

INDICE

AGRADECIMIENTOS	7
INTRODUCCIÓN	9
Métodos usados en esta revisión	10
Principales limitaciones de la validez interna	11
Limitaciones menores de los estudios experimentales	11
LOS DIEZ PASOS HACIA UNA FELIZ LACTANCIA NATURAL	13
Paso 1: Normas	15
1.1. Criterios	15
1.2. Introducción	15
1.3. Eficacia de las normas de lactancia materna	15
1.4. Resultados de normas débiles	16
1.5. Normas que desalientan o interfieren con la lactancia materna	17
1.6. Eficacia de las normas estrictas	18
1.7. Elementos de una norma	18
1.8. Proceso de elaboración de una norma	19
Paso 2: Capacitación (formación)	22
2.1. Criterios	22
2.2. Introducción	22
2.3. Conocimientos, actitudes y prácticas del personal de salud	22
2.4. Eficacia de la formación (capacitación)	23
2.5. Duración de los cursos de capacitación	24
2.6. Conclusiones	25
Paso 3: Atención prenatal	29
3.1. Criterios	29
3.2. Introducción	29
3.3. Factores que influyen sobre la intención de amamantar	29
3.4. Datos sobre los beneficios de la educación prenatal	30
3.5. Datos sobre la utilidad de la preparación de los pezones	31
3.6. Conclusiones	32
Paso 4: Contacto precoz	35
4.1. Criterios	35
4.2. Introducción	35
4.3. Efectos del contacto precoz sobre la lactancia	36
4.4. Otros resultados	37
4.5. Analgesia durante el parto y el momento de dar a luz	37
4.6. Conclusiones	38

Paso 5: Orientación	43
5.1. Criterios	43
5.2. Introducción	43
5.3. Enseñar a las madres a dar pecho	44
5.4. Ayudar a las madres que están separadas de sus hijos en el hospital	45
5.5. Conclusiones	46
Paso 6: Uso de suplementos	50
6.1. Criterios	50
6.2. Introducción	50
6.3. Efecto sobre la lactancia materna de los alimentos prelácteos y suplementos en el hospital	51
6.4. Efecto sobre la lactancia de los suplementos posteriores al alta de la maternidad	52
6.5. Otros resultados	52
6.6. Efecto sobre la lactancia de las muestras comerciales de sucedáneos de la leche materna	53
6.7. Impacto y rentabilidad de la restricción de leche artificial en el hospital	54
6.8. Conclusiones	55
Paso 7: Alojamiento conjunto	63
7.1. Criterios	63
7.2. Introducción	63
7.3. Efecto del alojamiento conjunto sobre la lactancia	64
7.4. Otros resultados	65
7.5. Validez de los argumentos para no aplicar el alojamiento conjunto	65
7.6. Efecto del colecho o cama compartida en la lactancia materna y otros resultados	65
7.7. Conclusiones	66
Paso 8: Lactancia a demanda	69
8.1. Criterios	69
8.2. Introducción	69
8.3. Frecuencia y duración del amamantamiento poco después del parto	69
8.4. Efectos de la lactancia materna sin restricciones	70
8.5. Otros resultados	71
8.6. Conclusiones	71
Paso 9: Tetinas y chupetes	74
9.1. Criterios	74
9.2. Introducción	74
9.3. Efecto de las tetinas sobre la lactancia materna	74
9.4. Efecto de los chupetes sobre la lactancia materna	75
9.5. Otros efectos de las tetinas y chupetes	76
9.6. Conclusiones	77

Paso 10: Apoyo a la madre	81
10.1. Criterios	81
10.2. Introducción	82
10.3. Efecto del apoyo después de la dada de alta del hospital sobre la lactancia:	
Servicios de salud	82
10.4. Efecto del apoyo después de la dada de alta del hospital sobre la lactancia:	
Grupos de madres	83
10.5. Efecto del apoyo después de la dada de alta del hospital sobre la lactancia:	
Promotoras de la comunidad.	83
10.6. Conclusiones	84
Intervenciones combinadas.	93
11.1. Introducción	93
11.2. Efecto sobre la práctica de la lactancia	93
11.3. Efecto de las intervenciones combinadas sobre la rentabilidad y la morbilidad.	94
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	99
Recomendaciones	100
BIBLIOGRAFÍA	101
Lista de limitaciones metodológicas.	112
Tipos de lactancia	112