entrevista con las directoras de la diplomatura.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



Propuesta académica

MÓDULO 1 - Dra. Alejandra Mercado

Introducción a la lactancia humana: su importancia para la salud del bebé y la persona gestante.

Beneficios de la lactancia humana para todas las personas involucradas. Se explorarán los beneficios de la lactancia para la salud de la persona gestante, los niños, la familia, la sociedad y el ambiente, reconociendo la diversidad de experiencias y necesidades.

La lactancia como un derecho humano: la igualdad de género y la autonomía corporal y los derechos del parto como parte integral de este proceso. Evolución de la lactancia humana y la sociedad desde las prácticas ancestrales hasta las percepciones contemporáneas, los cambios en los roles de género y las normas sociales.

Lactancia desde una perspectiva de género y diversidad: considerando factores como la salud física y emocional, la autonomía corporal y la construcción de la identidad de género.

MÓDULO 2 - Prof. Puericultora Natalia Caldas- Dra. Melisa Olivera

Anatomía, Fisiología y Prácticas de Lactancia desde una Perspectiva de Género

Anatomía y fisiología de las mamas. Hormonas y su rol en la lactancia. Preparación para la lactancia durante el embarazo. Preparación de las mamas desde una perspectiva de género. Cambios de las mamas durante el embarazo. Forma y tipos de pezones. Técnicas de prendida que promuevan una lactancia cómoda y efectiva, teniendo en cuenta las necesidades individuales y de género. Lactancia a demanda y señales tempranas de hambre. Analizaremos la importancia de la lactancia a demanda en el establecimiento y mantenimiento de la producción y cómo reconocer las señales de hambre. Succión Nutritiva y succión afectiva. Diferenciaremos los tipos de succión del bebé y cómo interpretarlos en el contexto de la lactancia. Posiciones de lactancia según las preferencias y necesidades de cada persona lactante y bebé. Diferentes tipos de leche humana y su composición. Calostro y su importancia como primera vacuna. Valor del calostro como primera forma de alimentación del bebé y su papel crucial en la protección contra enfermedades.

Abordaje de la Importancia de la Consulta Prenatal desde una Perspectiva de Género en el Contexto de la Lactancia Humana.

MÓDULO 3 - Dra Lucrecia Parreño

Diversidad y Respeto en la Lactancia: Abriendo Camino a Todas las Identidades

Preparación prenatal para la lactancia: Ampliando la mirada en el abordaje de las familias gestantes. Mirada ecosistémica. Ciencia de la crianza temprana como base de las necesidades básicas de todos los recién nacidos y en las necesidades durante la gestación. Primeros 1000 días.



Cambios en el cerebro gestante: materescencia. Cambios dirigidos por hormonas y sus beneficios durante la gestación y el puerperio. Neurofisiología del parto implicancias en la lactancia y la crianza. Beneficios del COPAP, contacto Piel a Piel: Exploraremos los beneficios del contacto piel a piel (dentro y fuera del útero) impacto en el neurodesarrollo, así como en el fortalecimiento del vínculo emocional entre la persona lactante y el bebé. Lo primero que debe suceder del otro lado de la piel. COPAP y lactancia: sus beneficios en el establecimiento y mantenimiento de la lactancia. Teoría de la Historia de vida. Cuerpo gestante: Hábitat del recién nacido. Importancia del ambiente del nacimiento. Cuidados inmediatos al parto. Lactancia en el posparto inmediato: importancia de la primera hora de vida del recién nacido, se discutirán las prácticas que favorecen el inicio de la lactancia y cómo superar posibles obstáculos. Los Primeros Días del Bebé: Atendiendo sus Necesidades Básicas y la Importancia de la Primera Hora de Vida. Exploraremos los primeros días del bebé y las necesidades fundamentales que deben ser abordadas para garantizar su bienestar y desarrollo óptimo. Se dará especial énfasis a la importancia de la primera hora de vida, conocida como la "Hora de Oro", en la cual se establecen vínculos afectivos cruciales y se promueve el inicio de la lactancia humana. La lactancia en los primeros días y su importancia en la prevención de hiperbilirrubinemia y descenso de glucosa, regulación del ritmo cardíaco y temperatura. Lactancia desde una perspectiva de género y diversidad, abordaremos consideraciones diversas relacionadas con la lactancia, promoviendo prácticas inclusivas y respetuosas con la identidad de género de cada persona involucrada.

MÓDULO 4 - Socióloga y Puericultora Paula Díaz De Arcaya

Lactancia en la Realidad Cotidiana: Abordaje Integral de la Bajada de Leche y Desafíos frecuentes.

Fisiología de la Bajada de Leche: mecanismos fisiológicos que desencadenan la bajada de leche y cómo se produce este proceso en el cuerpo de la persona lactante. Factores que Influyen en la Bajada de Leche: el estrés, la fatiga, la ansiedad, la alimentación y el vínculo emocional de la diada. Técnicas para facilitar la Bajada de Leche: examinar técnicas prácticas y recomendaciones para favorecer la bajada de leche, incluyendo el contacto piel con piel, la relajación, la alimentación adecuada y la expresión manual. Desafíos y Obstáculos en la Bajada de Leche: Abordar posibles obstáculos y desafíos que pueden surgir durante la bajada de leche, como el deseo de no amamantar, la lactancia humana tardía, problemas de succión del bebé y condiciones médicas subyacentes. Manejo de la Bajada de Leche en Situaciones Especiales: Explorar cómo gestionar la bajada de leche en situaciones especiales, como partos prematuros, cesáreas, separación madre-bebé y otras circunstancias que pueden afectar la lactancia. Mitigación de Dificultades: Proporcionar herramientas para identificar y abordar posibles dificultades durante la bajada de leche, promoviendo la confianza y la perseverancia en la lactancia humana. Manejo de Problemas Comunes: Abordaremos de manera integral problemas frecuentes como la congestión mamaria y las grietas en los pezones, con un enfoque en las necesidades y experiencias diferenciadas por género, buscando soluciones prácticas y empáticas.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



MÓDULO 5 - Dra Agostina Carusso

Abordaje Psicosocial y de Género en la Lactancia Humana.

Se abordarán los aspectos psicológicos y sociales relacionados a la gestación y al puerperio: El embarazo como crisis en el ciclo vital, el embarazo como proceso cultural y factores que atraviesan el rol materno. Cambios hormonales y cerebrales de la persona gestante durante el embarazo y el puerperio. Concepto de Maternaje vs Maternidad. Deseo vs. Instinto. Las fases y características del puerperio, tristeza posparto y depresión puerperal. La importancia de la detección temprana (Sintomatología y herramientas de screening). Conceptos de exterogestación, ambivalencia afectiva y pensamientos intrusivos en el puerperio.

Factores de riesgo y protección asociados específicamente con la lactancia humana, incluyendo el apoyo emocional a las personas lactantes, el rol del acompañante, pareja y la familia en el proceso de lactancia, la influencia de la cultura y la sociedad en las prácticas de lactancia. Propuesta ecosistémica Perinatal. El apoyo social. El vínculo prenatal. La Violencia obstétrica y dificultades en la lactancia vs. La experiencia positiva del parto. El concepto del cuidado continuo. Análisis del rol de la pareja y otros miembros de la familia en el proceso de lactancia, promoviendo una participación activa y de apoyo en el cuidado del bebé y en el fomento de una lactancia exitosa.

Abordaje de aspectos emocionales e implicancias en la lactancia durante la internación del bebé en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales y ante el duelo perinatal.

Maternidades seguras y centradas en la familia con enfoque intercultural. Definición e inicios. Ejes Conceptuales. Principios básicos de atención perinatal segura. OMS Guía 10 pasos. Impacto de la atención materna en la salud materno-infantil. Importancia del apoyo familiar, durante el embarazo, parto y postparto.

MÓDULO 6 - Lic. Paula Diaz De Arcaya

Perspectiva cultural y social de la lactancia humana y género

Influencia Cultural y Social: cómo la cultura y la sociedad influyen en las actitudes, creencias y prácticas relacionadas con la lactancia humana, y cómo abordar estas influencias de manera empática y respetuosa. Construcción de Identidad y Género: Reflexión sobre cómo las normas de género y la identidad influyen en la percepción y experiencia de la lactancia humana, fomentando un ambiente inclusivo y libre de prejuicios. Estrategias de Apoyo y Acompañamiento: Desarrollo de habilidades para brindar un apoyo emocional afectivo reconociendo y validando sus experiencias y emociones en el proceso de lactancia.

Reconocimiento de la diversidad cultural en la atención perinatal. Desafíos y barreras culturales en la prestación de servicios de maternidad. Estrategias para mejorar la sensibilidad intercultural en la atención perinatal.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



MÓDULO 7 - Lic. Marcela Manuzza y Lic. Luciana Barretto

Nutrición Durante la Lactancia Humana: Promoviendo la Salud de la Díada

Requerimientos nutricionales durante la lactancia: análisis de las necesidades de la madre lactante y cómo satisfacerlas a través de una alimentación balanceada. Importancia de la alimentación en la calidad y composición de la leche humana. Nutrientes clave para la producción de leche humana y su impacto en el crecimiento y desarrollo del bebé. Estrategias para una alimentación saludable durante la lactancia: recomendaciones alimentarias, planificación de comidas y selección de alimentos. Mitos y realidades sobre la alimentación durante la lactancia: desmitificación de creencias comunes y promoción de prácticas alimenticias basadas en evidencia. Abordaje de condiciones especiales: cómo adaptar la alimentación durante la lactancia en casos de alergias alimentarias, intolerancias, o condiciones médicas preexistentes. Influencia de factores culturales y sociales en los patrones de alimentación durante la lactancia: consideraciones sobre diversidad cultural y prácticas alimentarias tradicionales. Apoyo nutricional para personas lactantes: recursos y estrategias para promover una alimentación saludable y satisfactoria durante la lactancia.

MÓDULO 8 - Lic. Marcela Manuzza y Lic. Luciana Barretto

Alimentación Vegana y Vegetariana Durante la Lactancia: Optimizando la Salud de la Díada.

Explorar los principales nutrientes necesarios durante la lactancia y cómo obtenerlos de fuentes veganas y vegetarianas. Analizar la importancia de la planificación de las ingestas para garantizar una alimentación equilibrada que satisfaga las necesidades de la díada. Desmitificar los mitos comunes sobre la alimentación vegana y vegetariana durante la lactancia, ofreciendo información basada en evidencia científica.

Ofrecer consejos prácticos y estrategias para asegurar una ingesta adecuada de proteínas, hierro, calcio, ácidos grasos omega-3 y otros nutrientes esenciales en una dieta vegana o vegetariana. Suplementación adecuada, si es o no necesaria, para cubrir posibles deficiencias nutricionales durante la lactancia en dietas veganas y vegetarianas. Abordar las preocupaciones específicas de las madres veganas y vegetarianas, como el impacto en la producción de leche y el crecimiento del bebé, y cómo manejarlas de manera efectiva. Proporcionar recursos y apoyo para las personas puérperas que optan por seguir una dieta vegana o vegetariana durante la lactancia, incluyendo recetas saludables y opciones de alimentos ricos en nutrientes. Fomentar una actitud comprensiva y respetuosa hacia las elecciones alimentarias de las familias, asegurando que reciban el apoyo necesario para mantener una alimentación saludable y sostenible durante la lactancia.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



MÓDULO 9 - Mgst. Melisa Olivera

Microbiota Láctica: Su Trascendencia en la Salud y Desarrollo del Bebé.

Exploración de la microbiota presente en la leche humana y su influencia en la salud del bebé. Mecanismos mediante los cuales la microbiota láctea contribuye al desarrollo del sistema inmunológico del lactante. Estudio de las bacterias beneficiosas presentes en la leche materna y su papel en la protección contra enfermedades y alergias. Examen de la relación entre la microbiota láctea y el desarrollo cognitivo y metabólico del bebé. Revisión de las prácticas y hábitos maternos que pueden influir en la composición y calidad de la microbiota de la leche. Consideración de las implicaciones de la microbiota láctea en la prevención de enfermedades a largo plazo en la infancia y la edad adulta.

MÓDULO 10 - Prof. Puericultora Natalia Caldas

Lactancia y Trabajo remunerado: Conciliando Responsabilidades

Estrategias para una Lactancia Exitosa en el Trabajo: estrategias y consejos prácticos para mantener una lactancia exitosa mientras se trabaja fuera de casa, incluyendo la organización de horarios de alimentación, la identificación de espacios adecuados para la extracción de leche y la gestión eficiente del tiempo.

Extracción y Almacenamiento de Leche Humana: Se aprenderán técnicas efectivas de extracción de leche y se brindarán pautas para su adecuado almacenamiento, asegurando la seguridad y calidad de la leche extraída. Se abordarán consideraciones de género relevantes en el proceso, como la disponibilidad de tiempo y recursos para la extracción.

Legislación. Estabilidad laboral, Licencias, Espacios y tiempos para amamantar y para extracción. Iniciativa Hospital y Jardín Amigo de la Madre y el niño (IHAMyN)



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
SECRETARÍA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



Requisitos de acreditación

Para obtener la certificación correspondiente a la Diplomatura les extensionistas deberán:

- Cumplimentar con la asistencia al 70% de encuentros sincrónicos.
- Cumplimentar con el 80% de las actividades correspondientes a las unidades temáticas.
- Aprobar el TIF con la presencia del 70% de los contenidos o más.

Los criterios para la elaboración, presentación y evaluación del TIF serán suministrados oportunamente por las directoras de la diplomatura.

“La presente Diplomatura no constituye una carrera universitaria y por lo tanto no otorga título habilitante para el ejercicio profesional”.