

Módulo III

**CURSO: FORTALECIMIENTO EN
COMPETENCIAS DE LACTANCIA
MATERNA PARA EQUIPOS CLÍNICOS**

**CONSEJERIA EN LACTANCIA
Y HABILIDADES
COMUNICACIONALES**

Matrona Claudia Gómez M.



Índice

ÍNDICE.....	2
1.- ¿QUÉ ES LA CONSEJERIA EN LACATNCIA MATERNA?	3
2. AUTONOMÍA Y CONFIANZA DE LA MADRE	4
3. HABILIDADES COMUNICACIONES Y EMPATÍA EN LA CONSEJERÍA	5
4. ROL DEL PROFESIONAL DE SALUD	6
BIBLIOGRAFIA.....	7

Introducción

La lactancia materna es un acto biológico, emocional, cultural y profundamente humano, cuya práctica debe estar protegida, promovida y apoyada por los equipos de salud. La evidencia científica demuestra ampliamente los beneficios de la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses y su continuación junto a otros alimentos hasta los dos años o más. Sin embargo, las tasas de inicio y duración de la lactancia siguen viéndose afectadas por múltiples barreras, entre ellas la falta de apoyo adecuado por parte del personal de salud.

En este contexto, la consejería en lactancia materna se presenta como una herramienta clave. Se trata de una estrategia basada en la comunicación efectiva, el respeto por la autonomía de la madre y la promoción de su confianza y capacidades. Para que esta consejería sea efectiva, es indispensable el desarrollo de habilidades comunicacionales empáticas que sitúen a la madre como protagonista de su proceso de lactancia.

Este documento tiene como propósito entregar herramientas conceptuales y prácticas a profesionales de la salud para fortalecer su rol como facilitadores de la lactancia, desde una perspectiva respetuosa, basada en la evidencia y centrada en la madre.

1. ¿QUÉ ES LA CONSEJERÍA EN LACTANCIA MATERNA?

La consejería es un proceso de comunicación que permite brindar apoyo emocional, contención, información adecuada y acompañamiento a las madres y sus familias en relación con la lactancia. A diferencia de una charla o una instrucción técnica, la consejería se basa en escuchar, comprender y apoyar desde las necesidades y experiencias de cada madre.

Principios de la consejería en lactancia:

- Centrada en la madre: Respeta sus tiempos, emociones, decisiones y contexto.
- Empática: Se conecta con las vivencias de la madre sin emitir juicios.
- Colaborativa: Promueve una relación horizontal entre profesional y madre.
- Basada en evidencias: Brinda información veraz y actualizada.
- Promotora de la autonomía: Fortalece la capacidad de la madre para tomar decisiones informadas.

Estrategias de consejería breves centradas en la madre

En los servicios de salud, muchas veces el tiempo disponible es limitado. Por ello, es fundamental desarrollar estrategias breves y efectivas de consejería que permitan apoyar a la madre en espacios breves de atención, como un control de niño sano, una visita domiciliaria o una atención postparto.

Características de la consejería breve centrada en la madre:

- Se realiza en pocos minutos (5 a 15).
- Parte desde la escucha activa: ¿qué necesita expresar la madre?
- Identifica preocupaciones o barreras específicas que vive la madre.
- Refuerza capacidades existentes.
- Entrega información clara, respetuosa y a solicitud de la madre.
- Finaliza con un acuerdo colaborativo o sugerencia práctica.

Técnicas útiles:

a) Modelo de los 3 pasos (OMS):

1. Escuchar activamente
2. Reconocer y relacionar con la experiencia de la madre
3. Dar apoyo/información relevante si la madre lo desea

b) Técnica EAAA:

- Explorar lo que la madre siente o necesita.
- Afirmar sus capacidades y logros.
- Acompañar con escucha e información clara.
- Acordar próximos pasos según sus decisiones.

2. AUTONOMÍA Y CONFIANZA DE LA MADRE

La lactancia materna no es solo un proceso fisiológico, sino también una experiencia íntima en la que la madre se conecta con su bebé, su cuerpo y sus emociones. Para que la lactancia pueda desarrollarse de manera satisfactoria, es esencial que la madre se sienta segura, competente y respetada en su rol.

¿Qué entendemos por autonomía?

La autonomía implica que la madre tenga la capacidad y libertad de decidir sobre su lactancia con base en sus valores, creencias y conocimientos. Esto significa que el equipo de salud debe evitar actitudes paternalistas, coercitivas o culpabilizadoras.

Promover la autonomía implica:

- Entregar información clara y honesta.
- Validar sus emociones, dudas o decisiones.
- Evitar frases como: 'Tienes que dar pecho', 'Si no lo haces, tu hijo se va a enfermar'.
- Acompañar incluso cuando la decisión de la madre no coincide con la idealización de la lactancia.

¿Cómo se fortalece la confianza?

- Valorando sus esfuerzos: 'Estás haciendo un gran trabajo'.
- Enfatizando lo que ya hace bien.
- Reconociendo las dificultades sin juzgar.
- Mostrándole que no está sola y que puede pedir apoyo cuando lo necesite.

3.HABILIDADES COMUNICACIONALES Y EMPATÍA EN LA CONSEJERÍA

La manera en que el profesional se comunica puede facilitar o entorpecer el proceso de lactancia. La comunicación efectiva no es innata: es una habilidad que se aprende, se practica y se mejora continuamente.

Escucha activa:

- Contacto visual (si es culturalmente apropiado).
- Postura corporal abierta.
- Evitar interrumpir.
- Reflejar lo escuchado: 'Entonces, lo que entiendo es que...'

Validación emocional:

- Evitar frases como: 'Eso no es para tanto'.
- Preferir: 'Entiendo que te sientas así'.

Comunicación verbal y no verbal:

- Usar palabras sencillas, cálidas y comprensibles.
- Evitar tecnicismos innecesarios.
- Adaptar el lenguaje a la cultura y nivel educativo de la madre.

Empatía:

- Frases empáticas: 'Debe haber sido muy difícil para ti vivir esa experiencia'.
- 'Estoy aquí para apoyarte, dime cómo te sientes'.

4. ROL DEL PROFESIONAL DE SALUD

El equipo de salud tiene un rol fundamental en el éxito de la lactancia. Más allá de tener conocimientos técnicos, debe crear un clima de confianza y respeto que permita a la madre expresar sus necesidades y sentirse apoyada.

Un buen consejero en lactancia:

- No impone: acompaña.
- No culpa: empodera.
- No habla desde la autoridad: escucha desde la humanidad.

Conclusión

La consejería en lactancia materna centrada en la madre, basada en la comunicación empática, validación emocional y promoción de la autonomía, constituye una estrategia esencial para mejorar la experiencia de lactancia. Para que sea efectiva, requiere de profesionales comprometidos con el respeto, la escucha activa y la formación continua.

Cada interacción con una madre es una oportunidad para crear confianza, entregar herramientas y apoyar un vínculo fundamental entre ella y su hijo. Desde la consulta más breve hasta el acompañamiento más profundo, lo que marca la diferencia no es solo el conocimiento técnico, sino la calidad humana del vínculo terapéutico que se establece.

Referencias bibliográficas

- Organización Mundial de la Salud. (2003). Consejería sobre lactancia materna: un curso de capacitación. OMS.
- UNICEF & Ministerio de Salud de Chile. (2020). Manual de Apoyo a la Lactancia Materna.
- Ministerio de Salud de Chile. (2018). Estrategia Nacional de Lactancia Materna 2018–2025.
- Brown, A. (2021). Why Breastfeeding Grief and Trauma Matter. Pinter & Martin Ltd.
- Pérez-Escamilla R., Martínez J. L., Segura-Pérez S. (2016). Impact of the Baby-friendly Hospital Initiative on breastfeeding and child health outcomes.



Reservados todos los derechos de VASPER CAPACITA. No se permite copiar, reproducir, reeditar, descargar, publicar, emitir, difundir, de forma total o parcial la presente obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito del autor. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.