

CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES EN SALUD INTEGRAL CON MUJERES GESTANTES Y LACTANTES

COLEGIO UNIVERSITARIO COLOMBIANO
COLEGIO ODONTOLÓGICO COLOMBIANO

Prada C., * Díaz A* González J., * Fernández C., * Cardenas B.,* Murcia P.,*
Poveda N.*

Cortes C. A. **

Bermúdez E.M.***

RESUMEN: El propósito de esta investigación fué medir el grado de conocimientos, actitudes en salud integral, en 28 madres gestantes y lactantes de la localidad IV del barrio San Cristóbal Sur de Santa Fé de Bogotá. Se trabajó con madres divididas en dos grupos: Uno gestante y otro lactante, para determinar el conocimiento, se realizaron encuestas enfocadas a diferentes temas, iniciando por psicología en el cuál el 30% de las madres opinaron que el hombre es esencial en los períodos de pre – parto, post – parto y el 70% opinaron que el compañero no juega un rol importante en el embarazo, se continuó con un taller de cuidados e higiene de la madre durante el puerperio, en el cuál el 80% de las madres no conocían la importancia de la limpieza de sus pezones y el 20% restante sabía muy poco; el 90% de las madres no tienen el conocimiento de la importancia de la leche materna y el 10% no opinaron, el 95% de las madres opinaron que el control de crecimiento lo podría realizar el médico pediatra y el 5% no sabía quien debe hacer este control, posteriormente se finaliza las encuestas con nutrición y salud oral, el 75% de las madres cree que los dientes de leche son poco importantes por que se van a caer y el 25% restantes cree lo contrario. Estos resultados demuestran la deficiencia en el conocimiento y actitud de cada una de las madres.

Palabras Claves: Puerperio, Gestante, Prevención y Promoción

INTRODUCCION

A lo largo de la historia en Colombia se ha observado una desinformación en materia de maternidad siendo este un problema de salud y obligando a la sociedad que las gestantes y lactantes sean una parte prioritaria en la salud pública del país. Un alto porcentaje de la población tiene grandes deficiencias en cuanto a los conceptos de nutrición, crecimiento y desarrollo e higiene. Debido a esto en el transcurso del tiempo se han ido desarrollando programas en prevención y promoción de salud con el propósito de orientarlos y prepararlos en los temas anteriormente mencionados.

El hecho de traer al mundo un nuevo ser exige una responsabilidad de ambos miembros de la pareja y especialmente por parte de la futura madre, pues es ella quien interpreta un papel más activo. Así, es recomendable que antes de concebir un hijo los futuros padres realicen un control de salud, que les permita afrontar el embarazo en las mejores condiciones posibles. La edad para que una mujer sana quede en embarazo se sitúa entre los 20 y los 30 años, sin embargo es normal que se tenga referencias de casos en que una adolescente sea madre y de otros, mucho más numerosos hoy

* Estudiantes X Semestre de Odontología – Colegio Odontológico Colombiano.

** Director Científico, Trabajadora Social P. Universidad Javeriana

*** Asesor Metodológico, OD., Magíster en Administración de Salud P. Universidad Javeriana

en día, en que una mujer tenga hijos pasados los 30.

La madre debe estar consiente que su cuerpo está expuesto a demasiados cambios, por tal motivo debe cuidarse para tener un parto normal. La madre debe tener un correcto manejo de su cuerpo dentro de sus actividades diarias, siendo algunas de estas el no mantenerse mucho tiempo de pie, acostarse de medio lado entre otras. Algo importante que se debe tener en cuenta es la preparación del parto mediante ejercicios de respiración y relajación, ya que durante el puerperio debe prepararse y conocer los cambios que sufre su cuerpo durante los 40 días de dicho puerperio, siendo este el tiempo transcurrido entre el parto y su tiempo posterior.

Es de vital importancia recomendarle a la madre que mantenga el bebé en un perfecto aseo para así proporcionarle una salud integral.

El alimento más importante para el bebé en sus primeros 4 meses de vida es la leche materna, la cual aporta gran cantidad de nutrientes dentro de éste, proporcionándole defensas para el desarrollo del bebé.

Se le recomienda a la madre limpiar el pezón con agua hervida o leche materna antes y después de cada mamada, ella debe encontrarse en posición vertical para que oprima la areola con el dedo pulgar y el índice, esto hace que el bebé busque el pezón comience a mamar.

Dentro de la alimentación de la madre debe consumir proteínas, vitaminas y minerales, los cuales le proporcionan a ella el bienestar necesario para el desarrollo de ella y su bebé.

Si el niño crece y se desarrolla en un ambiente apropiado durante los primeros años de edad su salud,

fortaleza e inteligencia como joven y adulto será mejor si la madre tiene en cuenta la talla, el peso y el control semestral, ya que las madres deben tener claridad sobre temas que afectan la problemática más frecuente como lo es la niñez colombiana y en la prevención de enfermedades mediante las diferentes vacunas, ya que esto se debe a la falta de concientización.

Es de vital importancia informarle a la madre que después del parto puede presentar depresión manifestando así sentimientos de angustia y tristeza entre otras, para lo cual se le recomienda obtener información posible charlando con el médico y dialogar en pareja.

Para evitar embarazos inesperados se recomienda tener información sobre los diferentes métodos anticonceptivos como son las píldoras anticonceptivas, preservativos, óvulos o tabletas vaginales, dispositivos intrauterinos, vasectomía y ligaduras de trompas.

Para llegar a disminuir su índice de caries se debe tener una serie de indicaciones como prioridad a los padres, ya que son los responsables en sus primeros años de vida de la salud oral de sus hijos, los cuales son:

1. Concientizar a los padres la importancia del cepillado.
2. Enseñarles que el niño a partir de los 5 años esta en capacidad de utilizar la seda dental y un buen enjuagatorio bucal.

De acuerdo a la situación socioeconómica del núcleo familiar se le deben brindar otros medios a parte de la placa reveladora como azul de metileno, azul violeta, rojo fuchina y achote.

El desarrollo normal y sano del bebé depende de la buena alimentación de la madre la cual debe ser de una óptima calidad nutritiva.

Por ello se debe consumir proteínas, leche, harinas, grasas, agua, vitaminas y minerales.

MATERIALES Y MÉTODOS

Al comenzar el proyecto se realizó una valoración de la zona donde se iba a trabajar, el grupo de estudiantes de la monografía se entrevistó en varias oportunidades con personal encargado de prestar servicio social en esta zona.

Este grupo de personas fué de gran importancia para la investigación por su aporte en planificación, guía y enfoque de las conferencias; además de asistir a reuniones de la liga de la leche, esto es de provecho para ampliar conocimientos y solucionar dudas. Luego y para dar comienzo al programa se reunió a un grupo de 20 personas mujeres gestantes y lactantes de la localidad IV del barrio San Cristóbal Sur de Santa Fé de Bogotá es un centro educativo del mismo. Antes de dar marcha al programa se citó a las madres para realizar una calibración de conocimientos sobre los temas que se iban a desarrollar en las conferencias. Esta calibración se realizó por medio de encuestas de orientación acerca de las deficiencias en conocimientos, actitudes de las gestantes y lactantes.

Las conferencias que se llevaron a cabo se realizaron en dos etapas, la primera de charlas encaminadas a la fase de pre parto y la segunda de post parto.

La primera parte se trató de psicología en el cuál se explico por medio de vídeo el proceso de desarrollo del bebé, sus estímulos, cuidados, y

preocupaciones; al terminar el vídeo se realizó una actividad práctica organizando a las madres por grupos con el fin de que ellas brindaran estimulación temprana a los bebés por medio de elementos como linternas y papel celofán.

En primer lugar se utilizó el papel celofán colocado en los estómagos de las madres y con la linterna se enfocó y alumbró, esto con el propósito de estimular, reconocer por parte del bebé lo claro y lo oscuro y los colores.

La semana siguiente se llevó a cabo la segunda conferencia con un grupo de 22 madres, el tema fué cuidados de las madres durante y después del embarazo, se proyectó un vídeo referente a la calidad de la leche materna y alimentos proteicos luego y con base al vídeo se realizó una práctica consistente en enseñanza de alimentos aptos y no aptos para consumir en la etapa de gestación.

En la tercera charla se trató el tema de aseo del bebé en el cual con una tina con agua tibia y limpia, jabón toalla y un muñeco se explico a las madres como se debía asear al bebé y la importancia de mantenerlo siempre limpio.

A los 8 días siguientes se realizó la charla de lactancia materna en la cual se les explico la técnica de amamantamiento haciendo que las madres tomarán a los bebés en los brazos en una posición vertical y con los dedos índice tomarán el pezón y lo colocaran en la boca del bebé, también se les enseñó la colocación del niño para prevenir posibles accidentes, por último se les enseñó a conservar la leche que la madre se extrae del seno envasándolo en el tetero y almacenándolo en la nevera; esto con el fin de proporcionarle a las madres una opción

para economizar tiempo y en caso de alguna eventualidad en la que ella no pueda amamantar a su hijo en forma tradicional.

Al desarrollar la quinta reunión se habló sobre ejercicios post natales dentro de los cuales se realizan unos ejercicios para pelvis consistentes en colocar las rodillas con las palmas de las manos sobre el piso con los brazos y las rodillas derechas para formar un ángulo recto se les indicó que sacaran el aire, dejarán caer la cabeza y nalgas y llevarán la espalda a hacia arriba, luego que tomarán aire, y miraran hacia arriba y suavemente volviera a colocar la espalda como estaba al principio y que lo repitieran.

Más adelante se realizaron ejercicios de cuello y hombros donde se les indicó que se sentaran sobre la colchoneta en posición de semiloto con la palma de la mano derecha debajo de la nalga derecha y tiraran hacia arriba y hacia atrás, y luego realizando intercambio de nalgas y palmas.

Para terminar el ejercicio de piernas, tobillos y pies; esto se comenzó por que las madres suavemente doblen y estiren la rodilla derecha hacia fuera de manera que los pies queden hacia ellas. Luego deberían doblar y estirar la rodilla izquierda y girar el talón izquierdo hacia fuera con los dedos de los pies hacia ellas; se debía repetir alternando la rodilla derecha e izquierda.

En la charla siguiente se trató el tema de crecimiento y desarrollo en donde se realizó una introducción que consistió en preguntar a las madres que conocimientos tenían sobre el tema, se observó un vídeo sobre crecimiento y desarrollo del bebé el cual analizaba tópicos como

el control de talla, peso entre otros que son de suma importancia y que también podrían ser realizados por la madre y no solamente por el médico en su consultorio; al terminar este vídeo las madres tomaron nota y sacaron sus propias conclusiones. En última instancia se aclararon dudas por parte de los expositores.

El 30 de mayo se realizó la conferencia de inmunizaciones la cual contó con la presencia de la totalidad de las madres.

Se inicio con preguntas de los expositores hacia las madres sobre vacunas, tiempo de aplicación, sitio de aplicación y refuerzo entre otros, se resolvieron dudas e inquietudes, más adelante se proyectó un vídeo para reforzar y aclarar los conocimientos para en el último momento realizar una mesa redonda y unificar los conocimientos. Para terminar se hizo entrega de folletos sobre la vacunación y se brindó un pequeño refrigerio.

Dentro de los últimos temas que se trabajaron en el proyecto se incluyó regreso a la vida familiar y depresión post parto, además de salud oral y nutricional del bebé y de la madre desde el punto de vista odontológico en salud oral es el tema central de este proyecto en el cual desembocan los anteriores temas.

En la tercera conferencia que comenzó con asistencia masiva de las madres las cuales a medida que ingresaban al recinto de la charla se les entregaban folletos indicativos de los diferentes métodos de planificación familiar y elementos como condones, óvulos anticonceptivos, píldoras, dispositivos intrauterinos, con el fin de que medida en que la

charla avanzará interactuarán con ellos. Se observó un vídeo en el cual se indicaba la forma de colocación, administración de los diferentes métodos de planificación con sus diferentes indicaciones y contraindicaciones, ventajas y desventajas.

Después y luego de realizar aclaraciones se dio por terminada la sesión, a la par con entrega de alguno de los elementos de planificación, como actividad en promoción en salud.

En la última conferencia el proyecto se contó con la presencia de 28 madres a las cuales se les organizó en grupo de cuatro madres las cuales fueron guiadas por un tutor representado por cada uno de los estudiantes de la monografía.

El taller se inició con un vídeo de técnicas de higiene oral que ilustró a las madres sobre cuidados y métodos adecuados para conservar y mantener una buena salud oral.

Luego por parte del expositor se realizó el desarrollo del tema preparado en el cual se incluyeron temas como patologías relacionadas con malos hábitos de higiene oral en gestantes y lactantes más adelante y a manera demostrativa por medio de modelos dentales, cepillos y seda dental, se enseñó la manera correcta de utilizarlos también se indagó y corrigió la dieta y nutrición de las madres; además de una información sobre la importancia de la fluorización.

Para terminar se resolvieron encuestas sobre salud oral y se obsequiaron muestra de elementos de salud oral a cada una de las madres a manera de estímulo y premio por su colaboración.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

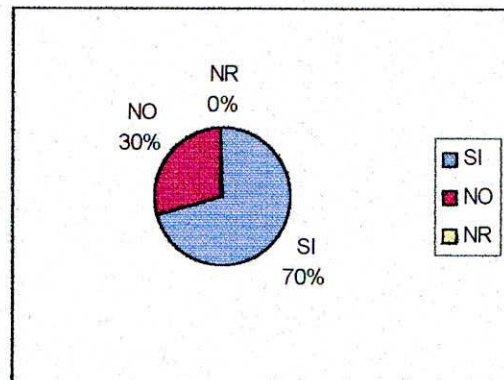
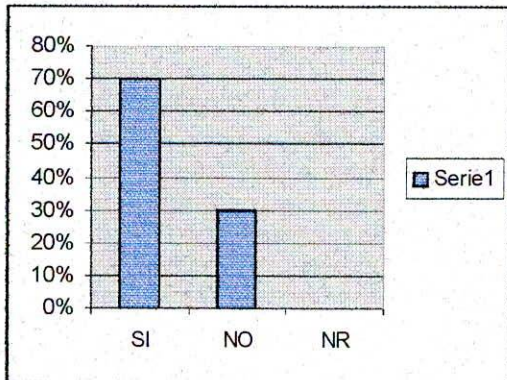
Se estudiaron en el hospital San Cristóbal Sur de la localidad IV 28 madres entre gestantes y lactantes, pues en estos últimos años se ha producido un importante cambio en la calidad social de vida.

Respecto a las costumbres de la sociedad, por tal motivo se realizaron diferentes temas que abarcan la preparación del embarazo antes y después iniciando por psicología donde se encontró que el 70% de las madres opinaron que el hombre es esencial en los períodos de pre parto – post parto y el 30% opinaron que el compañero no juega un rol importante en el embarazo, y el 80% de las madres no conocen las defensas que aporta la leche materna a su hijo y el 20% restantes sabía muy poco, el 90% de las madres tienen el conocimiento de la importancia de la leche materna y el 10% no opinaron, el 91% de las madres opinaron que el control de crecimiento lo podría realizar ellas en casa y el 9% no tenían los conocimientos básicos para realizarlo, el 70% opina que si tiene conocimiento alguno sobre los controles de crecimiento y desarrollo y el 30% opina no tener conocimiento, posteriormente se realizaron las encuestas con nutrición y salud oral obteniéndolos siguientes resultados, el 53% de las madres cree que los dientes de leche son importantes por que se van a caer y el 36% restante cree lo contrario.

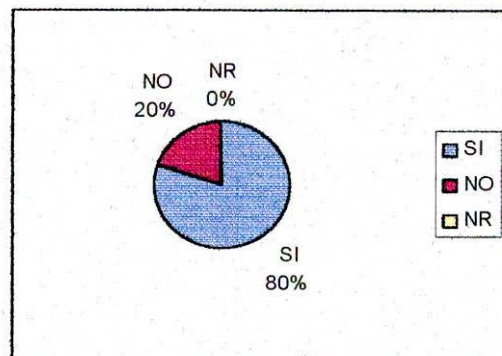
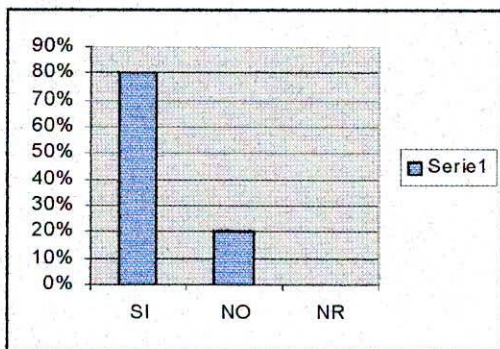
El 85% piensa que es perjudicial dormir con el tetero en la boca, y el 15% opina que el dormir con el tetero en boca no trae problemas, estos resultados demuestran la diferencia en el conocimiento y la actitud de cada una de las madres.

1. Psicología

A. ¿Cree usted que el hombre juega un rol importante en el embarazo?

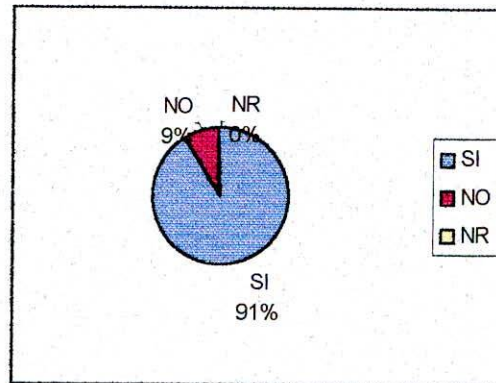
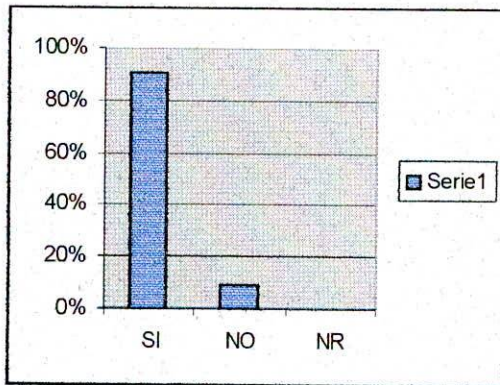


B. ¿Piensa usted que la pareja debe tener una adecuada preparación para ser padres?

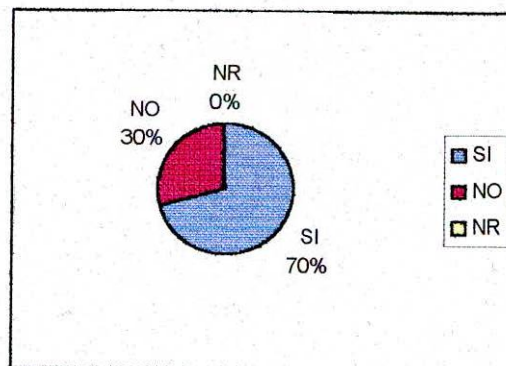
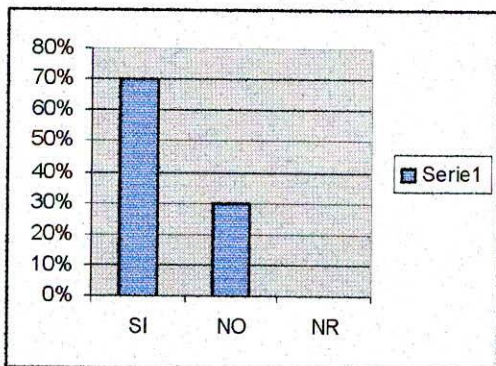


3. Crecimiento y desarrollo del bebé

A. ¿Sabe usted como realizar el control de crecimiento y desarrollo del niño en casa?

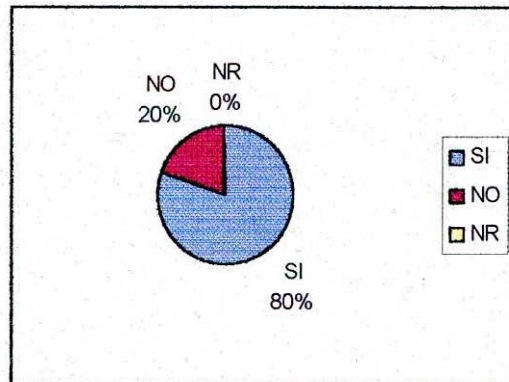
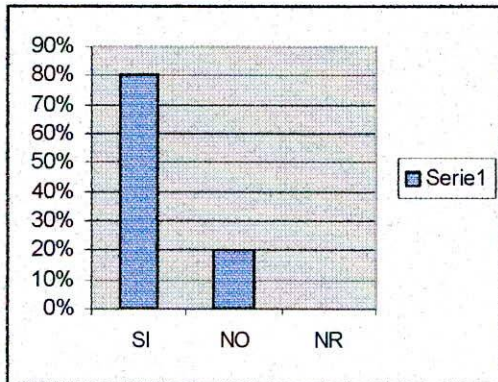


B. ¿Sabe usted cuando se debe iniciar el control de crecimiento y desarrollo del niño?

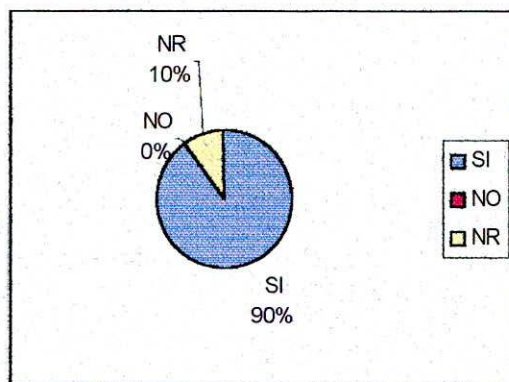
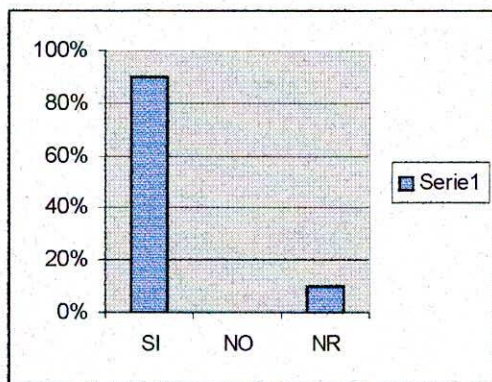


2. Lactancia materna

A. ¿La leche materna aporta defensas a su hijo?

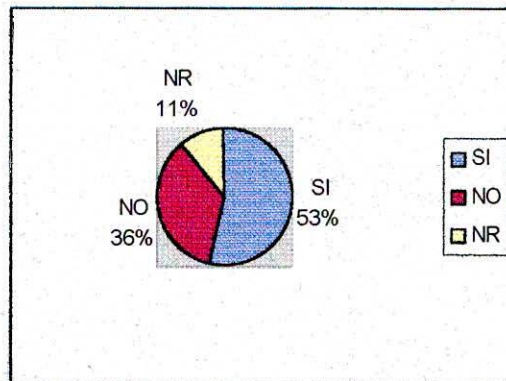
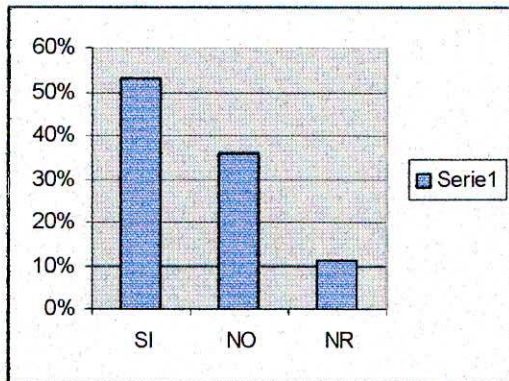


B. ¿Cree usted que es importante la leche materna?

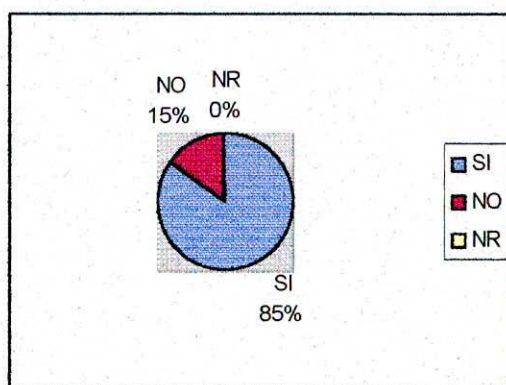
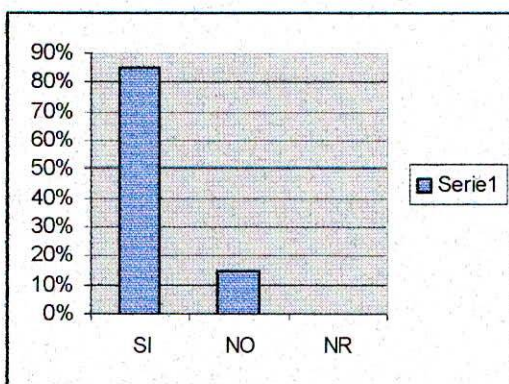


4. Salud Oral

A. ¿Cree usted que los dientes de leche son poco importantes porque se van a caer?



B. ¿Es perjudicial para el niño dormir con el tetero en boca?



CONCLUSIONES

- Se motivo a las madres para que ellas brindaran a sus hijos estimulación temprana, logrando con ello un mejor desarrollo psicomotor para el bebé y un mayor vinculo afectivo entre los dos.
- Para llevar a cabo una buena técnica de lactancia materna se corrigieron defectos en la práctica compartiendo experiencias y aclarando dudas con el grupo de madres.
- Se motivo a las madres para brindar una alimentación adecuada para ella y su bebé con el fin de mejorar su calidad de vida, teniendo en cuenta su entorno.
- Durante la conferencia de Crecimiento y Desarrollo se transmitieron bases para el control en casa de peso y talla de los bebés que anteriormente era de manejo exclusivo del médico.
- Por medio de los talleres de salud oral se transmitieron conocimientos se corrigieron errores en la técnica de higiene oral y se logró una actitud positiva.
- Mediante las encuestas se logró afirmar conocimientos y una actitud positiva, que quizás en la práctica no se llevan a cabo.
- Los programas de prevención y promoción son prioridad para el futuro de la niñez colombiana, pero se debe aumentar su potencia educando al padre y la familia, teniendo en cuenta el entorno en el cual se desarrolla.

RECOMENDACIONES

Los autores del artículo científico recomiendan llevar a cabo dicho estudio en todas y en cada una de las localidades de Santa Fé de Bogotá, teniendo en cuenta el entorno que ellas manejan.

BIBLIOGRAFÍA

- **ACUMP** Virginia "Plan de cuidado del recién nacido Edición 1 Colombia 1998 Pag 13 – 23
- **ARIAS** "Cirugía y el dolor en nuestro medio hospitalario Tesis doctoral Vol 9 Pag 18 – 40.
- **BOLERO** David, Fundamentos de Medicina, Tercera Edición. Medellín Colombia 1995.
- **BOLIN** Dutch, La Magia de la Sonrisa, Selector y Avelar Editores. México, 1998.
- **BRUNNER** Emerson. Enfermería Médico-quirúrgica. Segunda Edición Editorial Interamericana. México 197.
- **CUBILLOS DE DONOSO** Lola. Seminario de Lactancia Materna. Bogotá 1987.
- **ENGLAND** Marjorie A. Gran Atlas de la vida antes de nacer 1998. Pag 16 – 63. 1998
- **GAY**, José. Maternidad y Puericultura. Editores Voluntad 1, Colombia 1999.
- **GONZABE** J. Métodos Físicos en Higiene Oral. Universidad Odontológica, Volumen 4. 1998.
- **GISPERT** Carlos. Enciclopedia de la Enfermería. Océano Volumen 4. 1999.

- **GUARDERAS** Carlos El examen médico texto de enseñanza Ecuador 1983 Pag 405 - 409
- **IATROS** Ediciones Odontología su fundamento biológico 1993 Pag 421 – 439.
- **INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR** "Lactancia Materna" 1997. Pag 25 – 35
- **ISS.** Gestación 1998 Pag 30 – 35.
- **JIMENEZ DIAZ** C. "Tratado de la práctica Médica Tomo 1 Segunda Parte Pag 421 – 444 Madrid 1998.
- **MARTINEZ** P. Gloria Nutricionista Dietista Universidad Nacional de Colombia Secretaria Distrital de Salud Pag 97 – 115.
- **MC DONALD** Ralph E. D.D.S, M.S. 11 D Odontología pediátrica y del adolescente Sexta Edición 1995 Pag 320 – 345.
- **NAVARRO** Joaquín. Plan de Actividades de Enfermería. Volumen 1 Editorial voluntad. Colombia 1997.
- **PAXDON** P. Medicina y Salud Colombiana 1996 Pag 45 – 52.
- **PUERTA** Gerardo Universidad Medica Abril junio 1993.
- **RONAN** O' Rahilly, M.D. Anatomía de Gardner 1986 Pag 417 – 430.
- **SADLER** T.W. Embriología Medica de Lagman P.H.D. 1996 Pag 292 – 324.
- **STOPPAR**, Embarazo y nacimiento, Colombia 1996 Pag 10 – 17.
- **STOPPAR**, Mirrian Embarazo y Nacimiento de Edición Segunda 1996 Pag 128 – 145.

Sandra Carolina Prada Sanchez
Cra 69 a # 8 – 40
Tel: 2 61 08 20 .

Alexander Mauricio Díaz Solano
Tranv 84 # 42 B – 27
Tel 2 73 50 37

Juan Carlos González Monroy
Calle 55 # 78 – 74 Apto. 505
Tel: 4 29 69 08.

Carol Fernandez Muñoz
Tran 33 # 47 B – 18
Tel: 2 70 15 05.

Biviana Andrea Cardenas
Tranv. 72 A # 10 B – 40
Tel: 4 11 37 29 / 5 71 42 03

Sandra Patricia Murcia Castillo
Carrera 112 B # 73 A – 31
Tel: 2 29 35 54

Nuvia Amparo Poveda González
Carera 44 # 65 – 62
Tel: 6 30 98 51