

CONSULTA DE LACTACIÓN DO HOSPITAL PÚBLICO DO SALNÉS

A lactación materna é un acto natural, con múltiples beneficios para nais, fillos, familias e sociedade.

Durante este proceso poden xurdirnos dúbidas nas que necesitamos sentirnos apoiadas desde o embarazo ata o destete. Moitos estudos demostran que o acompañamento de familiares, profesionais sanitarios e grupos de apoio son fundamentais no inicio e no mantemento da lactación.

Que é a consulta de lactación?



A consulta de lactación do Hospital do Salnés empezou a súa andaina en xaneiro de 2023.

Creouse para prestar unha atención global á lactación materna, proporcionando información durante o embarazo, asistencia durante o ingreso na planta de maternidade e solución ás dúbidas que xurdan durante o tempo que a nai aleite o seu fillo tras a alta e ata o destete.

Tamén apoia as nais que decidiron darlles fórmula artificial aos seus fillos, tras estaren debidamente informadas, instruíndoas nos coidados que fomenten o vínculo nai-acabado de nacer e na preparación e administración correcta do sucedáneo da lactación materna.

En definitiva, ofrece un asesoramento adaptado á situación concreta de cada nai e á da súa familia.

Quen está á fronte da consulta?



A persoa que a asesorará é unha matrona e, ademais, consultora de lactación materna certificada (IBCLC, International Board-Certified Lactation Consultant), que posúe habilidades e coñecementos para

proporcionarlle axuda cualificada sobre a lactación materna.

Como podo acceder á consulta de lactación?



No momento da alta facilitaráselle o teléfono da consulta, para que poida solicitar atención telefónica ou presencial, dependendo do motivo que a preocupa.

Se non deu a luz no noso hospital, os teléfonos nos que pode solicitar apoio para a lactación son:

- Luns a venres (8.00-15.00 h): 689 291 398
- Tardes e fins de semana: 986 568 058

En que me poden axudar?



Na consulta de lactación abordamos calquera **situación que se poida presentar ao redor da lactación materna**:

- dúbidas durante o embarazo sobre se poderá aleitar (enfermidades propias, malas experiencias previas),
- dor ao aleitar, gretas,
- dificultades de agarre ao peito,
- ingurxitacións,
- insuficiente ganancia de peso,
- obstrucións, mastites, hiperprodución...
- freo sublingual/anquiloglosia,

- compatibilidade de fármacos e enfermidades maternas coa lactación materna,
- incorporación ao traballo: extracción de leite e conservación da lactación materna,
- relactacións ou indución da lactación,
- destete
- e calquera outra circunstancia que a preocupe.

Outros servizos da consulta de lactación:



- Banco de libros relacionados coa lactación materna e a crianza.
- Charlas informativas (2 xoves ao mes):
 - Cales son as necesidades dos nosos nenos tras naceren.
 - Comportamentos normais dos acabados de nacer durante os primeiros días.
 - Contacto pel con pel e inicio temperán da lactación.
 - Beneficios da lactación materna.
 - Sinais de fame.
 - Correcta técnica para aleitar: postura da nai, posición e agarre do bebé.
 - Interferencia de chupetes e de mamadeiras nun neno coa lactación materna.
 - Sinais que nos indican unha correcta alimentación.
 - Coidados da pel, do cordón...
 - Porte.
 - Extracción prenatal de costro.

Lembre que o feito de estarmos informadas permítenos tomar as decisións correctas, así como afrontar dificultades da mellor maneira posible.

Ligazóns

Páxinas WEB:

[Parir en el siglo XXI, documental interactivo.](#)

[Federación de Matronas de España: Iniciativa Parto Normal. Guía para Madres y Padres.](#)

[Ministerio de Sanidade: Plan de Parto y Nacimiento.](#)

[Ministerio de Sanidade: Atención al Parto Normal. Guía dirigida a mujeres embarazadas, a futuros padres, así como a sus acompañantes y familiares.](#)

[Ministerio de Sanidade: Pastillas para el dolor del parto.](#)

[Ministerio de Sanidade: Guía para las mujeres que amamantan.](#)

Asociación Española de Pediatría: [Preguntas más frecuentes sobre lactancia materna.](#)

Canal UNED: Documental [Un cambio de paradigma en la asistencia al parto \(I\).](#)

Canal UNED: Documental [Un cambio de paradigma en la asistencia al parto \(II\).](#)

Canles youtube:

Programa *TELEITE*: [Unha formación á carta en lactación materna.](#)

Ebrefisio.

Cristina Martínez Miró (ioga).

Suelo Firme (suelo pélvico).

Ola matrona. A Coruña.

Asociación Galega de Matronas.

LactApp (lactación materna).

Páxinas instagram:

Comadrona en la Ola. Naza Oliveira Belart. [@comadronaenlaola](#)

Laia Casadevall. Matrona. [@laiacasadevall_matrona](#)

Shiran Efraty. Matrona. [@shiranefraty](#)

Fotos:

- Cartel Ihan: *10 PASOS para una lactancia exitosa.*
- Tríptico del Ministerio de Sanidad y del Comité de LM de la AEP: *Lactancia y trabajo.*

POLÍTICA DE LACTACIÓN MATERNA DO HOSPITAL PÚBLICO DO SALNÉS 

