



bimuu

BIENESTAR Y COMODIDAD EN LA LACTANCIA

Sistema textil integral para las mujeres lactantes con mastitis.

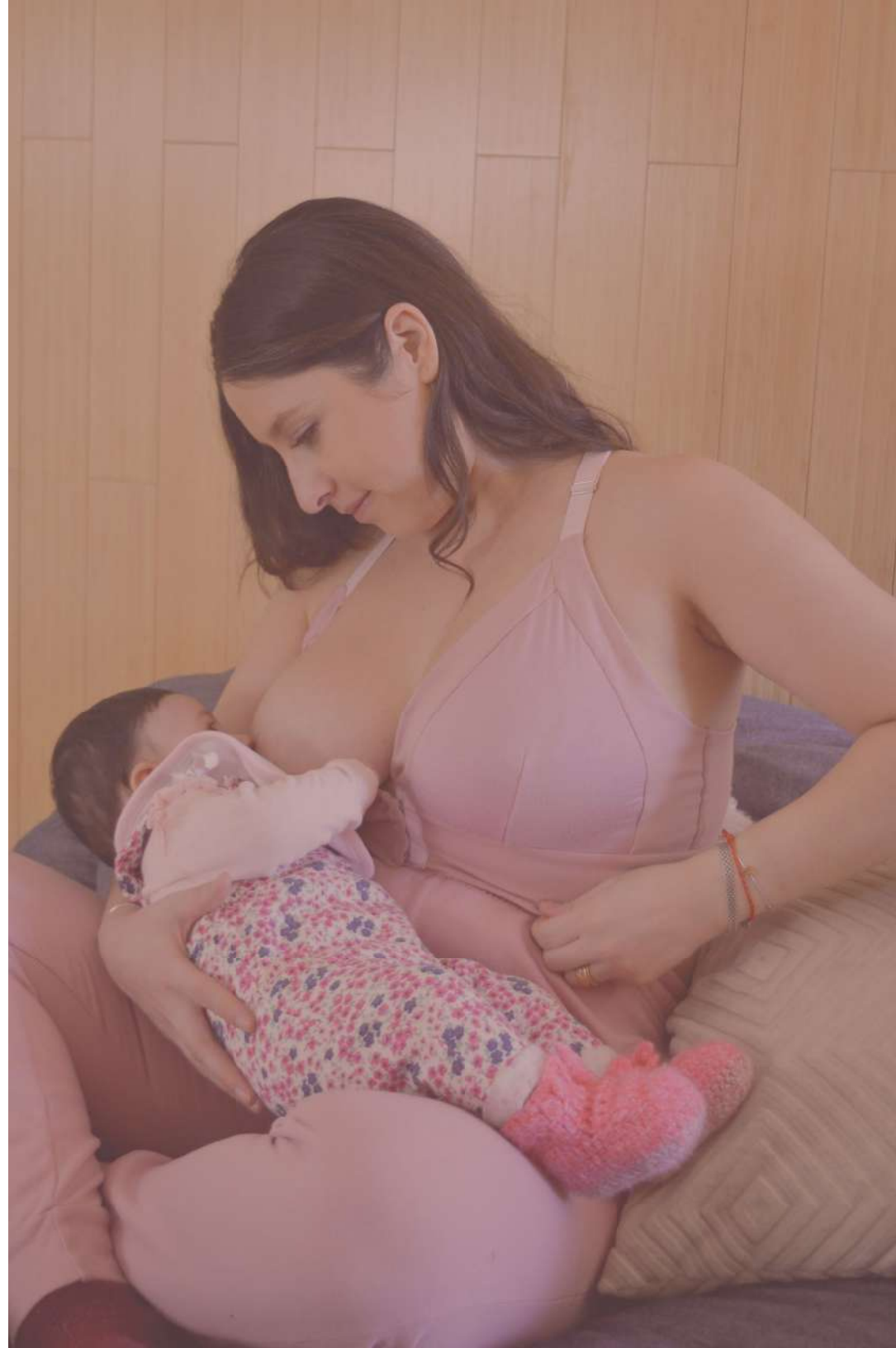
*Estudiante: Antonella Vila.
Profesora Guía: Camila Ríos Erazo.*

Tesis presentada a la escuela de diseño de la pontificia universidad católica de Chile para optar al título profesional de Diseñadora.

Julio 2022 - Santiago de Chile.

DISEÑO | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño

*“Favoreciendo la **salud**,
calidad de vida y actividad
de la **mujer lactante**”.*



Agradecimientos

Quiero agradecer a todas las mujeres que formaron parte de este proyecto; por contarme su experiencia personal y contribuir constantemente en cada una de las etapas para su desarrollo.

También quiero dar las gracias a mi familia y amigos que estuvieron acompañándome, escuchándome y aconsejándome en este periodo. Principalmente, a mi mamá y a la usuaria Constanza Mussre, quienes fueron de gran ayuda para que este proyecto fuera posible.

Finalmente, gracias Cami por ser mi profesora de título, por guiarme y aconsejarme de la mejor manera a lo largo de este tiempo. Fue un gusto tenerte de guía en este proceso tan importante.

Motivación:

El presente proyecto nace a partir de la inquietud generada por conocer en profundidad la realidad acerca de la maternidad. Personalmente, me llama mucho la atención la misión que tenemos como mujer al enfrentarnos al rol de madre, presentamos cambios físicos, psicológicos y conductuales significativos en nuestra vida que nos lleva a la necesidad de adaptarnos a este nuevo rol.

A lo largo de mi formación como estudiante de diseño, el textil ha sido mi principal área de interés y desarrollo en los últimos años de la carrera. Junto a la búsqueda constante de contribuir a partir de este al bienestar y calidad de vida de las personas, con el fin de generar un

cambio positivo en ellas. Es por esto, que para desarrollar mi proyecto decidí enlazar ambos polos de interés.

En este sentido, comencé a indagar más acerca de la maternidad. Al conversar con las mujeres acerca de su experiencia tanto en el periodo de gestación como en el periodo post parto, fue posible comprender la vital importancia que tiene la lactancia como tal y sus posibles consecuencias a lo largo de su desarrollo, desprendiendo finalmente una problemática recurrente presente durante este periodo, "la mastitis".

Dicha afección conlleva consecuencias físicas y psicológicas negativas en la vida de la

mujer que son poco visibles y reconocidas en la sociedad.

De este modo, buscó a partir de mi proyecto poder aportar a esta problemática común presente en las mujeres lactantes considerando sus necesidades y anhelos al estar expuestas en esta situación.

Tabla de contenidos:

01. Introducción al proyecto	0.2 - 0.6 Marco conceptual	07. Levantamiento de información	08. Planteamiento del problema
1.0 Abstract (10)	2.0 Lactancia materna	7.0 Entrevistas y actividades (46-50)	8.0 Planteamiento del problema (52-56)
1.1 Formulación del proyecto (11)	- Beneficios (16)		
	- Motivos de abandono (17-18)		
	- Posibles afecciones (19)		
	- Posiciones para amamantar (20)		
	- Protección de la lactancia en Chile (21)		
	3.0 Mastitis		0.9 Formulación del proyecto
	- ¿Qué es? (22-25)		9.1 Oportunidad de diseño (58)
	- Causas, síntomas y tratamiento (26-28)		9.2 Patrón de valor (59)
	- Tipos de mastitis (29)		9.3 Formulación del proyecto (60-61)
	- Falta de información (30)		9.4 Usuario (62)
	4.0 Mamas		9.5 Contexto de implementación (63)
	- Anatomía (32-34)		9.6 Antecedentes (64-65)
	- Cambios durante la lactancia (34)		9.7 Referentes (66)
	5.0 Sostén		9.8 Metodología del proyecto (67-71)
	- Bienestar por medio del sostén (35-37)		
	- Historia del sostén (38-41)		
	- Partes del sostén (42)		
	6.0 Rol madre		
	- Mujeres más que madres (43-44)		

10. Desarrollo del proyecto

- 10.1 Elección de telas (73-75)
- 10.2 Elección de insumos (76)
- 10.3 Requerimientos del diseño (77)
- 10.4 Experimentación de materiales (79-82)
- 10.5 Proceso de testeos (83-95)

11. Resultado final

- 11.0 Fotografías (97-115)
- 11.1 Tallaje del sostén (116)

12. Diseño de identidad

- 12.0 Desarrollo gráfico (117-124)
 - Packaging
 - Etiquetas
 - Instagram
 - Pagina web

13. Plan de implementación

- 13.0 Modelo Foda (126)
- 13.1 Modelo canvas (127)
- 13.2 Estructura de costos (128)
- 13.3 Financiamiento (129)
- 13.4 Proyecciones (130)
- 13.5 Impacto (131-132)
- 13.6 Conclusión (133-134)
- 13.7 Comentarios finales (135)

14. Anexos y referencias bibliográficas

- Anexos y referencias bibliográficas (136-148)

01.

Introducción
del proyecto

“El reto de la **mastitis** en las **madres lactantes. Dolor, malestar e incomodidad en los pechos** durante la lactancia”.

1.0 Abstract

Palabras claves: lactancia materna ,mastitis, textil, sostén, rol madre, rol mujer, bienestar, calidad de vida, comodidad.

La lactancia materna es la mejor fuente de alimentación que se puede proporcionar a los niños para asegurar un crecimiento y desarrollo saludable, por lo que mantenerla de manera exclusiva los seis primeros meses de vida es fundamental.

Comúnmente, se ha visualizado e idealizado la lactancia como un acto íntimo y placentero entre la madre y el hijo, lleno de paz, satisfacción y felicidad. Sin embargo, las madres primerizas y la sociedad no son conscientes acerca de las posibles afecciones que este acto conlleva.

Dentro de las eventuales complejidades presentes a lo largo del proceso de lactancia, se encuentra la mastitis. Inflamación en las glándulas mamarias que genera malestar, dolor e incomodidad en los pechos de la mujer.

Al analizar dicha inflamación en las mujeres lactantes y considerando el rol madre que deben cumplir tras la etapa de post parto, donde deben responder a las demandas del recién nacido y el deseo personal de cumplir con sus funciones. Se puede observar que las repercusiones físicas descritas por la mastitis alteran el

desarrollo eficiente de las necesidades propias de la mujer, afectando directamente su calidad de vida e identidad propia.

En virtud de lo anterior, es posible desprender que el sostén de lactancia juega un rol fundamental en este contexto, dado que es la prenda que está en contacto directo con las zonas críticas y principal medio de interacción con los productos que utilizan a lo largo del proceso.

No obstante, a partir de la observación fue posible evidenciar que este soporte textil no responde eficientemente a las necesidades físicas y conductuales que requieren al tener mastitis. Las incómoda y mantiene inactivas, estado en el cual no quieren y pueden pertenecer.

Frente a esto, nace la necesidad de explorar y analizar en profundidad los sostenes que utiliza una madre lactante al presentar dicha afección, con el fin de contribuir su bienestar y calidad de vida, sin verse limitadas a su rol de madre y mujer.

Es por esto, que se busca a través del diseño plantear una solución que responda a las necesidades reales de una mujer lactante al estar expuesta a esta situación.

Bimuu tiene por objetivo visibilizar esta problemática real de la mujer en etapa de post parto. Busca que las madres lactantes que presentan mastitis o tengan la posibilidad de tener, se puedan sentir cómodas y aliviadas, sin alterar su calidad de vida.

La marca busca ofrecer un kit diseñado especialmente para las mujeres durante este periodo, que considere los cambios físicos, conductuales y emocionales al verse expuesta en esta situación

El kit está compuesto por un sostén suave, flexible y fácil de amamantar, hecho a partir de diversos tejidos tecnológicos, que entrega las propiedades antibacterianas e hipoalergénicas que requiere una mujer al estar expuesta a esta afección. Junto a los elementos básicos que utilizan, los cuales están diseñados exclusivamente para aliviar la congestión y molestias durante la lactancia.

De este modo, se busca resaltar la importancia del bienestar y comodidad de la mujer durante el periodo de post parto a partir de sus diseños sencillos.

1.1 Formulación del proyecto

QUÉ

Sistema textil que responda de manera integral las necesidades y cambios físicos de las mujeres con mastitis, sin limitarlas a sus actividades diarias y rol de mujer-madre.

POR QUÉ

La mastitis es un problema recurrente presente en mujeres lactantes, provoca dolor, malestar e incomodidad en las mamas, restringiendo su vida cotidiana y alejándose del proceso de lactancia.

PARA QUÉ

Promover la lactancia materna, favorecer el bienestar y mejorar la calidad de vida de las mujeres con mastitis.

02. Marco conceptual

El proyecto se sustenta en 3 grandes temáticas, en primera instancia, la importancia del desarrollo de la lactancia materna, entendida como la mejor fuente de alimentación para el crecimiento del lactante. En segundo lugar, la posible presencia de mastitis durante el periodo de lactancia, considerando sus consecuencias físicas y conductuales en la madre. Y en tercer lugar, el rol que cumple el sostén como sostenedor y primer contacto directo con el cuerpo en los contextos mencionados.

2.0. Lactancia Materna

“Una necesidad biológica, tan importante como comer o respirar” (Minsal, 2010).



*Imagen 1. Lactancia materna
Recuperado de <https://unsplash.com/es/fotos/eWeLO3KR6fo>*

2.0 Lactancia materna

La Organización Mundial de la Salud, define la lactancia natural como la mejor forma de proporcionar el alimento ideal para el crecimiento y el desarrollo sanos de los lactantes, comienza en el momento en que nace el bebé y se prolonga, según la recomendación de la OMS, hasta al menos los dos años de vida del niño (OMS, 2019).

Esta fuente de alimento primario aporta todos los nutrientes, anticuerpos, hormonas, factores inmunitarios y antioxidantes que necesita un niño para sobrevivir. No amamantar, y no alimentarlo exclusivamente con leche materna durante los primeros seis meses de vida, es un importante factor de riesgo relacionado con la morbilidad y la mortalidad infantil (Jimenez, 2011).

De este modo, expertos y el Ministerio de Salud (2010) describen este acto como “una necesidad biológica, tan importante como comer o respirar” (párr.1), siendo un elemento esencial para que su cerebro pueda desarrollarse en todo su potencial (Chile Crece Contigo, 2019).

Por otro lado, “proporciona beneficios emocionales y psicológicos tanto al bebé como a la madre, y ayuda a las familias a evitar gastos adicionales en fórmulas, biberones y, al propiciar la mejor salud del bebé, reduce también los gastos en consultas médicas y medicamentos” (UNICEF, 2015).

“La lactancia materna es una de las intervenciones más costo efectivas en salud pública, esto indica que como país deberíamos fomentar y potenciar esta práctica para que sea entendida como la forma natural e ideal de alimentar a los niños y niñas que nacen diariamente” (Strain et al., 2017).

Producto de esto, la Organización Mundial de la Salud (2020) menciona que “Invertir en la lactancia materna puede salvar vidas infantiles y mejorar la salud, el desarrollo social y económico de individuos y naciones”(p.2). Por lo tanto, es de vital importancia crear un entorno propicio para el desarrollo eficiente y prolongado de esta práctica (OMS, 2020).

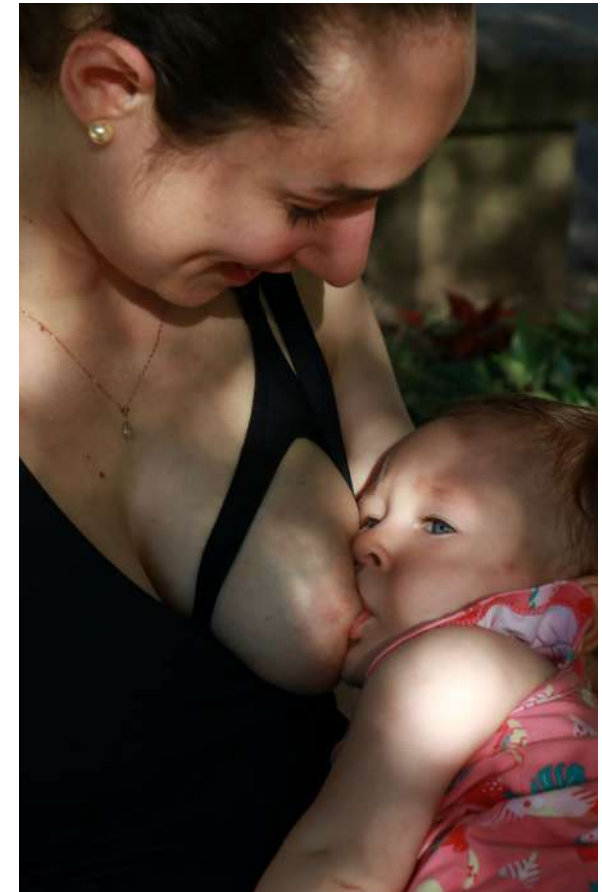


Imagen 2. Lactancia materna
Recuperado de <https://unsplash.com/es/s/fotos/lactancia-materna>

2.1 Beneficios de la lactancia materna

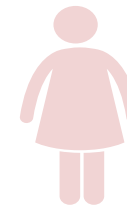
Bajo la necesidad de potenciar la lactancia materna, se desarrolló una amplia investigación acerca de los múltiples beneficios que presenta, considerando aquellos agentes relevantes que forman parte de esta. Se clasificó según el beneficio que entrega la lactancia a cada uno de ellos; niño, madre, madre-hijo y familia-sociedad.

Lactante



- **Aporta nutrientes** necesarios
- **Disminuye** el riesgo de **enfermedades**
- **Aporta anticuerpos** necesarios
- **Disminuye** el riesgo de **desnutrición**
- **Disminuye** el riesgo de **muerte súbita**
- **Aporta al desarrollo intelectual y emocional** del niño
- **Disminuye** los **cólicos** del bebé
- **Favorece** la **hidratación**
- **Protege** contra **caries dental** en menores de 1 año
- **Crea un vínculo afectivo** con la madre

Madre



- **Disminuye** la probabilidad de presentar **diabetes, cáncer de mama y cáncer de ovarios**
- **Facilita** la **recuperación post parto**
- **Ayuda** a la **rápida recuperación** de peso pre gestacional
- **Previene** la **depresión post parto e hipertensión.**
- **Disminuye** el **riesgo de sangrado** en el **post parto**

2.1 Beneficios de la lactancia materna

Madre e hijo



- Desarrollo de apego físico-contacto piel con piel entre la madre y el hijo
- Genera un vínculo emocional, de amor y seguridad entre ambos individuos

Familia y sociedad



- Favorece el ahorro de la familia al no tener que gastar en fórmulas lácteas
- Disminuye los gastos médicos ya que presentan menor probabilidad de padecer enfermedades
- Practicidad
- Higiene
- Mayor desarrollo nacional
- Mayor productividad social

Esquema 1. Elaboración propia de beneficios de la lactancia materna (Beneficios de lactancia materna, Gobierno del encuentro, s.f).

“El **90 %** de las embarazadas **desea amamantar** a sus bebés, pero a los seis meses solo el **30 % lo sigue haciendo**” (EduLacta, 2019).

2.2 Motivos de abandono

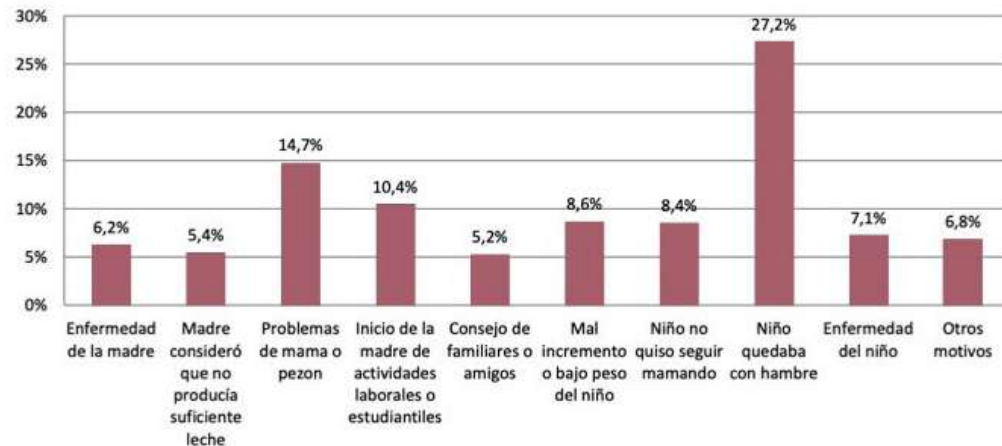
Los beneficios mencionados son los alcanzados en una lactancia materna directa exitosa. Sin embargo, muchos de estos no se llevan a cabo eficientemente.

Si bien es habitual que la lactancia se considere como algo satisfactorio y sencillo, la realidad es que muchas madres se ven expuestas a diversas complicaciones que las llevan a la frustración y abandono precoz de esta práctica (Carrera, et.al., 2012).

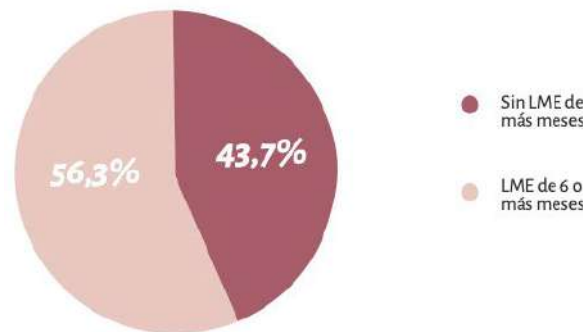
El Ministerio de Salud menciona que dentro de los principales motivos de abandono de la lactancia, se encuentra que el niño queda con hambre y que la madre presentaba problemas de mama o pezón (2013).

Según lo descrito por Bonilla (2019) dentro del periodo de lactancia “la mastalgia y sensibilidad en los pezones son quejas comunes que se dan hasta en el 73.7% de las mujeres durante este periodo” (p.1). En el cual, la mayoría experimentan algún grado de congestión mamaria.

Motivo de Cese de Lactancia Exclusiva Antes de los 6 Meses



Esquema 2. Motivo de Cese de la lactancia materna
Informe técnico encuesta nacional de lactancia materna
en la atención primaria, Minsal, 2013.



En este sentido, dentro los posibles problemas en la mama que suele presentar las mujeres durante el periodo de lactancia, se encuentra la mastitis, descrita por Bonilla (2019) como “un problema de salud importante en el post parto presente en un 2% a un 33% de las mujeres que amamantan” (p.1). Tema que se abordará a continuación en el capítulo 3.

2.3 Posibles afecciones en la lactancia

Bajo el marco mencionado, muchas mujeres que inicialmente se plantean una lactancia prolongada con sus hijos, terminan destetando precozmente debido a la aparición de diversas dificultades en la práctica, que generan molestias, dolor, e infecciones en la zona de los pechos.

A continuación se darán a conocer a partir de las imágenes las posibles complicaciones presentes durante la lactancia.



Eczema



Perla de leche



Mastitis



Congestión



Perlas de leche



Sobreinfección

Imagen 3. Alteraciones en los pechos durante la lactancia
Recuperado de <https://www.google.com/>

2.4 Posiciones para amamantar

Tomando en cuenta las afecciones mencionadas y evitar su aparición, es sumamente importante mantener una buena técnica a la hora de amamantar. Tal como menciona el Dr. José Martín Morales (2012) “una posición adecuada del bebé al pecho y un agarre correcto facilitan una lactancia exitosa y una transferencia de leche de manera eficaz”.

Renfrew (1989) declara que la alimentación del bebe puede no ser exitosa si el pecho de la madre y el cuerpo del bebé se encuentran en un ángulo inadecuado.

Se busca:

- Acceso del bebé al pecho.
- Estabilidad corporal del bebé.
- Libertad de movimientos del bebé.
- Comodidad de la madre.



Posición caballito



Posición invertida



Posición biológica



Posición acostada



Posición de cuna



Posición canasto

Imagen 4. Posiciones durante la lactancia
Recuperado de <https://www.google.com/>

2.5 Protección de la lactancia en Chile

La importancia de potenciar la lactancia materna no se aleja de la realidad y propósito de nuestro país.

En Chile durante los últimos 30 años, la prevalencia de esta práctica hasta el sexto mes del recién nacido, ha aumentado en más de un 40% y en los últimos 10 años en más de un 10%, siendo actualmente un 57%, posicionándonos como uno del país con indicadores destacados a nivel internacional. *La Estrategia Nacional de Salud establece como meta al 2021 alcanzar el 60% de LME al sexto mes.* (MINSAL, 2010).

En este sentido, el desarrollo de la lactancia materna es un factor sumamente relevante en la Salud Pública, por lo tanto cualquier práctica aplicada en esta, cumple un rol fundamental.

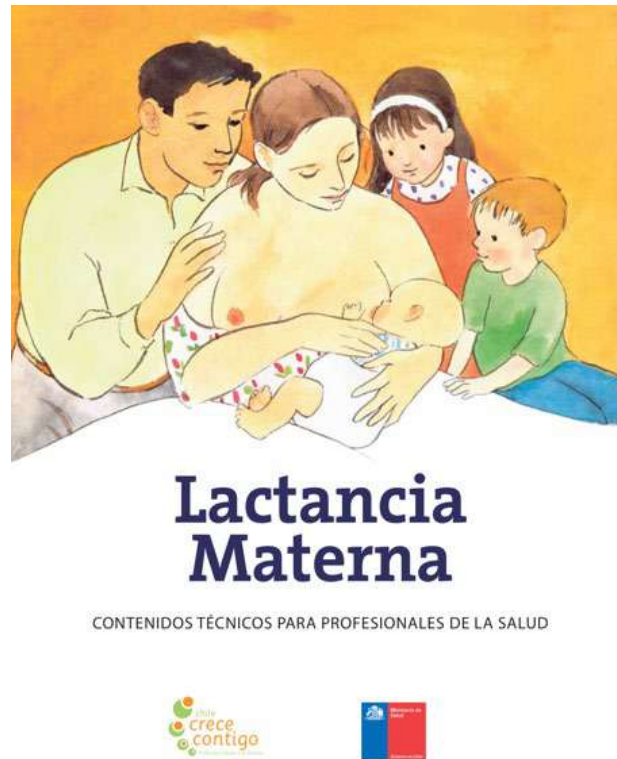


Imagen 5. Manual de lactancia materna, Minsal, 2010

0.3 Mastitis

“La mastitis es una enfermedad inflamatoria de la mama recurrente en las mujeres que amaman, sin embargo es poco reconocida actualmente” (Rojas, 2022).



*Imagen 5. Mastitis
Recuperado de <https://unsplash.com/es/fotos/eWeLO3KR6fo>*

3.0 Mastitis

Mastitis una afección común

Dentro de las posibles complejidades presentes a lo largo del proceso de lactancia, la mastitis, es la principal causa médica y primer motivo de abandono prematuro e indeseado de esta práctica (Espínola et al., 2016).

Actualmente, la mastitis se ha definido como una **inflamación en el transcurso de la lactancia de uno o varios lóbulos de la glándula mamaria, acompañada o no de infección** (Paricio, 2017).

Suele ser unilateral aunque se han descrito entre un 3% y un 12% de afecciones bilaterales” (Paricio, 2017). Asimismo, es posible la afección en otras zonas como las areolas mamarias o pezones (Cubo,2021).

Según estudios realizados se estima que una de cada tres madres que apuesta por la lactancia materna y demanda, sufre mastitis (Sierra,2021).

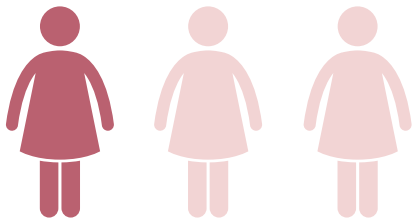
Tal como menciona la Dra Rojas (2022) especialista en maternidad “La mastitis está muy poco reconocida y es bastante común en las mujeres que amamantan”.

Habitualmente se presenta en la etapa de puerperio, es decir en el periodo que sigue inmediatamente al parto, siendo las primeras 12 semanas el período de más recurrencia. No obstante puede ocurrir en cualquier momento de la lactancia, incluso en el segundo año (Vayas y Carreras, 2012). Adicionalmente, según expertos la incidencia comúnmente se presenta en mujeres entre 21 y 35 años (Bonilla,2019).



Imagen 6. Mastitis puerperal
Recuperado <https://www.google.com/>

“El 33% de las mujeres que amamantan sufre esta dolencia” (Sierra, 2021).



3.0 Mastitis



Mama normal



Mama con mastitis

*Conducto
mamario*

*Inflamación
de la glándula*



El conducto de la glándula mamaria obstruido varía según cada caso y mujer.

3.1 Causas de la mastitis

Los staphylococcus son las bacterias causantes de hasta el 75% de las mastitis infecciosas (Vallas y Carreras, 2012).



*Imagen 7. Mastitis puerperal
Recuperado <https://www.google.com/>*

Las principales causas de la mastitis son la **retención de leche** (acúmulo excesivo en las glándulas mamarias) y la **infección** (Paricio, 2017).

Es posible la presencia de la estasis láctea cuando la leche no se extrae del pecho eficazmente, suceso que suele ocurrir cuando los pechos de la madre se ingurgitan tras el post parto, o a lo largo de la lactancia cuando el hijo no extrae la totalidad de la leche de manera correcta (Espínola et al., 2016).

La Dra. Blanca Espínola (2016) afirma que “la leche presenta sustancias proinflamatorias como citocinas, factor inhibidor de macrófagos y elementos celulares activados que, si permanecen tiempo en contacto con el epitelio de la glándula mamaria, pueden desencadenar una respuesta inflamatoria que puede complicarse de sobre infección” (p.10). En esta última, el tratamiento inapropiado o inadecuado puede dar lugar a la interrupción innecesaria de la lactancia materna, el daño

del tejido mamario, la recurrencia y un costo considerable (Evans, 1995), aparte de las repercusiones que tiene también en la salud psíquica, física y emocional de la madre y del bebé.

Dentro de los síntomas comunes presentes en las madres lactantes al padecer dicha inflamación se encuentra dolor mamario y signos inflamatorios locales en la zona de los pechos (calor, dolor y enrojecimiento) asociando un cuadro sistémico de intensidad variable según el grado de la afección, similar al gripal (fiebre, escalofríos, malestar).

Conjuntamente expertos aseguran que hasta en el **80 % de los casos es posible evidenciar lesiones locales en el pezón (irritación, grietas) con intenso dolor** (Espínola, Costa, Díaz y Paricio, 2016).

CAUSAS

- **Obstrucción** de los conductos lácteos.
- **Infección** bacteriana en la mama.
- **Tomas poco frecuentes** o programadas de antemano.
- **Separación** entre tomas.
- **Agarre inadecuado**.
- **Presión** en el pecho.
- **Grietas**.

SINTOMAS

- **Sensibilidad** en las mamas.
- **Hinchazón** de las mamas.
- **Engrosamiento** del tejido mamario.
- **Dolor o sensación de ardor** de forma continua.
- **Enrojecimiento** de la piel.
- **Malestar** general.
- **Fiebre**.

TRATAMIENTO

- **Drenaje del pecho** a través de tomas constantes.
- **Apoyo emocional** para afrontar el dolor y la incomodidad.
- Usar **sujetador no apretado**.
- Aplicar **calor local** antes de las tomas para favorecer la salida de la leche retenida.
- Aplicar **frío** después de las tomas para reducir edema y dolor.
- Tratamiento con **antibióticos**.

Esquema 3. Elaboración propia causas, síntomas y tratamiento de la mastitis, 2022.

3.2 Tratamiento

Tomando en cuenta el tratamiento a seguir en este contexto, especialistas aseguran que **para disminuir la inflamación y llevar a cabo un tratamiento efectivo es fundamental la extracción frecuente y efectiva de la leche** (Vallas y Carreras, 2012). Es necesario la succión del niño de manera constante, con el propósito de favorecer la leche retenida y drenar lo más posible los pechos tras las tomas (Espínola et al., 2016).

Succión del bebé



Imagen 8. Succión del bebé
Recuperado <https://unsplash.com>

A veces, en el caso de existir infección que precise antibióticos, es necesario utilizar temporalmente sacaleches hasta que el problema se solucione.

Extracción manual



Imagen 9. Extracción de leche
Recuperado <https://www.google.com/>

Cabe mencionar que expertos aseguran a través de datos disponibles que la calidad nutricional y funcional de la leche de una mujer con mastitis es superior a la de la leche artificial. De este modo la información expuesta por Vallas y Carreras (2012) afirma que “el consumo de leche mastítica no conduce a una infección en el lactante, salvo los casos excepcionales de asociación mastitis estafilocócica-candidiasis oral o dermatitis en nalgas y genitales, que no implican gravedad”.

3.4 Tipos de Mastitis

- menor grado
- mayor grado



3. Subclínicas

- Ausencia de dolor.
- Zonas de induración.
- Disminución de secreción de leche.
- Raramente forman abscesos.



Imagen 10. Mastitis
Recuperado <https://www.google.com/>



2. Subagudas

- Dolor en el pecho.
- Resto similar a las subclínicas.



Imagen 11. Mastitis
Recuperado <https://www.google.com/>



1. Agudas

- Enrojecimiento y dolor.
- Aumento del tamaño del pecho.
- Zonas de induración.
- Disminución de las secreción de leche.
- Síntomas similares a la gripe: fiebre, dolor muscular, escalofríos.
- Presencia de abscesos.



Imagen 12. Mastitis
Recuperado <https://www.google.com/>

3.5 Falta de información

A pesar que la mastitis puerperal es la infección más frecuente en el puerperio, no hay uniformidad en los criterios diagnósticos ni terapéuticos, a la vez, la etiopatogenia no está bien definida.

Según Laia Aguilar, matrona, IBCLC y jefa de investigación de LactApp: “Es necesario investigar la mastitis para evitar que las mujeres sigan normalizando el dolor en la lactancia” (2021)

“Hay incrementar el conocimiento existente sobre una de las principales razones de abandono de la lactancia y evitar que las mujeres sigamos normalizando el dolor en esta experiencia fisiológica que es la lactancia” (Aguilar,2021).



Imagen 13. Laia Aguilar, especialista matrona
Recuperado de <https://elpais.com/>

04. Mamas

“La mama es definida como una estructura anatómica presente en todos los mamíferos, compuesta por la glándula mamaria, la cual tiene como principal función sintetizar, secretar y proporcionar leche al recién nacido” (Gueddes, 2012).



Imagen 14. Las mamas
Recuperado de <https://www.pexels.com/>

4.1 Anatomía de las mamas

Es fundamental comprender la anatomía de las mamas, sus cambios físicos a lo largo de la lactancia y consecuencias tras la mastitis para encontrar un sistema de contención que se adecue de forma global a cada una de las formas de mamas existentes y sus variaciones.

El máximo desarrollo de estas glándulas se produce durante el embarazo, y especialmente en el periodo de lactancia (Minsal,2010).

“La base de la mama se extiende desde la 2a hasta la 6a costilla y desde el borde externo del esternón hasta la línea axilar media. La parte superoexterna se extiende hacia la axila, denominándose prolongación axilar de la mama” (Puertas,2012,p.33).

Bajo este marco, es necesario comprender cómo se produce la leche materna y conocer cómo es el tejido glandular interno que compone la mama.

4.1 Anatomía de las mamas

Esquema 4. Elaboración propia de la morfología de la mama, 2022.

1. Areola

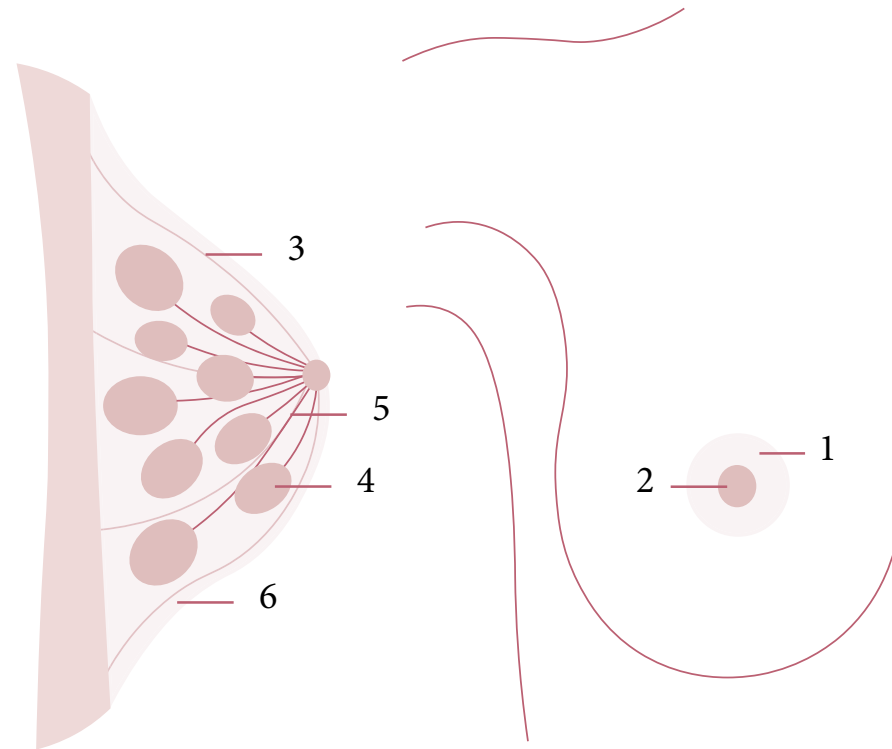
En la zona central del pecho de la mujer se encuentra la areola, forma circular de color oscuro que rodea el pezón. Están especialmente expuestas al roce y la irritación en el inicio de la lactancia materna (Médica capacitación, 2019).

2. Pezón

El pezón es una elevación cónica ubicada en el centro de cada areola, mide de 15 a 16 milímetros de diámetro, aumentando su tamaño en el embarazo y lactancia. Está conectado hacia el exterior para llevar a cabo la succión y secreción de leche durante el amamantamiento (Guiraldes, H. & San Martín, 1993).

3. Ligamentos de Cooper

Las mamas se sostienen mediante pequeños ligamentos que rodean los lóbulos y ductos de la glándula mamaria llamados ligamentos de Cooper. Se caracterizan por no presentar gran capacidad de elasticidad o resistencia, por lo que se debilitan fácilmente por el movimiento y el paso del tiempo, lo que provoca la caída de los senos (Scurr, 2016).



4-5. Lobulillos y conductos

Los lóbulos se dividen en lobulillos, zona donde se genera la leche materna, la cual posteriormente es transportada a través de los conductos galactóforos al pezón para la expulsión de leche. Corresponde a la zona afectada durante la mastitis.

6. Tejido adiposo

Tejido graso presente en los espacios entre los ligamentos, lóbulos y ductos. La cantidad de éste determinará el tamaño de las mamas, además de proteger y mantener en su lugar la mama.

4.2 Cambios durante la lactancia

Tamaño de los pechos

Durante la gestación y la lactancia, los **senos aumentan considerablemente de tamaño**, ya que las glándulas mamarias comienzan a prepararse para llevar a cabo su función, la producción de leche (nih, 2014)

Los pechos pueden llegar a aumentar hasta 800 gramos más y alrededor de 5 a 8 centímetros más de contorno, es decir las mujeres aumentan 1 o 2 tallas en comparación a la que tenían antes del embarazo". (Madremia,2019)

Por otro lado, es importante destacar que el tamaño de los pechos varía según los cambios en el volumen de leche antes y después de cada toma (Costantakos & Watkins, 1982).

Tensión en los pechos

Entre 2 y 15 días después del nacimiento, la leche aumenta y los **senos se vuelven más pesados, más llenos y más firmes** a medida que "llega" la leche madura (Goldberg, 2007; Livoti & Topp, 2009; Meek & Yu, 2011). Situación que se prolonga hasta al menos los primeros 3 meses tras el parto.

Sensibilidad en la mama

Así mismo, la **sensibilidad de los pezones** tiende a incrementarse en este proceso como resultado del constante roce con la boca del bebé.

Pérdida de leche

Debido al proceso de adaptación de la lactancia, los estímulos táctiles constantes en el pezón y emociones intensas de la mujer es posible la **presencia de fugas de leche**. Situación que suele ser más común los primeros días de amamantar, sin embargo pueden permanecer durante toda la lactancia.



Imagen 15. Cambios físicos en la lactancia
Recuperado de <https://www.pinterest.cl>

05. Sostén

“Los sostenes están concebidos como prendas de primera capa, que por lo general quedan ocultas por las prendas exteriores. En este sentido el que no se vean no debe llevar a desestimar su importancia como prenda de contención y protección” (Entwistle, 2002).

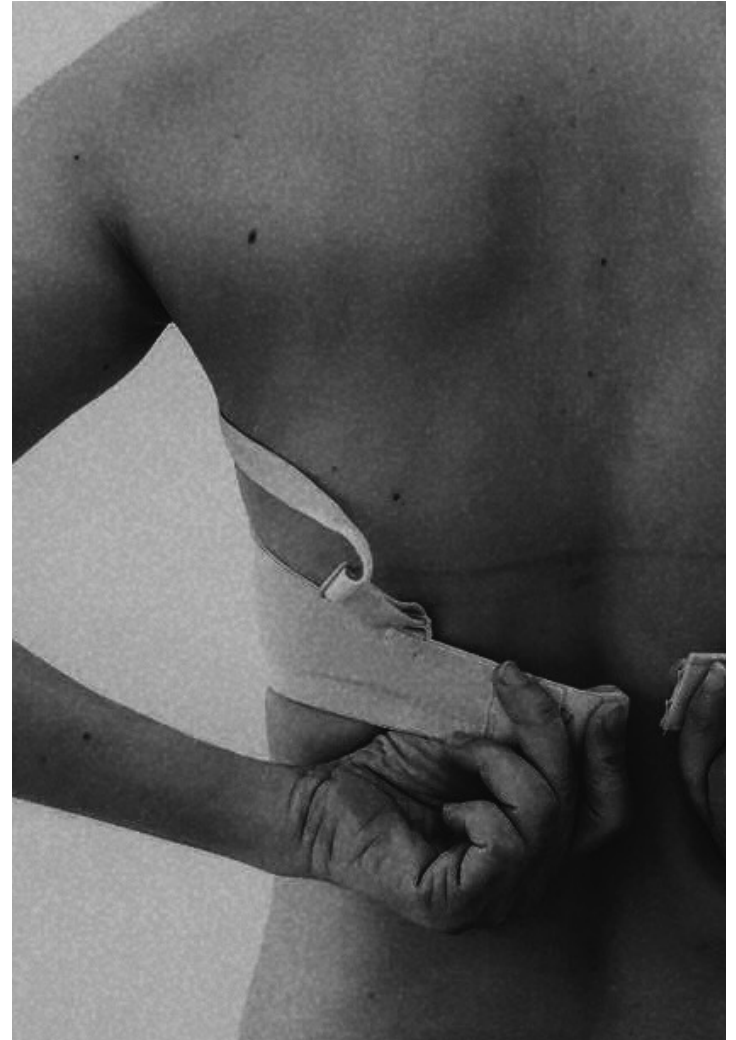


Imagen 16. El sostén
Recuperado de <https://www.pinterest.cl>

5.0 Sostén durante la lactancia

Bienestar por medio del sostén

Dentro de las necesidades básicas de la mujer, también se encuentra el vestir “La experiencia del vestir es un acto subjetivo de cuidar al propio cuerpo y hacer de él un objeto de consciencia” (Entwistle, 2002, p.47). Es considerado un acto íntimo y a la vez social, ya que se encuentra en constante tensión entre lo que se quiere decir, lo que se desea expresar y lo que se puede entender (Entwistle, 2002).

En este sentido y tomando en cuenta las consecuencias físicas mencionadas anteriormente por las madres lactantes con mastitis, la funcionalidad en las prendas se vuelve un pilar primordial para satisfacer sus necesidades (Menalled, 2021). Tal como describe Saltzman (2004) “el indumento es un mediador entre el cuerpo y el contexto, condicionando su postura, sensaciones táctiles y visuales otorgando comodidad o incomodidad” (p.69).

Al analizar el contexto de las madres al pre-

sentar esta afección, fue posible comprender el rol determinante que cumple el sostén para ellas. Tal como menciona experta en maternidad “para prevenir y tratar la mastitis se debe evitar la estasis de leche y los sostenes generan presión en los pechos ocasionando dolor y mayor obstrucción de los conductos mamarios”. (Maturana, 2021).

Se conoce como Sostén, bassier, sujetador a aquella prenda encargada de tal como su nombre lo indica, “sujetar” y “contener” los pechos desde la funcionalidad. Este soporte textil nace como una prenda práctica y de protección, donde su función está ligada a la temperatura corporal, a la circulación sanguínea y a la comodidad (Menalled, 2020).

Según la Dr. Damaris Suta (2019), “**el uso de un sostén adecuado durante la lactancia es sumamente importante para mantener la salud de la madre y el buen estado de la leche, lo que**

repercute directamente al bebe”.

Para evitar la aparición y aminorar las complejidades en el cuerpo de la mujer, la intervención de esta prenda debe ser eficiente, contribuyendo a mantener la higiene, la calidad de la leche, el estado de los senos y una autoimagen positiva en la mujer (Gonzalez, s.f).

*“Un sostén de lactancia bien diseñado **no debe ejercer presión localizada sobre el seno y provocar la obstrucción de los conductos.**” (Costantakos & Watkins, 1982)*

5.1 Historia del sostén

300 ac

En Grecia, las mujeres se tapaban la zona con una banda para sujetar y contener el pecho.

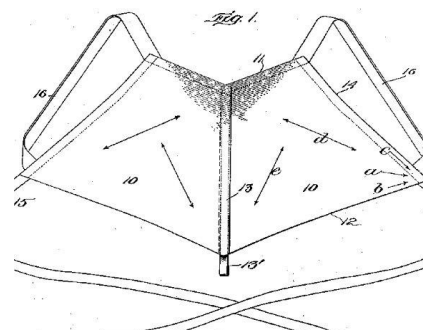


(xv-xiv)

En Europa nace el corset, prenda que a través de la presión buscaba realzar el pecho y reducir la cintura de la mujer. Dificultando la respiración y libertad de movi-

1869

El corset se divide en dos con el fin de promover el bienestar de las personas. La parte del busto era sujeta por correas y la parte del torso era un corset para la cintura.



1914

Surge la necesidad de un sostén sencillo y funcional para ciertas ocasiones especiales, por lo que nace el brassiere, compuesto por dos pañuelos de seda, un cordel y un listón.

1920

Se comienza a abandonar el uso del corset, optando por tops apretados que aplanaban los pechos para transmitir mayor juven-



1930-1940

Comienza a evolucionar la construcción del sostén y a producir en gran escala. Nacen las copas y se agregan bandas ajustables y ganchos al sostén.

1950

Durante el contexto de guerra, surge el sostén misil, buscando aumentar el tamaño de los senos y a la vez ejercer proyección hacia el exterior.



1960

Durante la segunda ola del feminismo, las mujeres destruyen el sostén como símbolo de liberación femenina.

1970

A lo largo del movimiento hippie las mujeres dejan de utilizar el sostén, promoviendo la naturalidad y libertad del cuer-



1980

Nace el sport stretch. Se incorpora el elástico y los materiales flexibles para promover el deporte.

1990

Surge el concepto de sostén push-up y con copa. Se buscaba realzar la belleza y sensualidad de la mujer.



2000

Sostenes se rigen por ser estructurados, presentar barbas metálicas y copa de espuma termoformada para dar forma.

5.2 Historia del sostén de lactancia

El primer acercamiento al sostén de lactancia surge en 1872, el cual consistía en una camisa que permitía el acceso para amamantar. Posteriormente en 1927 William Rosenthal, presidente de Maidenform lanza al mercado esta tipología de sujetador que enfatiza la libertad de las mujeres para poder realizar lo que quisieran.

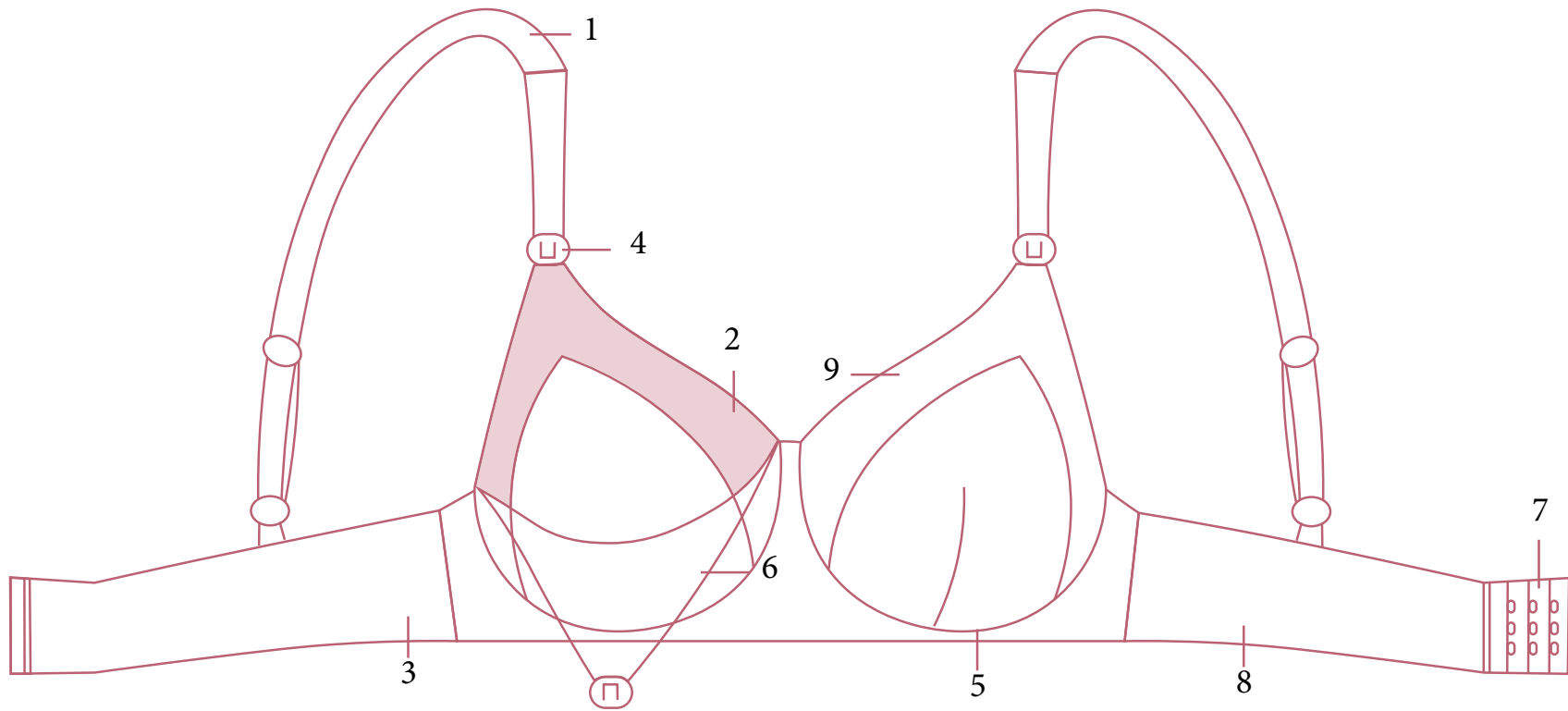
Se diseñaron diferentes sujetadores según la actividad de la mujer; si la mujer estaba embarazada tenía la posibilidad de acceder a un modelo de sostén de maternidad y si estaba amamantando podía comprar un sostén específicamente de lactancia.

Desde ese minuto muchos diseñadores y fabricantes de esta área se basaron en los aspectos técnicos implementados por Maidenform.



Imagen 17. Primer sostén para amamantar
Recuperado de <https://www.pinterest.cl>

5.3 Partes del sostén de lactancia



Esquema 5. Elaboración propia de la composición del sostén de maternidad tradicional

Composición:

- | | | |
|------------------------------|-----------------------|------------------------|
| 1. Tirantes | 4. Clips de lactancia | 8. Elástico |
| 2. Primera capa con apertura | 5. Barba - aro | 9. Argolla y pasadores |
| 3. Banda lateral | 6. Segunda capa | |
| | 7. Sistema de ajuste | |

06. Rol madre

“La vivencia de la mujer no se limita únicamente a amamantar, la lactancia es solo una de sus funciones maternas”
(Menalled,2021).



*Imagen 18. Rol madre activa
Recuperado de <https://www.google.com/>*

6.0 Rol madre que cumplir

Mujeres más que madres

Muchas primerizas creen, equivocadamente, que el proceso de lactancia es un proceso sencillo y fluido, y que basta con llevar al recién nacido al pecho para que se alimente de forma exitosa (Hartung, 2020). Sin embargo, tomando en cuenta la afección mencionada y lo descrito por Menalled (2021) es posible afirmar que la experiencia del puerperio y específicamente el proceso de lactancia es sin duda complejo, ya que genera cambios biopsicosociales en la mujer, que otorgan nuevos significados que pueden interferir con la forma en que las mujeres se adaptan y perciben la maternidad. (Menalled, 2021).

Las madres deben responder a muchas expectativas con respecto a la lactancia, las demandas del recién nacido, las exigencias de su rol maternal, la presión de la pareja y grupo familiar, e incluso sus necesidades mismas para desarrollar correctamente su rol madre (Menalled, 2021).

En este sentido, es sumamente importante

comprender que tras el parto la vivencia de la mujer no se limita únicamente al proceso de lactancia, sino que esta es solo una de sus funciones maternas.

De este modo, la mujer al adaptarse a este nuevo rol madre y mujer, busca a la vez amoldar sus nuevas funciones con las realizadas anteriormente (Molina, 2016).

Durante el proceso de lactancia la mujer se está manifestando en cuanto a la expresión de su cuerpo. Existe una creciente necesidad de comodidad en un mundo de ritmos acelerados, en donde la mujer cada vez ejerce un rol más activo.



*Imagen 19. Rol madre activa
Recuperado de <https://www.instagram>.*

07.

Levantamiento
de información

Para validar la experiencia vivida por las mujeres con mastitis y obtener información enriquecedora en el desarrollo del proyecto, se realizaron a lo largo de la investigación entrevistas constantes a un total de 15 mujeres lactantes que presentarán dicha infección y se desarrollaron diversos métodos descritos por Hanington y Martin (2012): *Diary Study*, *Graffiti Walls*, *Card Sorting*. A continuación se dará a conocer el desarrollo y resultados de cada uno de estos.

1. Graffiti Walls: proporciona un lienzo abierto en el que los participantes pueden ofrecer libremente sus comentarios escritos o visuales sobre un entorno o sistema directamente en el contexto de uso. (Hanington & Martin, 2012). Para comprender las zonas críticas de mayor dolor, incomodidad y calor en el área de los senos, se les pidió a las madres que marcaran con un lápiz aquellos **sectores que presentaron dichas características al tener esta afección mamaria.**

2. Card Sorting: técnica de diseño participativo a través de la clasificación de tarjetas para explorar cómo los participantes agrupan elementos en categorías y relacionan conceptos entre sí (Hanington & Martin, 2012). Para realizar esta técnica, se les entregó a las mujeres tarjetas con diversas prendas, con el propósito de comprender a través de la selección, **la indumentaria a la cual optan utilizar al tener esta infección y cuales no son considerablemente usables en este contexto.** Fue sumamente importante ya que se logró comprender aquellos factores que inciden en la elección según la presencia de la mastitis.

3. Diary Study: permite recopilar información de los participantes a lo largo del tiempo, mostrar sus pensamientos, sentimientos o comportamientos en momentos clave durante un día, una semana o un mes (Hanington & Martin, 2012). Para comprender en mayor pro-

fundidad la vida cotidiana de una mujer lactante con mastitis se les pidió que **relataran su día, tomando en cuenta diversos factores que son primordiales para ellas.**

Factor de presión en las prendas (Card Sorting)

Para realizar esta técnica, se les entregó a las mujeres tarjetas con diversas prendas y se les realizó dos preguntas para llevar a cabo la agrupación; ¿Qué prendas utilizan al presentar mastitis? y ¿Qué prendas solían utilizar al no presentar mastitis?.

De esta forma, comparando ambas agrupaciones se evidencia notoriamente que las posibilidades de indumentaria a utilizar al presentar mastitis se ven adaptadas a la condición de sus pechos. *Las mujeres evitan todo tipo de vestuario que genere presión en el busto*, especialmente el sostén, optan por vestir con prendas holgadas que otorguen la comodidad y funcionalidad que requieren para desarrollar sus actividades cotidianas y llevar a cabo la lactancia materna.

Zonas críticas de mayor dolor e incomodidad en el cuerpo de una mujer con mastitis (Graffiti Walls)

Tomando en cuenta las consecuencias físicas que conlleva la mastitis en el cuerpo de la mujer, se les pidió que marcaran las zonas críticas presentes en la zona del busto, considerando factores tales como; dolor, incomodidad, irritación y presión. Además, de identificar aquellos sectores que requieren de aplicación de calor y frío para su tratamiento.

Bajo los resultados expuestos se desprende que las zonas críticas del busto varía según cada mujer, dado que la mastitis suele ser unilateral y presentan dolor localizado según el conducto mamario afectado. Sin embargo, tomando en cuenta las posibilidades dependiendo de la experiencia de cada mujer, es posible constatar que las zonas críticas pueden estar presentes en la totalidad del busto, por lo que *la interacción de esta zona con el entorno es de vital importancia para su tratamiento.*

Pensar, sentir y actuar de las mujeres lactantes con mastitis (Diary study)

Para comprender la vida cotidiana de una mujer con mastitis en periodo de lactancia se les pidió que relataran su experiencia cotidiana tomando en cuenta sus pensamientos, sentimientos y comportamientos a lo largo del día.

Mujeres a pesar de tener mastitis comentan que *deben permanecer activas para responder a las demandas del bebé y desean a la vez responder las necesidades propias como mujer.* En este sentido, buscan acceder al uso de soluciones caseras o productos para mastitis para aliviar el dolor, sin embargo, al minuto de interactuar con estos y llevar a cabo sus actividades se genera *insatisfacción y frustración por parte de ellas.*

Factor de presión en las prendas (Card Sorting)

Prendas a utilizar al
presentar mastitis

- *Prendas holgadas*
- *Sostenes que eviten menor presión en el pecho*
- *Escote en V y botones*
- *Ropa interior más grande*
- *Priorizan comodidad*



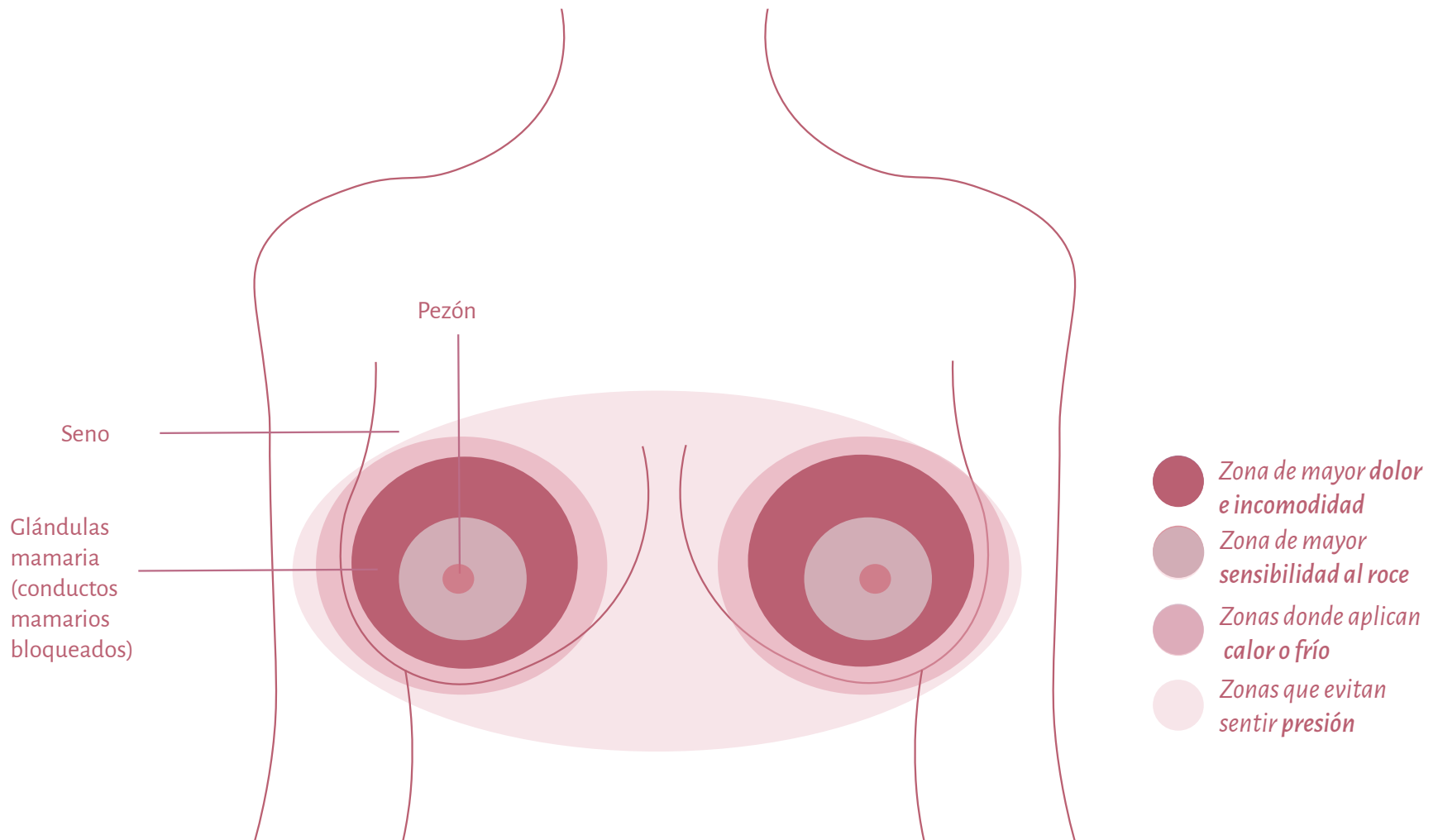
Prendas a utilizar al
NO presentar mastitis

- *Prendas más ajustadas*
- *Sostenes con barba (fierro)*
- *Ropa interior más pequeña*
- *Priorizan feminidad*



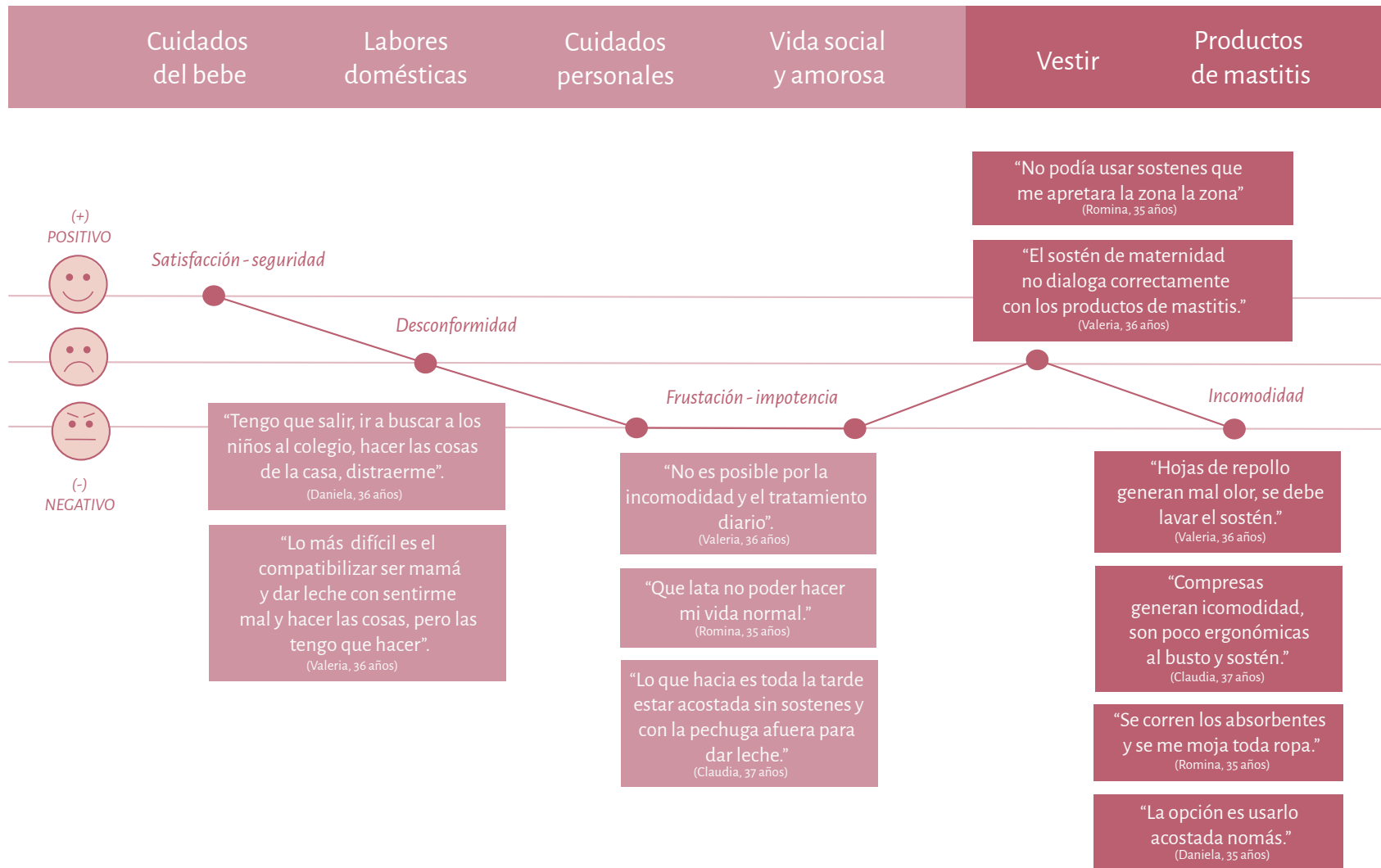
Esquema 6. Elaboración propia actividad
Card Sorting realizada, 2021.

Zonas críticas de mayor dolor e incomodidad en el cuerpo de una mujer con mastitis (Grafiti Walls)



Esquema 7. Elaboración propia actividad Grafiti walls realizada, 2021.

Pensar, sentir y actuar de las mujeres lactantes con mastitis (Diary study)



Esquema 8. Elaboración propia actividad Diary Study de una mujer lactante con mastitis, 2021.

08.

Planteamiento
del problema

8.0 Planteamiento del problema

Problemáticas detectadas

1.

Los sostenes de maternidad generan presión en los pechos, factor que contribuye aún más a la obstrucción de los conductos mamarios.

2.

Los sostenes de maternidad no son prácticos y ergonómicos al interactuar con los productos para mastitis que utilizan. No responde a las necesidades que las mujeres buscan, las inmoviliza e incómoda.

3.

Las mujeres tienen la necesidad constante de cumplir con el rol madre y mujer, los cuales se ven alterados tras la mastitis.

Considerando los resultados obtenidos de las actividades y entrevistas realizadas fue posible detectar que el sostén juega un rol fundamental, ya que los diseños existentes hoy en día en el mercado no responden eficientemente a las necesidades físicas y conductuales que requieren las madres al tener mastitis. Todas las entrevistadas coinciden que no se sienten cómodas con los sostenes de lactancia que utilizan.

1. Los sostenes de maternidad generan presión en los pechos, factor que contribuye aún más a la obstrucción de los conductos mamarios.

Las mujeres al presentar mastitis utilizan lo que se conoce como sostén de maternidad, no obstante, estos generan presión en los pechos, presentan elásticos, costuras y encajes que generan marcas en su cuerpo, generando aún más molestia en las zonas críticas del busto. Tal como menciona experta en maternidad “para prevenir y tratar la mastitis se debe evitar la estasis de leche y los sostenes generan presión en los pechos ocasionando dolor y mayor

obstrucción de los conductos mamarios”. (Maturana,2021).

Por esta razón, las mujeres evitan la compresión en dicha zona, como comenta una de las entrevistadas “No quería que nadie me tocara, que nada me apretara e incomodara en las pechugas” (C. Prieto, comunicación personal, 02 de Noviembre del 2021).

Bajo este sentido las mujeres optan por buscar soluciones fuera de los productos ofrecidos en el mercado de maternidad que se aproxime a sus necesidades. Muchas mencionan que finalmente utilizaban sostenes deportivos o bralette con alta capacidad de elasticidad con el fin de sentirse lo más cómodas posibles y con libertad de movimiento para llevar a cabo sus responsabilidades, actividades diarias y el proceso de lactancia. Sin embargo, esta solución no responde eficientemente.

Los sujetadores deportivos están diseñados para brindar soporte adicional y así restringir el movimiento excesivo de los senos. Por lo tanto, son extremadamente incómodos de usar durante la lactancia.



Imagen 20. Presión en los pechos
Recuperado de <https://www.google.com>



Imagen 21. Registro personal de Carla Nav, 2022

2. Los sostenes de maternidad no son prácticos y ergonómicos al interactuar con los productos para mastitis que utilizan. No responde a las necesidades que las mujeres buscan, las inmoviliza e incómoda.

Las mujeres al ser madres deben estar activas para llevar a cabo eficientemente su nuevo rol, sin embargo, los productos ofrecidos en el mercado para mastitis no son compatibles al interactuar con los sostenes para cumplir sus responsabilidades y desarrollar sus actividades diarias. Consideran que son incómodos y poco ergonómicos por lo que las imposibilita y mantiene inactivas. Situación que genera frustración por parte de ellas, ya que siendo la mastitis un factor limitante en su día a día, los productos ofrecidos las limita aún más.

En este sentido, las mujeres entrevistadas mencionan: “Lo que hacía es toda la tarde estar acostada sin sostenes, con las pechugas afuera y las hojas de repollo encima” (F. Sfeir, comunicación personal, 02 de Noviembre). “El sostén de maternidad no es práctico al interactuar con los productos de mastitis, son incómodos y poco ergonómicos al busto y sostén” (C. Barrera, comunicación personal, 05 de Noviembre del 2021).

Potro lado mencionan, “Me toco mil veces que despertaba, y tenía todo mojado, todo pasado a leche, al principio es mucha leche es como si apretaras un globo lleno de agua y le hicieran un hoyo. Muchas veces también se me corrían las toallitas, el roce es terrible con la mastitis” (F. Sfeir, comunicación personal, 02 de Noviembre).



Imagen 22. Registro personal de @mamaandcubwellness, 20201
Recuperado de <https://www.instagram.com>.



Imagen 23. Registro personal de @tribu_lactancia, 2021
Recuperado de <https://www.instagram.com>.

3. Las mujeres tienen la necesidad constante de cumplir con el rol madre y mujer, los cuales se ven alterados tras la mastitis.

A pesar de las mujeres presentar mastitis deben seguir realizando sus actividades y responder a las demandas del recién nacido. Por lo que estar inactivas durante este contexto es un estado en el cual no pueden, ni quieren pertenecer.

En este sentido mujeres mencionan; “Las actividades diarias al tener mastitis siempre van a ser las mismas actividades que no teniendo mastitis, yo estoy sola con mi hijas no tengo quien me ayude, tengo muchas cosas que hacer” (C.Nav, comunicación personal, 04 de Abril del 2022). “Uno no es solo mamá, uno es trabajadora, esposa, amiga y uno misma” (P. Toledo, comunicación personal, 05 de noviembre 2011). “Al tener mastitis era full mamá, tenía que hacer lo típico de la casa, hacerlos dormir, tomarlos en brazo, darles almuerzo” (D. Farías, comunicación personal, 1 de Abril del 2022).

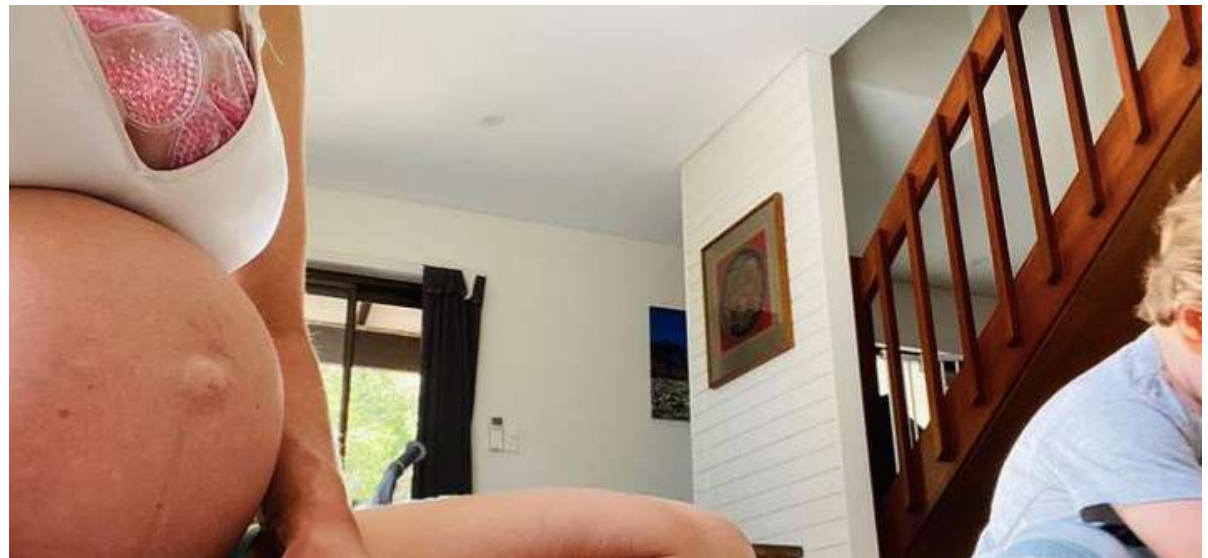


Imagen 24. Registro personal de @iceicebooby, 2020
Recuperado de <https://www.instagram>.

Contexto de mujeres lactantes con mastitis

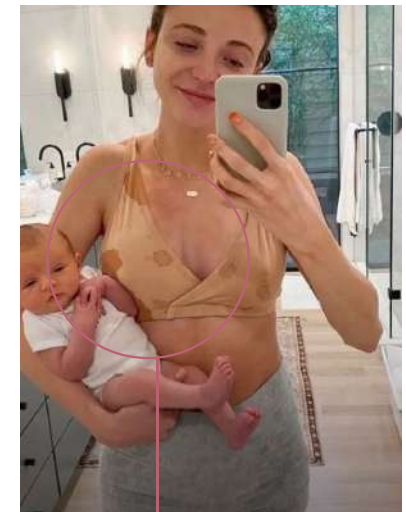
Imagen 24-27. Madres lactantes con mastitis. Recuperado de <https://www.instagram>.



Productos para aliviar el dolor son poco ergonómicos al busto y sostén.



Mujeres se ven limitadas e incómodas en su día a día.



Sostenes no responden a sus cambios físicos.

09.

Formulación
del proyecto

9.1 Oportunidad de diseño

Promover el bienestar, calidad de vida y actividad de la mujer

Tomando en cuenta ambas problemáticas mencionadas, es posible evidenciar que las madres lactantes que presentan mastitis o están expuestas a la posibilidad de tener, tienen gran dificultad para encontrar productos que satisfagan sus necesidades y anhelos en este contexto, principalmente el sostén.

Al comprender el rol dominante que juega esta prenda, considerando la sensibilidad en las zonas críticas del busto, el dolor y la incomodidad generada por la interacción de este con los elementos que utilizan, surge la necesidad de:

Usar un sostén durante la lactancia que responda adecuadamente a los requerimientos físicos y conductuales de una madre con mastitis, con el fin de promover su bienestar y la calidad de vida, sin limitarlas a sus actividades diarias, sus responsabilidades como madre y su identidad como mujer.

Tal como asegura Saltzman (2004) percibir y comprender los cambios en la actitud de la mujer, y a partir de ello a través del diseño proponer nuevas morfologías, en ocasiones descontextualizando las formas dadas ajustándose a una nueva función. De este modo, el rol del diseño se puede anticipar a los cambios sociales permutando la relación entre el cuerpo, el textil y el contexto (pp.122-123).

9.2 Patrón de valor

La oportunidad detectada nace bajo la falta de productos existentes en el mercado que respondan a esta problemática común presente en mujeres en etapa de puerperio.

Se busca a partir del proyecto ofrecer un sistema textil que entregue la **comodidad y funcionalidad** que buscan las mujeres, considerando los aspectos negativos que repercute dicha afección en su cuerpo y vida cotidiana.

Por otro lado, tomando en cuenta la sensibilidad en los pechos durante la mastitis y la importancia de evitar una mayor propagación de la infección. Se propone utilizar en el diseño la integración de **tecnologías textiles a partir de la combinación de algodón con hilado de cobre**,

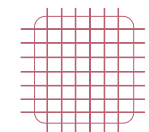
la cual presenta propiedades antibacterianas y fungicidas, eliminando en más de un 99% de bacterias y hongos (Textil Copper Andino, s.f). Otros beneficios:

- Elimina mal olores causado por hongos y bacterias
- Ayuda a el proceso de cicatrización al eliminar microorganismos que participan en el proceso
- Mantiene la piel saludable y sana
- Reduce el desarrollo de infecciones en la piel

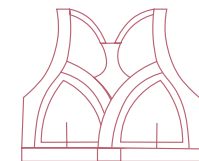
Es por esto que este tipo de textil es utilizado principalmente en el área de salud, considerando la materialidad como un factor determinante para promover el bienestar del individuo en un contexto dado.



La materialidad presente en el diseño contribuye al bienestar y salud de la mujer, evitando la propagación de la afección.



La elasticidad de la tela se encuentra en diversas direcciones según los cambios físicos del busto y la contención adecuada.



La ergonomía de los productos que utilizan interactúan directamente con la forma del sostén, sin alterar el movimiento y realización de las actividades.

9.3 Formulación del proyecto

QUÉ

Sistema textil que responda de manera integral las **necesidades y cambios físicos de las mujeres con mastitis**, sin limitarlas a sus actividades diarias y rol de mujer-madre.

POR QUÉ

La mastitis es un **problema recurrente presente en mujeres lactantes**, provoca dolor, malestar e incomodidad en las mamas, restringiendo su vida cotidiana y alejándose del proceso de lactancia.

PARA QUÉ

Promover la **lactancia materna**, favorecer el **bienestar** y mejorar la **calidad de vida** de las mujeres con mastitis.

Objetivo general:

Desarrollar un sistema textil para mujeres lactantes con mastitis que responda a las necesidades físicas y conductuales que presentan durante el proceso de lactancia sin limitar su vida cotidiana y el rol de mujer madre.

Objetivos específicos:

1. Identificar los cambios físicos y psicológicos que afectan a una mujer lactante con mastitis y las limitaciones que conlleva esta afección en su vida cotidiana.

IOV: Investigar y analizar a través de fuentes bibliográficas, observación etnográfica a madres que presentan dicha afección y expertos en el tema.

2. Determinar las problemáticas que afectan al desempeño diario de las madres, considerando su relación con los sostenes y los productos para mastitis que utilizan.

IOV: Definición de interacciones críticas por medio de técnicas de observación y desarrollo de actividades.

3. Desarrollar un sistema textil integral que considere las necesidades físicas y conductuales de una mujer lactante con mastitis.

IOV: Diseñar, prototipar y testear el producto textil, considerando aspectos funcionales y estéticos.

4. Comprobar la funcionalidad y comodidad del diseño aplicado en mujeres lactantes con mastitis.

IOV: Validación del producto final y observación de las interacciones en función a las necesidades de las mujeres.

9.4 Usuario

Madre lactantes activas y conscientes

Se define a usuarias del proyecto como madres lactantes entre 25-38 años que presentan mastitis o tienen la posibilidad de tener. Son mujeres independientes y altamente activas que tienen una rutina diaria definida. Deben responder eficientemente a las necesidades y cuidados del bebe pero a la vez llevar a cabo sus responsabilidades laborales, domésticas y actividades personales.

Es por esto que promueven su bienestar y salud, de modo que buscan acudir a productos que las haga sentir cómodas y comprendidas durante este periodo, sin verse limitadas en su día a día.

Tal como menciona Menalled (2021) “las mujeres en proceso de lactancia aspiran a cubrir los distintos roles sin dejar de ser ellas mismas, apoderándose de su destino e identidad, manteniéndose de esta forma activas, donde la misma debe adaptarse a su nuevo rol madre y mujer”.

Por otro lado, son mujeres que promueven el consumo consciente ya que suelen comprar en marcas nacionales y productos hechos de materiales sostenibles. Tomando en cuenta continuamente el factor de funcionalidad y comodidad en las prendas

9.5 Contexto de implementación



Al ser la mastitis una realidad recurrente en las madres lactantes, el producto busca llegar a un alto alcance de las mujeres chilenas a través de alianzas con organizaciones claves que promuevan el bienestar de la mujer, principalmente sistemas de salud en el área de la maternidad y fundaciones asociadas a esta.

Según Pilar Martínez, farmacéutica, IBCLC y cofundadora de Edulacta, una de las situaciones más comunes en la madre es el dolor al amamantar, que en lugar de recibir ayuda para no sufrir, recibe el consejo de dejar de dar pecho (2019).

“Es común encontrarme a madres con mastitis a las que los profesionales sanitarios no saben cómo ayudar, por lo que aconsejan dejar de dar el pecho mientras dura la mastitis, por lo que la madre acaba empeorando y, por consiguiente, abandonando la lactancia” (Díaz, 2019).

En este sentido, es sumamente importante incrementar el conocimiento existente sobre una de las principales razones de abandono de la lactancia y a la vez acompañar a las mujeres durante este proceso con el fin de favorecer su bienestar.

Del mismo modo que menciona la matrona Laia Aguilar: “El primer eslabón es atender adecuadamente a la madre y darle la importancia que tiene el proceso que está viviendo. Tener una mastitis es algo doloroso a nivel físico y también a nivel emocional, por lo que acompañar a las emociones de la madre es fundamental” (2021)

9.6 Antecedentes



Hojas de repollo

Mujeres usan hojas de repollo refrigeradas sobre sus pechos para aliviar el dolor y congestión de los senos causado por la mastitis.

La materialidad y forma de la hoja responde a las necesidades físicas que requieren y a la morfología del pecho.

Fuente: www.acurruca.wordpress.com



Compresas

Almohadillas para el pecho de gel térmico que brindan una terapia de calentamiento y enfriamiento para aliviar el dolor durante la lactancia.

El diseño toma en cuenta las diversas temperaturas necesarias según los requerimientos del cuerpo.

Fuente: www.motherna.cl



Sostén de lactancia

Prenda interior diseñada para mujeres en periodo de lactancia para facilitar el acceso directo del bebé al pezón.

La indumentaria es diseñada pensando en un periodo en específico de vida de la mujer, presenta una lógica constructiva en su diseño que responde a las necesidades que requieren en la lactancia.

Fuente: www.falabella.cl



Nyssa

Marca consciente de los cambios físicos y emocionales que experimenta una mujer tras el parto. Los productos ofrecidos brindan resultados reales a las diversas situaciones a las que se ve expuesta una mujer en la etapa de puerperio, con el fin de promover su bienestar y calidad de vida.

Fuente: www.nyssa.cl

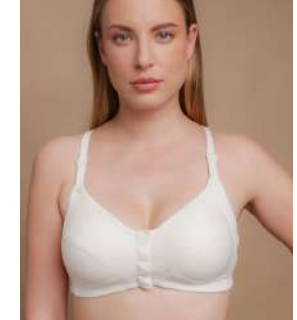


SuperMom

Marca que busca visibilizar la realidad post parto de la mujer, normalizando los temas tabúes presentes en la maternidad.

Ofrece productos que responden a posibles problemáticas presentes durante este periodo, con el propósito de acompañar, entender e interiorizar cada uno de ellos.

Fuente: www.supermom.cl



Cottonique

Marca de ropa que desarrolla prendas de algodón orgánico considerando los cuidados de la piel. Los diseños consideran el factor sensibilidad en el cuerpo, se caracterizan por no presentar elásticos, presentan cierres discretos y un ajuste natural del busto para brindar alivio y comodidad.

Fuente: www.cottonique.cl



The nude label

Marca que ofrece diseños básicos considerando las formas naturales del cuerpo de la mujer. Se basa en una lencería sobria y bajo el concepto minimalista a través de prendas básicas sin costuras y una paleta de colores delicada.

Las prendas se caracterizan por ser sencillas y cómodas, alejándose de los arquetipos idealizados y promoviendo la naturalidad y sencillez del cuerpo.

Fuente: www.thenudelabel.com



Baserange

Marca de ropa femenina de elementos básicos modernos con énfasis en una línea limpia, sencilla y accesible al público. Sus diseños están compuestos únicamente por materiales sostenibles con el medio ambiente.

La estética de la marca destaca por ser minimalista y promover la utilización de materiales nobles como el bambú, seda y algodón

Fuente: www.baserange.com



Organicbasics

Marca que brinda elementos éticos orgánicos esenciales para el día a día de la mujer con énfasis en el cuidado del medioambiente.

Se preocupan por la mujer y su bienestar diseñando a partir de aquellas prendas básicas que requiere en su vida.

Fuente: www.organicbasic.com



Papayabragas

Calzones menstruales absorbentes con fibra de cobre que evitan la sensación de humedad y fugas durante el periodo. Busca que la mujer se sienta cómoda, segura y libre. La marca toma en cuenta una necesidad social y un tema tabú de las mujeres ofreciendo un producto cómodo y útil para ellas.

Fuente: www.papayabragas.com



Knix

Marca con énfasis en la comodidad de la mujer a través de la simplificación de las prendas en su confección.

La imagen de la marca busca visibilizar a partir del discurso la realidad de los cuerpos de cada mujer con el fin de promover el sentir y bienestar de cada una de ellas.

Fuente: www.knix.com



Quila

Línea de sostenes de bambú que promueven la naturalidad del cuerpo, favoreciendo la comodidad de las mujeres chilenas.

Busca innovar en la materialidad del bambú, tomando en cuenta los beneficios que este material entrega al cuidado de la piel.

Fuente: biblioteca UC

9.7 Referentes



Eczema clothing:

Capa protectora diseñada para personas con dermatitis atópica, trastorno que provoca enrojecimiento de la piel y picazón. Al estar en contacto directo con el cuerpo, la indumentaria responde a los síntomas y al bienestar del usuario para aliviar su malestar.

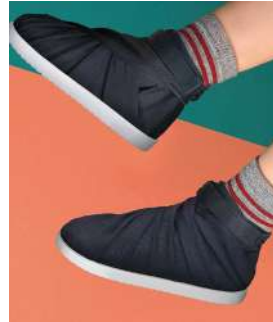
Fuente: www.eczemacompany.com



Mascarilla de cobre:

Mascarillas con alta tecnología textil diseñada para el covid-19, su materialidad presenta partículas de cobre y filtración para evitar la propagación bacteriana. El diseño propone una innovación textil a partir de las fibras de cobre considerando la importancia de la salud y el bienestar de las personas.

Fuente: www.kimba.cl



Zapatos Cross Cloth:

Ajustables para adaptarse a diferentes formas de pies y velocidades de crecimiento. Considera a través de su diseño la capacidad de expansión, adaptabilidad y durabilidad. Además de proporcionar un ajuste cómodo y ligero.

Fuente: www.red-dot.org



Bionic instructor jacket:

La chaqueta funcional enfría a los atletas cuando sudan y los calienta cuando tienen frío sin restringir el movimiento. El diseño considera el factor de termorregulación según las necesidades del usuario y contexto.

Fuente: www.red-dot.org



Juzoflex malleo anatómico:

Tobiltera diseñada para adaptarse a un pie lesionado a través de su forma tridimensional sobre las zonas críticas. Proporciona soporte óptimo en zonas estratégicas de dolor.

Fuente: www.red-dot.org



Parche hidrocoloide:

Parches que presentan almohadilla de gel hidrocoloide que ayuda a prevenir posibles infecciones y cicatrización de la herida. Además presenta propiedades de impermeabilidad contra agua, gérmenes y suciedad. Las propiedades presentes en el diseño ayudan a facilitar la cicatrización de la piel y evitar mayor propagación de la infección, promoviendo la salud del individuo.

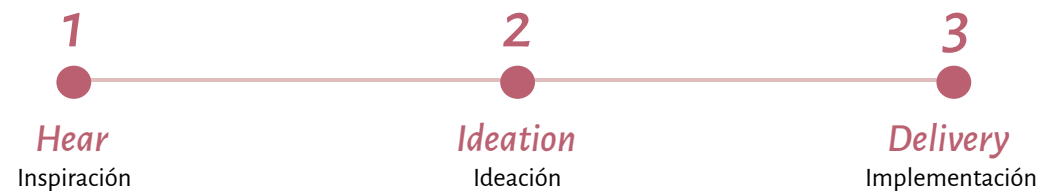
Fuente: www.3mchile.cl

9.8 Metodología del proyecto

Human Center Design

Tomando en cuenta las repercusiones físicas y conductuales negativas de las madres lactantes al presentar mastitis, fue sumamente importante aplicar una metodología a lo largo de la investigación que fuera capaz de recopilar constantemente información directa con las mujeres, involucrandolas a lo largo de todo el proceso con el propósito de garantizar satisfacer correctamente sus necesidades y capacidades.

En este sentido, se aplicó la metodología de diseño centrado en el humano (HCD) que se caracteriza por ser un enfoque para la resolución de problemas comúnmente utilizado en los marcos de diseño y gestión que desarrolla soluciones al involucrar la perspectiva humana a lo largo de todo el proceso.



Diseñar a través de este método significa “creer que las personas que enfrentan esos problemas todos los días son las que tienen la clave de su respuesta” (IDEO, 2015).

El diseño centrado en el ser humano no es un proceso perfectamente lineal, y cada proyecto tiene invariablemente sus propios contornos y carácter. (IDEO, 2015). Sin embargo, todos deben pasar por tres fases principales: inspiración, ideación e implementación, permitiendo empatizar plenamente con el usuario.



Imagen 28. Registro personal de Constanza Mussre durante la lactancia, 2022.

HEAR:

Etapa para comprender los problemas, las necesidades y las esperanzas de las personas (IDEO, 2017). Es de vital importancia escuchar y entender lo que las personas desean y necesitan. La primera etapa del semestre se centró en la investigación, recopilación y levantamiento de información. Se realizaron entrevistas constantes a los usuarios y expertos en el área de investigación, junto a diversas actividades utilizando técnicas descritas por Hanington & Martin (2012) en el libro *Universal Methods of Design*.

A lo largo del proceso de investigación se entrevistó a un total de 15 mujeres en etapa de puerperio. Inicialmente se comenzó realizando una entrevista abierta con el propósito de encontrar una problemática común durante la maternidad. Todas mencionan que lo más difícil durante este periodo es la lactancia, debido a que se presentan complicaciones en la mama, especialmente la mastitis.

Al comprender la recurrencia de esta dolencia en las madres lactantes, se realizó una pauta guiada a aquellas mujeres que presentaban o habían presentado mastitis con el fin de comprender en profundidad dicha afección y las repercusiones negativas que esta conlleva en su día a día, considerando tanto su rol madre, como de mujer.

A partir de estas entrevistas fue posible comprender el rol fundamental que cumple el sostén al estar expuestas en este contexto, desprendiendo las interacciones críticas mencionadas anteriormente.

Por otro lado, se contactó a especialistas en el área cuyos conocimientos fueron de gran ayuda para comprender y llevar a cabo el proyecto. Se realizó entrevista con la matrona y consultora internacional de lactancia Marcela Maturana, quien explicó de qué trata la afección, sus causas, consecuencias, tratamiento, recomendaciones y limitaciones de la mujer.

Además, se conversó con la enfermera matrona Antonia Rojas, docente de la Universidad Católica de Chile con especialidad en maternidad, quien menciona la importancia de visibilizar la mastitis durante la lactancia. Tal como menciona, “es una infección bacteriana en los pechos bastante común en las mujeres lactantes pero poco reconocida actualmente, es importante conocer esta afección y acompañar a la madre durante este proceso”. Adicionalmente, explica la importancia que tiene el sostén para la propagación de esta y la actividad de la mujer. “La importancia de un sostén con la mastitis es que no apriete mucho pero que ayude a contener, evitando la propagación de esta. Además debe favorecer la comodidad de la mujer considerando los elementos que utilizan” (Rojas, 2022).

Interacción directa con el usuario y especialistas



Imagen 30 - 31 Registro personal con especialista matrona Antonia Rojas, 2022.



Imagen 31- 34 Registro personal de actividades y observación del usuario, 2022.

IDEATION:

Proceso de síntesis e interpretación (IDEO,2009). Se comprenden los datos recopilados de la fase anterior. y se identifican las oportunidades para el diseño. Las ideas se vuelven tangibles al prototipar las aproximaciones en mente, considerando los deseos y necesidades del cliente (IDEO,2009).

Durante este semestre se inició esta etapa sintetizando la información obtenida en la etapa anterior, definiendo la oportunidad detectada en el diseño y desarrollando una propuesta formal que respondiera de manera coherente y atinente a la problemática.

Tomando en cuenta los resultados de la investigación y de las entrevistas realizadas, fue posible desprender las oportunidades y posibles soluciones del proyecto. Tal como men-

ciona el objetivo, el cual consiste en diseñar un sistema textil integral que responda adecuadamente a las necesidades físicas y conductuales mencionadas anteriormente que favorezca el bienestar de las mujeres con mastitis, sin limitarlas a sus actividades diarias y rol de mujer madre.

Para ello, se contactó a mujeres en periodo de lactancia que presentaron mastitis con el fin de realizar una serie de preguntas acerca de las problemáticas y aspectos negativos presentes en el sostén ofrecido en el mercado.

En este sentido se realizaron diversas actividades que entregaron resultados valiosos para llevar a cabo el proyecto. Además se realizó un trabajo conjunto con las mujeres al definir la forma del diseño, materialidad, aspectos

funcionales esenciales a considerar y estética, respondiendo a las necesidades detectadas inicialmente.

DELIVER:

Hacer soluciones factibles y viables; etapa de implementación del prototipo final en condiciones del mundo real (IDEO,2009). En este proceso se pone a prueba el funcionamiento de la solución en la práctica.

Finalmente, al tener el sistema textil final diseñado se realizó el proceso de prototipado evaluando los resultados y beneficios obtenidos al utilizar la prenda, con el propósito de evidenciar los cambios percibidos en su bienestar y calidad de vida al estar expuestas en este contexto.

HEAR				CREATE				DELIVERY			
1		2		3		4					
Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Marzo	Abril	Mayo	Junio				
Identificar los cambios físicos y psicológicos que afectan a una mujer lactante con mastitis y analizar las limitaciones que con lleva esta afección a su vida cotidiana.		Determinar las problemáticas que afectan al desempeño diario de las madres, considerando su relación con los sostenes y los productos para mastitis que utilizan.		Desarrollar un sistema textil integral que considere las necesidades físicas y conductuales de una mujer lactante con mastitis.		Comprobar la funcionalidad y comodidad del diseño aplicado en mujeres con mastitis.					
-Investigación y análisis del contexto actual de las mujeres madres con mastitis.		Definición de zonas críticas en el busto de la mujer al padecer mastitis. Análisis de interacción de la zonas críticas con la indumentaria y los productos para mastitis.		Diseñar, prototipar y testear el producto textil, considerando aspectos funcionales y estéticos.		Validación del producto final y observación de las interacciones en función a las necesidades de las mujeres.					
-Investigación sobre los cambios físicos y psicológicos presentes en las mujeres al presentar mastitis. -Estudio de productos existentes en el mercado para mujeres con mastitis y su efectividad. -Información con expertos especialistas. -Realizar entrevista.		-Establecer las zonas críticas de interacción con la prenda y los productos utilizados. -Desarrollo de actividades propuestas por IDEO. -Realizar entrevistas.		-Definición del diseño: forma y materialidad. -Compra de insumo y materiales necesarios. -Testear en mujeres lactantes con mastitis. -Definición de la gráfica. -Validación		-Verificación de los objetivos específicos planteados. -Observación del objeto en uso. -Rediseñar según el feedback recibido de la observación. -Testeo final					
-Entrevistas a madres lactantes con mastitis. -Entrevistas con matronas, asistente de lactancia y doctores. -Diary Study.		-Graffiti Walls. -Card Sorting. -Entrevistas a madres lactantes con mastitis.		-Entrevistas a expertos para la definición del diseño. -Creative Methods. -Testeo. - Brief de la gráfica.		-Testeo. - Entrevistas a los usuarios luego de usar el producto.					

10.

Desarrollo
del proyecto

10.1 Elección de telas

“El límite que plantea la silueta responde a la forma y la dimensión anatómica, pero también a la materialidad del textil” (Saltzman, 2004, p. 72).

“Las telas son esenciales. La lencería es aquella prenda que se usa más pegada al cuerpo femenino y en mayor contacto con su intimidad. Las telas deben ser agradables pero en la actualidad, la ropa interior tiene que ser práctica y cómoda” (Scott, 2010, p. 12).

Según Saulquin, entre los nuevos comportamientos se perfila la tendencia a cuidar el ecosistema, actitud que se focaliza en las acciones de personas y en especial en la industria textil y de la indumentaria, además de la creciente importancia de los textiles técnicos, ósea de aquellos textiles con un alto grado de adaptación a una función específica, respondiendo a grandes exigencias tanto técnicas como cualitativas, es una marcada tendencia contemporánea (Saulquin, 2010, p. 240).

Considerando las consecuencias físicas que repercute la mastitis en los pechos de la mujer y el rol que cumple el sostén al estar en contacto directo con dichas zonas afectadas, es de vital importancia abarcar el proyecto a partir del uso de materias primas confortables para su confección. Tal como menciona la especialista Rojas (2022) “sería ideal un sostén durante la mastitis de una materialidad que ayude a disminuir la carga bacteriana presente en la zona, ayudando al tratamiento”.

A lo largo de la investigación se analizaron y estudiaron posibles telas para trabajar. La elección se enmarcó en base a posibilidades de telas a trabajar según las características esperadas para lograr los objetivos deseados en el diseño:

Características:

Posibilidades:

Hipoalergénica	Algodón
Antibacterial	
Suave	Bambú
Absorbente	
Transpirable	Tela con cobre
Alto % de elasticidad	

Si bien existía una claridad acerca de las telas a implementar en el diseño, la industria textil en Chile no ofrece una gran variedad de telas nobles y tecnológicas que presenten las características esperadas. Sin embargo se buscó en profundidad las posibilidades de telas existentes en nuestro país que se acerquen a las características mencionadas.

Le Cotton:



Distribuidor de gran variedad de telas y colores con alto porcentaje de algodón. Se compró algodón- lycra, con gran capacidad de elasticidad lo cual es favorable para el desarrollo del proyecto. Además de modal, debido a su suavidad y holgura.

Pequelandia:



Mayor distribuidor de pañales ecológicos en Chile. Se compró tela de Bambú natural y pul, esta última es de gran ayuda al minuto de diseñar el absorbente de lactancia ya que presenta propiedades impermeables que permiten llevar a cabo la funcionalidad deseada.

Monarch:

*Imagen 35-37.
Registro personal, 2022.*



Empresa chilena dedicada al rubro textil principalmente por la confección de medias y calcetines. Actualmente, ofrecen productos elaborados a partir de hilados de cobre, ideales para estar en contacto directo con la piel.

En este sentido, se decidió visitar la fábrica con el propósito de comprender el proceso productivo de los productos, principalmente aquellos que aplicaban dicha tecnología. Además, se realizaron a lo largo de la visita preguntas guiadas para dar cuenta de la viabilidad del proyecto.

Kimba:



Empresa chilena que trabaja con tecnología que incorpora fibras de cobre y zinc en la tela, generando una línea de productos con propiedades antibacterianas. Se visitó la fábrica y conversó con el dueño, con el mismo propósito mencionado en la visita de Monarch. Fue posible entender en profundidad su producción y aquellas características esenciales a reconocer que entrega la incorporación de dichas fibras. Además se entregaron diversos retazos de tela que incluían dicho tratamiento.

The Copper Company:



Empresa que tiene como objetivo la integración de tecnologías textiles por medio de la creación de hilados técnicos e inteligentes a partir del cobre antibacterial. Buscan desarrollar innovación y diseñar productos textiles que beneficien a las personas, promoviendo un estilo de vida basado en el bienestar, salud, higiene y sustentabilidad en una sola capa de tejido. Entregaron información enriquecedora para el potencial avance del proyecto.

Copptech:



Laboratorio que realiza la tecnología antibacteriana a partir de la incorporación de cobre y zinc en la tela. Son quienes ofrecen actualmente dicha tecnología a diferentes marcas aliadas, tales como Monarch y Kimba.

Se conversó con uno de los dueños debido al gran interés de colaborar con ellos para la integración de cobre en el diseño propuesto.

*Imagen 38-40.
Registro personal, 2022.*

10.2 Elección de insumos

Por otro lado, era necesario realizar una amplia búsqueda de insumos de corsetería para encontrar aquellos elementos esenciales que requiere la construcción de un sostén de calidad y con la funcionalidad adecuada.

Elementos obtenidos:

- Pasadores
- Extensores
- Tirantes
- Diversos sistemas de broches
- Argollas.

J.Fraile:



La Cordoneria:



*Imagen 41-43.
Registro personal, 2022.*

10.3 Requerimientos del diseño

Tomando en cuenta la importancia de responder adecuadamente a la comodidad y requerimientos físicos de las mujeres lactantes con mastitis, se determinaron ciertos factores claves que debe considerar el sostén a la hora de comenzar el proceso de diseño:

Holgado: al ser la presión de las mamas un factor que contribuye a la aparición y mantenimiento de la mastitis, es primordial que la zona de la copa entregue la comodidad y libertad que buscan.

Elasticado: a lo largo del proceso de lactancia y mastitis el tamaño de los pechos cambian constantemente, por lo que el material debe tener gran capacidad de elasticidad para abarcar las diferentes formas de pechos existentes y sus cambios de tamaño a lo largo del proceso.

Cómodo: se debe evitar el uso de aros y aplicaciones metálicas que estén en contacto directo con la zona crítica del busto, ya que estos causan incomodidad y dolor debido a la mastitis.

Hipoalergénico: debido a la afección en los pechos es sumamente importante mantener un cuidado eficiente de la piel, especialmente en las zonas del busto por lo que el material debe ser hipoalergénico.

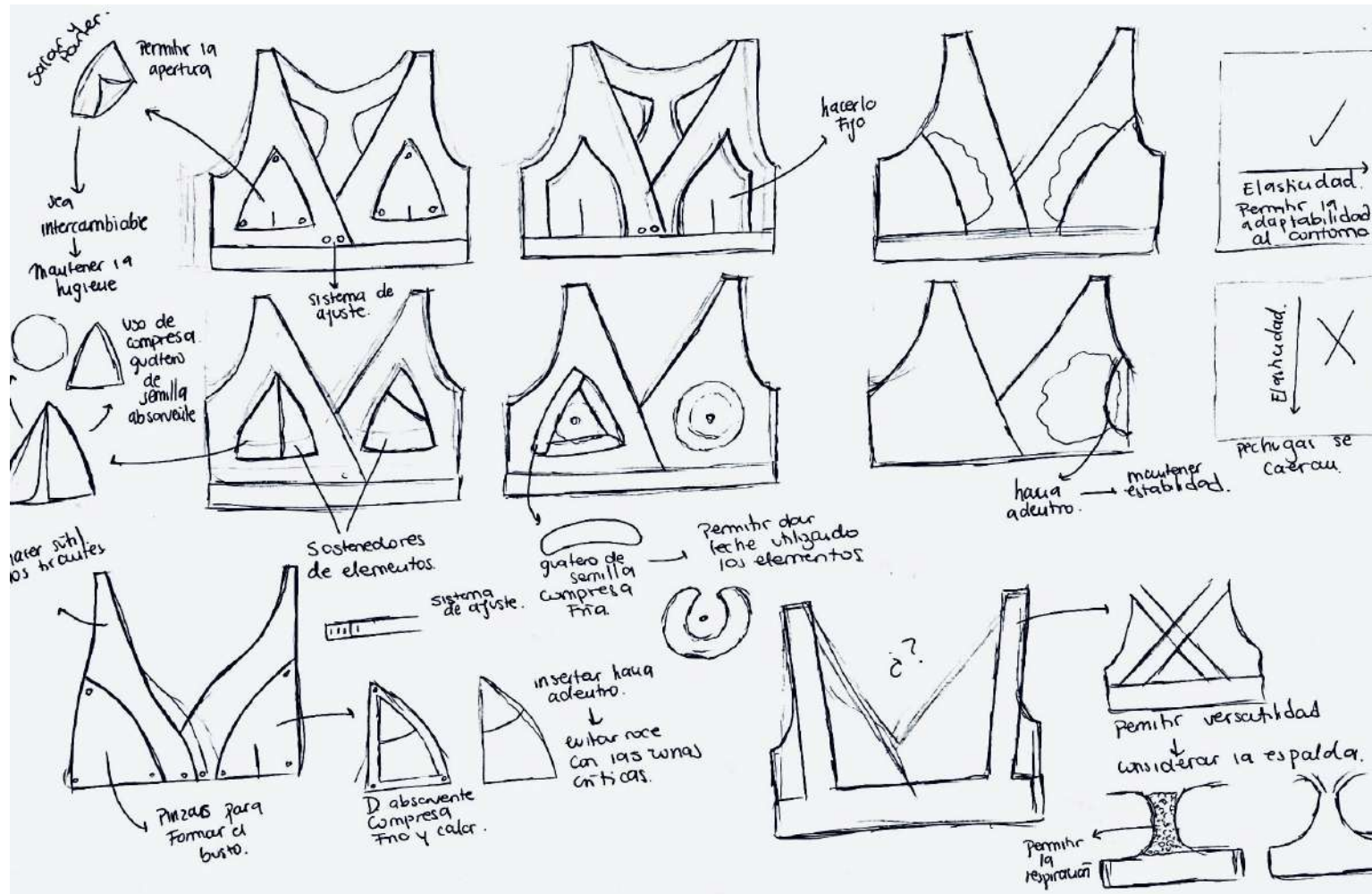
Práctico: la extracción frecuente y efectiva de la leche es fundamental para tratar la mastitis por lo tanto el diseño debe permitir una apertura fácil para llevar a cabo el acto de lactar. Además debe integrar adecuadamente el rediseño de las compresas y absorbentes de lactancia, promoviendo la comodidad y realización de sus actividades.

Impermeable: considerando las posibles fugas de leche durante el periodo de lactancia, es esencial que el diseño presente una capa impermeable, para evitar el posible manchado de la ropa.

Absorbente: bajo la misma línea de responder adecuadamente las posibles fugas de leche, el elemento diseñado que cumple dicha misión debe tener la capacidad de absorber correctamente la leche.

Primeras aproximaciones/croquis:

Imagen 44
Registro personal, 2022.



Al tener claro los lineamientos a seguir en el proceso de diseño se comenzó a realizar los primeros bocetos, considerando la comodidad, los cambios físicos y vida cotidiana de una mujer lactante con mastitis. Tomando en cuenta los elementos que utilizan.

10.4 Experimentación de materiales:

Antes de comenzar a realizar el proceso de prototipado del producto, se comprobaron las propiedades de las telas escogidas para su respectiva funcionalidad:

- 1. *Elasticidad* (lycra algodón y modal)
- 2. *Absorción* (bambú y microfibra)
- 3. *Impermeabilidad* (pul)

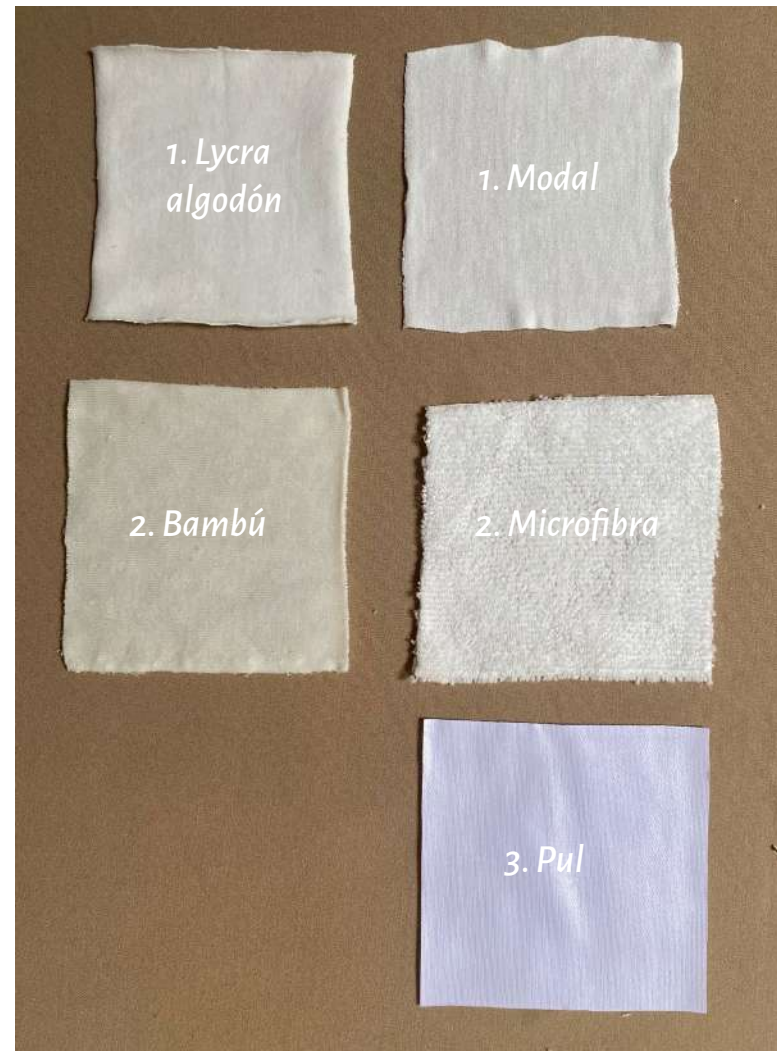


Imagen 45
Registro personal, 2022.

10.4 Experimentación de materiales:

1. Elasticidad (lycra algodón y modal)

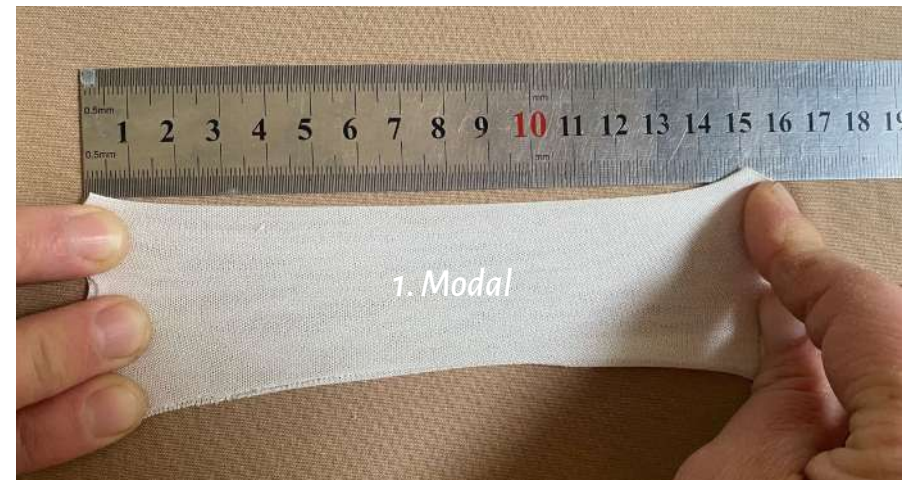
En primer lugar se comprobó la elasticidad de las dos telas propuesta para el cuerpo del sostén: lycra algodón y modal. El propósito en esta experimentación era comprobar el porcentaje de elasticidad que otorgaba la tela para lograr adaptarse cómodamente al cuerpo y responder a los posibles cambios en el tamaño del busto.

*Imagen 46-47
Registro personal, 2022.*



20% de elasticidad

(porcentaje que hay que reducir al realizar el proceso de patronaje)



50% de elasticidad

(porcentaje que hay que reducir al realizar el proceso de patronaje)

10.4 Experimentación de materiales:

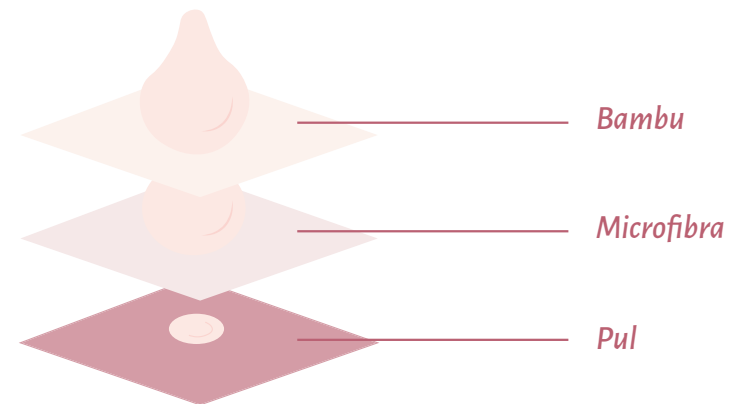
2. Absorción (bambú - microfibra)

3. Impermeabilidad (pul)

Por otro lado, se comprobó la capacidad de absorción (bambú - microfibra) y la impermeabilidad (pul), con el propósito de verificar la funcionalidad deseada en el absorbente de lactancia diseñado.



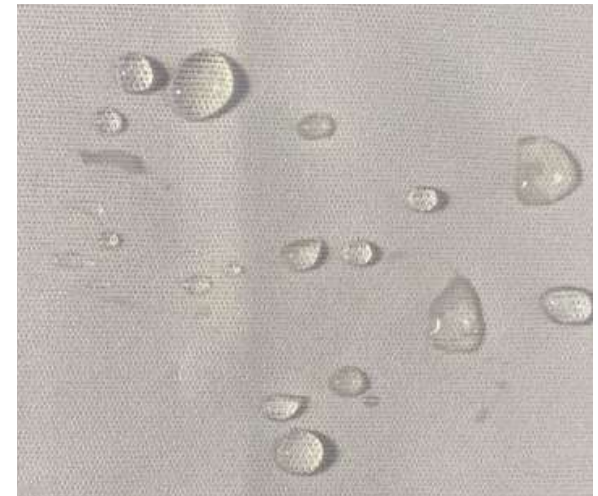
Imagen 48
Registro personal, 2022.



Esquema 9. Elaboración propia, capas presentes en absorbente de lactancia diseñado, 2022.

10.4 Experimentación de materiales:

Imagen 49-51
Registro personal, 2022.



Material	Cantidad	Absorción	Secado
Bambu y microfibra	Hasta 10 ml	Alta capacidad ● ● ● ●	6 a 8 horas

La materialidad del pul logra cumplir la impermeabilidad deseada, evitando el posible paso de la leche al exterior.

Esquema 9. Elaboración propia de experimentación de absorción en la tela, 2022.

10.5 Proceso de testeos:

Referencia:

Para llevar a cabo el proceso de testeo se contactó a la usuaria Constanza Musstre de 35 años, quien se encuentra actualmente en periodo de lactancia y ha presentado mastitis a lo largo de este periodo. De esta manera, era posible obtener resultados reales y contingentes al proyecto, considerando los aspectos de funcionalidad, percepción y estética de los diversos diseños propuestos.

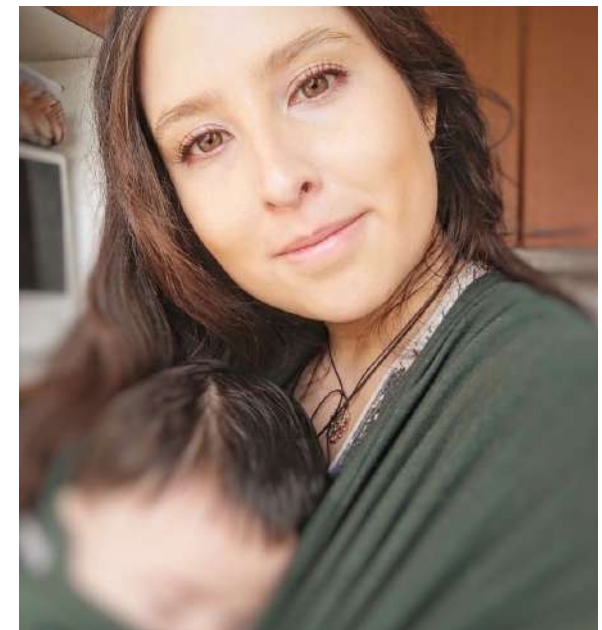
En este sentido, se decidió tomar como referencia el tamaño de sus senos a lo largo del desarrollo del sostén, considerando su respectiva talla de copa y contorno. Sin embargo, al utilizar una tela con alta capacidad de elasticidad existía una mayor posibilidad de adaptación a diversos cuerpos.

Por lo tanto, como estrategia se buscó paralelamente a una mujer que presentara una talla similar a la de la usuaria ya mencionada, con la finalidad de comprobar nuevamente el diseño

y obtener una respuesta diferente en torno a otro cuerpo.

Para facilitar el proceso y evitar incomodar a las mujeres, se decidió testear en la casa de cada una de ellas. En primera instancia, se les entregó el sostén para comprobar la percepción de su correcta usabilidad. Luego, al tener el sostén puesto se procedió a observar los resultados entregados del diseño en relación al cuerpo. Finalmente, se les pidió que dieran su opinión para llevar a cabo las modificaciones y el diseño a seguir.

Cabe mencionar, que los prototipos realizados fueron diseñados en base a una talla 38 C, equivalente a un contorno de 83 a 87 cm y un busto de 103 a 105 cm. Si bien existía una diferencia pequeña entre cada mujer, fue posible determinar este tallaje debido a la capacidad de adaptación y elasticidad de la tela.



*Imagen 52
Registro personal de
Constanza Musstre, 2022.*

10.5 Proceso de testeos:

Imagen 53-56
Registro personal, 2022.

Prototipo 1:

Se propuso un sostén constituido por piezas que permitiera intercambiar la zona del busto, la cual cumplía la función de ser absorbente de lactancia pero a la vez contenedor para los elementos que utilizan.

Las piezas estaban constituidas por 3 capas; lycra algodón - pul - lycra algodón. El propósito de este modelo era que la mujer pudiera cambiar dicha zona según su usabilidad.

<i>Aspectos negativos:</i>	<i>Aspectos positivos:</i>
<p>No logra sostener y controlar adecuadamente la zona.</p> <p>Poca viabilidad para unir las piezas externas al cuerpo del sostén.</p> <p>Diseño tedioso y poco práctico generando mayor frustración.</p> <p>Los tirantes resultan ser poco estéticos y funcionales.</p>	<p>En términos de apariencia y comodidad la espalda funciona correctamente, sin embargo se considera muy ancha.</p>

Hallazgos:

Se debe **integrar las piezas para otorgar mayor comodidad**. La mujer menciona la importancia de poder controlar el busto según su crecimiento y el valor que buscan en la apariencia estética, sin dejar de lado la funcionalidad.



10.5 Proceso de testeos:

Imagen 57-60
Registro personal, 2022.

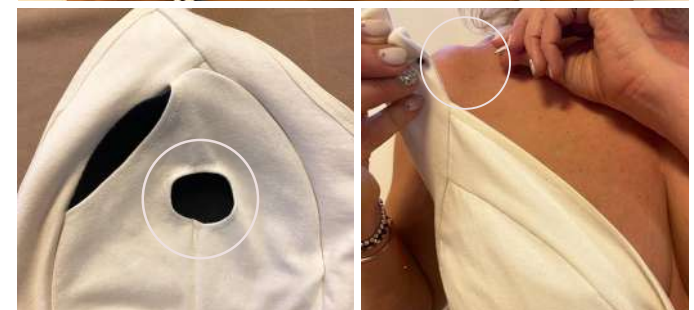
Prototipo 2:

Se buscó unificar ambas piezas para sostener adecuadamente el busto y cumplir la funcionalidad deseada considerando los elementos que utilizan (compresas-absorbentes). Por otro lado, se realizó una apertura en la zona del busto para evitar que la primera capa de tela se manche y se pueda simplemente intercambiar el absorbente. Finalmente, se añadieron tirantes y pasadores para poder controlar adecuadamente la zona del pecho pero a la vez permitiera desunir la pieza al dar leche.

<i>Aspectos negativos:</i>	<i>Aspectos positivos:</i>
<p>Sistema delantero de ajuste no permite una sujeción fija.</p> <p>Apertura interna es muy pequeña para controlar las fugas de leche.</p> <p>Huinchas del contorno del busto son muy largas.</p> <p>Piezas integradas en los tirantes para dar pecho resulta ser tedioso para las mujeres.</p>	<p>Sostenedor en la parte interna del sostén funciona correctamente.</p> <p>Espalda entrega resultados satisfactorios y una comodidad adecuada.</p>

Hallazgos:

Modificar la zona delantera del sostén para entregar la contención y adaptabilidad necesaria y **agrandar la apertura interna**. El sostenedor de los elementos es considerado un buen sistema. Las mujeres prefieren **sacar el pecho de manera fácil y rápida** al momento de dar leche.



10.5 Proceso de testeos:

Imagen 61-64
Registro personal, 2022.

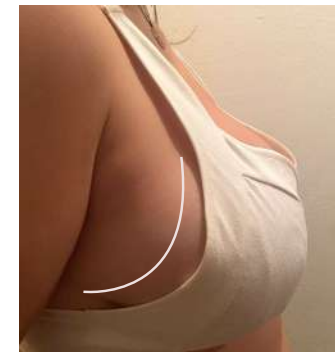
Prototipo 3:

Se buscó seguir con el diseño anterior pero modificando los errores ya mencionados. Se decidió eliminar la zona delantera de ajuste ya que es difícil controlar el busto de la mujer en ese punto de encuentro. Además, se eliminaron las piezas añadidas en los tirantes puesto que no logra ser cómodo y prefieren sacar de manera fácil el busto, sin necesidad de un accesorio adicional.

<i>Aspectos negativos:</i>	<i>Aspectos positivos:</i>
<p>Sujeción del busto aún no logra ser la adecuada.</p> <p>Al colocar el sostén por la cabeza es considerado incómodo pasando a llevar las zonas críticas del busto.</p> <p>Zona de la copa no entrega la comodidad y holgura que buscan.</p>	<p>La mujer puede sacar el pecho sin molestias.</p>

Hallazgos:

Necesidad de utilizar un sistema de cierre en la zona delantera del busto que entregue la comodidad, contención y adaptabilidad requerida. Mujeres buscan sentir suavidad y mayor holgura en la zona del busto, por lo que es necesario proponer otra materialidad en dicha zona.



10.5 Proceso de testeos:

Imagen 65-68
Registro personal, 2022.

Prototipo 4:

Se experimentó otro posible sistema de cierre en la zona delantera del sostén y se modificó la tela de lycra utilizada anteriormente en la copa por modal, con el propósito de entregar mayor comodidad y suavidad en dicha zona.

<i>Aspectos negativos:</i>	<i>Aspectos positivos:</i>
<p>Sistema de cierre propuesto genera tensión en el punto de encuentro, por lo que tiende a desplazarse hacia los costados</p> <p>Apertura circular en la parte interna del sostén no se encuentra correctamente en la zona del pezón debido al desplazamiento de la pieza.</p> <p>La pretina es considerada muy angosta, saliendo parte del busto.</p>	<p>La tela de modal en la zona del busto logra ser altamente satisfactoria, respondiendo a la comodidad que buscan.</p>

Hallazgos:

Necesidad de **agrandar la pieza de la espalda para evitar el desplazamiento** de la zona delantera hacia los costados y por ende prevenir la tensión generada al minuto de añadir el sistema de cierre.



10.5 Proceso de testeos:

Imagen 69-72
Registro personal, 2022.

Prototipo 5:

Al modificar la pieza de la espalda se decidió experimentar nuevamente con el sistema de cierre propuesto en el segundo prototipo pero de un tamaño más grande y con mayor posibilidades de enganche para lograr la contención esperada. Adicionalmente, se decidió eliminar el uso de vivos en el contorno del sostén con el fin de entregar mayor comodidad y suavidad al contacto directo con la piel.

<i>Aspectos negativos:</i>	<i>Aspectos positivos:</i>
El sistema de cierre no queda 100% firme, sigue generando una mínima tensión y por ende modificando la curva del busto derecho.	La pieza de la copa logra adaptarse bien al busto, ya que esta no se desplaza hacia los costados como en el prototipo anterior. La eliminación de los vivos evitó generar incomodidad y roce en las zonas críticas del busto. Las mujeres se sienten cómodas y satisfechas con la decisión.

Hallazgos:

Al agrandar la pretina se logró cubrir la totalidad del busto y contenerlo de manera adecuada. Sin embargo era necesario equilibrar la cantidad de posibilidades de enganche para evitar una gran diferencia entre cada uno de ellos y de esta forma llegar a la estabilidad deseada, lo cual se modificará para el resultado final.



10.5 Proceso de testeos:

Prototipo 1



Prototipo 2



Prototipo 3



10.5 Proceso de testeos:

Prototipo 4



Prototipo 5



Al tener definido el modelo final del sostén, se comenzó a diseñar ergonómicamente los elementos que integran el sistema textil: compresas y absorbentes de lactancia. En este sentido, era fundamental que la forma de estos interactuara directamente con el diseño del sostén, proporcionando la estabilidad y comodidad necesaria en su uso.

Compresas

Los guateros de semillas son definidos por el British Medical Journal como una técnica derivada del masaje terapéutico a partir de la mezcla de semillas, hierbas y flores aromáticas que **al ser sometidas a una temperatura específica, permiten disminuir el dolor e inflamación de distintas dolencias, generando una sensación de alivio en las personas** (Mejor Con Salud, 2022).

Para llevar a cabo el proceso de diseño de este elemento, en primer lugar se analizó la forma del sostén diseñado, para lograr la adaptabilidad y contención necesaria. Luego se consideraron aquellas áreas del busto que debían recibir calor o frío según las posibles zonas afectadas. Y finalmente, se realizó una amplia investigación acerca de las propiedades y características presentes en las diversas semillas y flores aromáticas existentes para recibir el alivio deseado.

Forma: Se utilizó la misma pieza utilizada en el busto del sistema diseñado, eliminando únicamente la pinza central y agregando 0,5 de contorno, con el propósito de realizar la técnica de embolsado.

Espacio: Se consideró la totalidad de la zona del busto del sostén ya que en esta se encuentran los posibles conductos obstruidos de la

mama, buscando satisfacer las molestias y dolor en dicha zona.

Semillas: Se decidió utilizar semillas de mijo en el interior dado que se caracterizan por presentar un tamaño pequeño de forma circular y de tacto confortable, permitiendo la adaptabilidad al cuerpo. Además, de retener por mayor tiempo el frío y calor. En este último aspecto es fundamental su elección ya que no desprenden olor al ser sometido a altas temperaturas.

Flores: Se utilizó manzanilla y lavanda puesto que presentan propiedades calmantes y relajantes al estar en contacto con el cuerpo. Adicionalmente, aportan satisfacción mediante su olor.

Prototipo Compresas

Imagen 73.
Registro personal, 2022.



1. Se definió la forma y el tamaño considerando el molde del prototipo 2 de sostén (página 84). De este modo, tomando en cuenta la apertura presente en la zona del pezón debido a las posibles fugas de leche, era fundamental que el calor no estuviera en contacto directo con este sector delicado del cuerpo, por lo que se realizó una costura a modo de evitar el uso de semillas en ese espacio. Adicionalmente, se realizaron costuras en zonas estratégicas para evitar el movimiento de la semilla y una funcionalidad efectiva en la totalidad del busto.

2. Al alterar el tamaño del círculo de la pieza del busto en el prototipo 3 de sostén (página 85), fue necesario realizar la misma modificación en la compresa.

3. Se decidió realizar una mayor cantidad de costuras en el espacio de la compresa para proporcionar una superior estabilidad y distribución de las semillas. Además se experimentó con una terminación diferente para entregar un mayor oficio.

4. La terminación anterior no entregó resultados satisfactorios visualmente, de modo que se decidió realizar el embolsado en la tela propuesto anteriormente.

10.5 Proceso de testeos:

Testeo Compresas

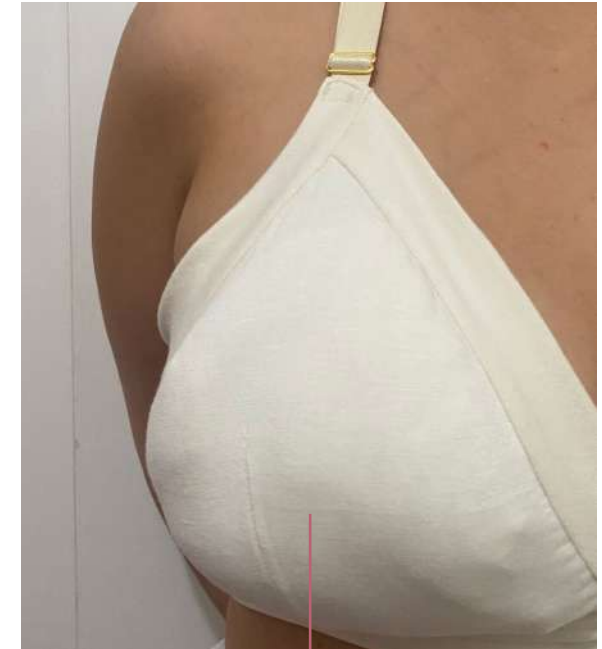
Al tener la forma final de la compresa diseñada. Se analizó su interacción mediante el sostén. Fue posible evidenciar una adaptabilidad e integración efectiva a este. Además se sometió tanto a calor como a frío para comprobar la funcionalidad esperada, considerando el tiempo de exposición y durabilidad.

Posteriormente, se les entregó a las mujeres la compresa para evidenciar su percepción a la hora de utilizarlo con el sostén. Adicionalmente, se les realizó preguntas específicas guiadas en aquellos aspectos claves que debía entregar el diseño:

- ¿Qué tan cómodo te sientes la compresa al estar en contacto con tus pechos?
- ¿Te genera roce y molestias en el pezón?
- ¿Te pesa la compresa?
- ¿Sientes que se mueve de lugar la compresa al moverte?
- ¿Qué aspectos del sostén te permiten entender cómo usar la compresa?



La percepción del uso de la compresa es entendida correctamente. Sin embargo, consideran mejor integrar esta por el centro, es más cómodo y sencillo (se modificará en el diseño final).



La compresa responde ergonómicamente a la forma del sostén, sin generar incomodidad, molestias y peso en su uso.

*Imagen 74-75.
Registro personal, 2022.*

Absorbentes de lactancia:

Tomando en cuenta las posibles fugas de leche durante la lactancia y la incomodidad percibida por las madres al utilizar los absorbentes existentes, es sumamente importante considerar este elemento en la integración del sostén.

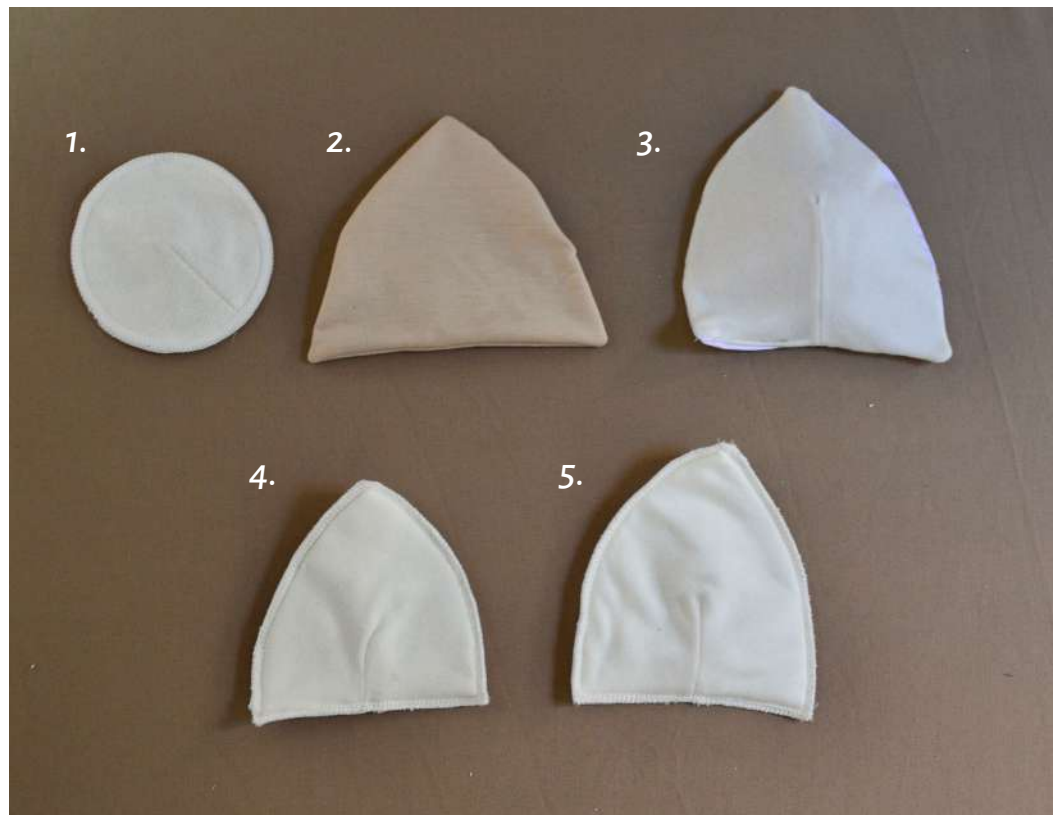
El diseño se pensó bajo la misma lógica constructiva que se diseñaron las compresas, donde se utilizó el mismo molde de la pieza del busto de los sostenes para definir su forma. Sin embargo, para este elemento se mantuvo la pinza central establecida en el molde, con el propósito de responder correctamente a la forma del busto.

Al realizar la experimentación de los materiales en el punto 10.4 fue posible comprobar las propiedades de absorción e impermeabilidad que debía presentar este elemento para su funcionamiento. De esta manera, se decidió utilizar 3 capas. En primer lugar el bambú debido a su alta capacidad de absorción, suavidad y propiedades hipoalérgicas para estar en contacto con el pezón. Luego la microfibras, la cual presenta una mayor capacidad de absor-

ción asegurando dicha necesidad, pero a la vez entregando mayor estructura al elemento. Y finalmente, el pul, material que entrega la impermeabilidad deseada para evitar el traspaso de leche al exterior y de esta forma el posible manchado de la ropa.

Absorbentes de lactancia:

Imagen 76.
Registro personal, 2022.



1. Se tomó como referencia un absorbente de lactancia para comprender su lógica constructiva y funcional.

2. Se definió la forma a utilizar en base al molde del sostén. Sin embargo, fue necesario entregar mayor estructura al elemento, ya que al momento de agregar este a la prenda, se arruga.

3. Se integró lo que se conoce como "copa de sostén" para definir aún más la forma. No obstante, no logró responder a la comodidad que las mujeres buscan. Además se consideró muy grande el absorbente para el sostén

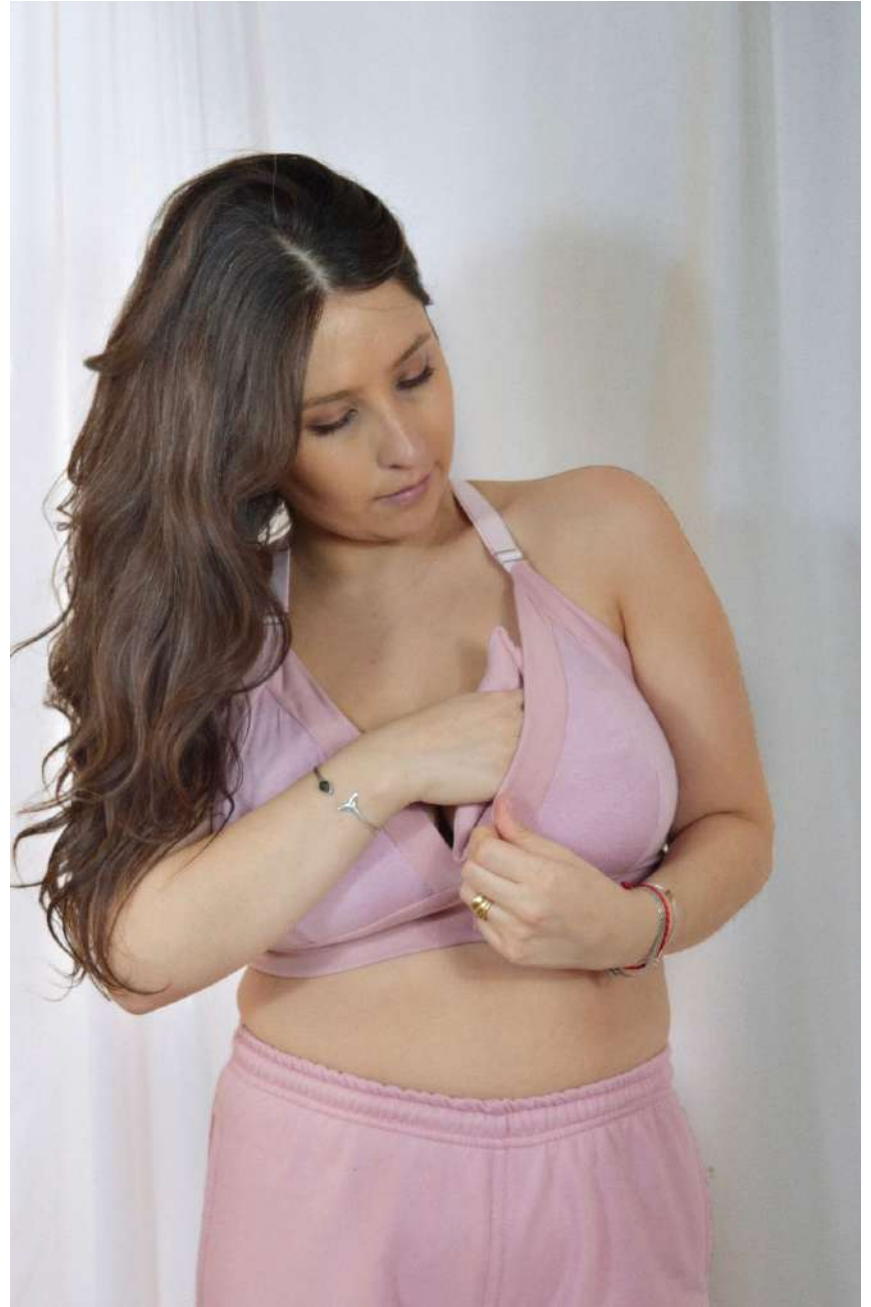
4. Se decidió utilizar microfibra como capa intermedia para asegurar mayor absorción y a la vez entregar una mínima estructura, facilitando la interacción al momento de integrarlo al sostén. Paralelamente, se disminuyó el tamaño de la pieza para facilitar su uso.

5. Al achicar la pieza anterior, fue considerada pequeña por lo que se agrandó 0,5 mm. Además, se realizó terminación en overlock para asegurar una mayor estabilidad en las capas presentes en el diseño.

11.

Resultado
final







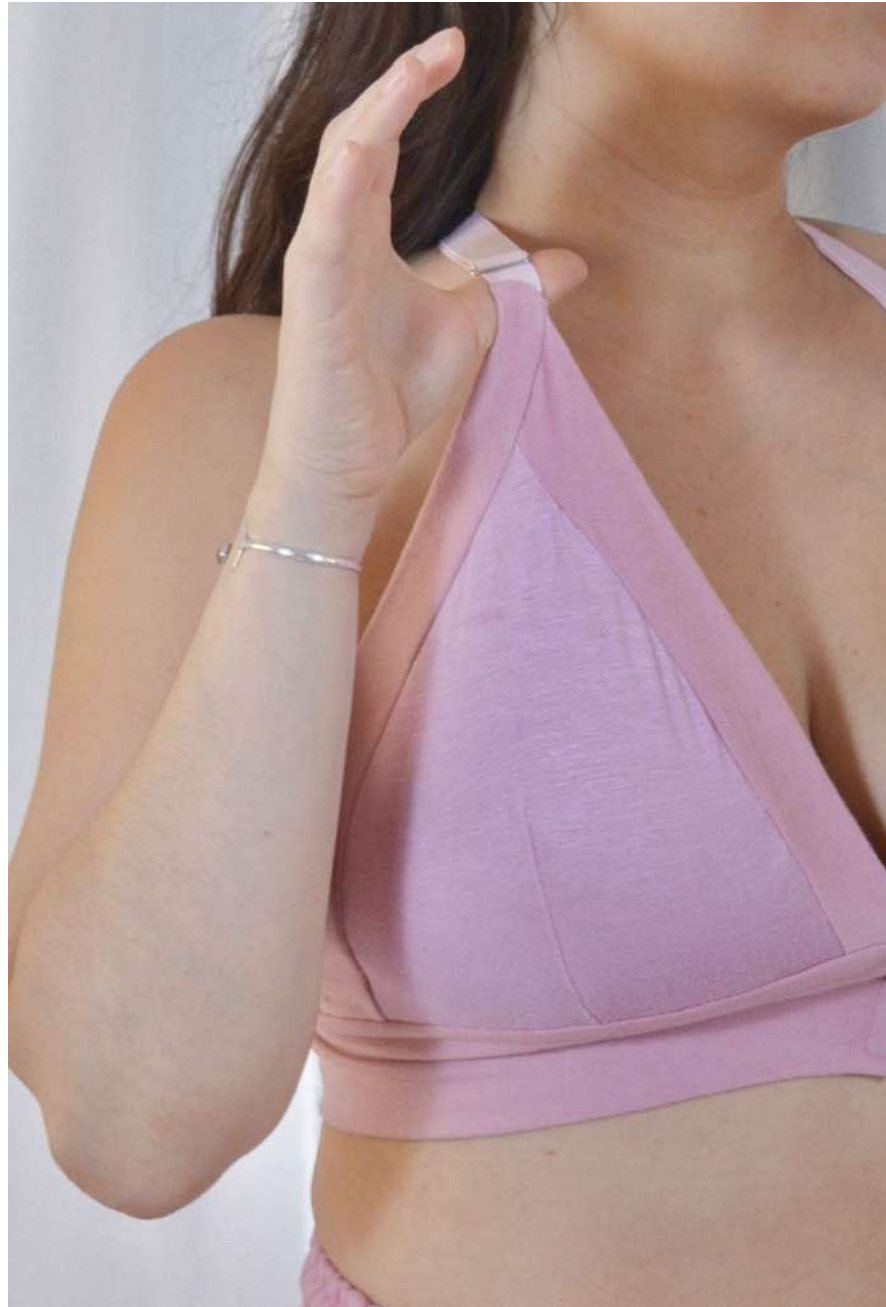
Productos a utilizar responden ergonómicamente al sostén, evitando incomodidad a lo largo de su usabilidad.





El sistema de cierre entrega la comodidad y sujeción necesaria según cada mujer, evitando el roce de las posibles zonas críticas del busto.





La dirección de la elasticidad en la tela es utilizada de manera diferente en el diseño, con el fin de obtener la contención adecuada y adaptabilidad según los cambios del busto a lo largo de la afección.





La elasticidad de la tela ofrece un sistema fácil y práctico al minuto de dar leche.

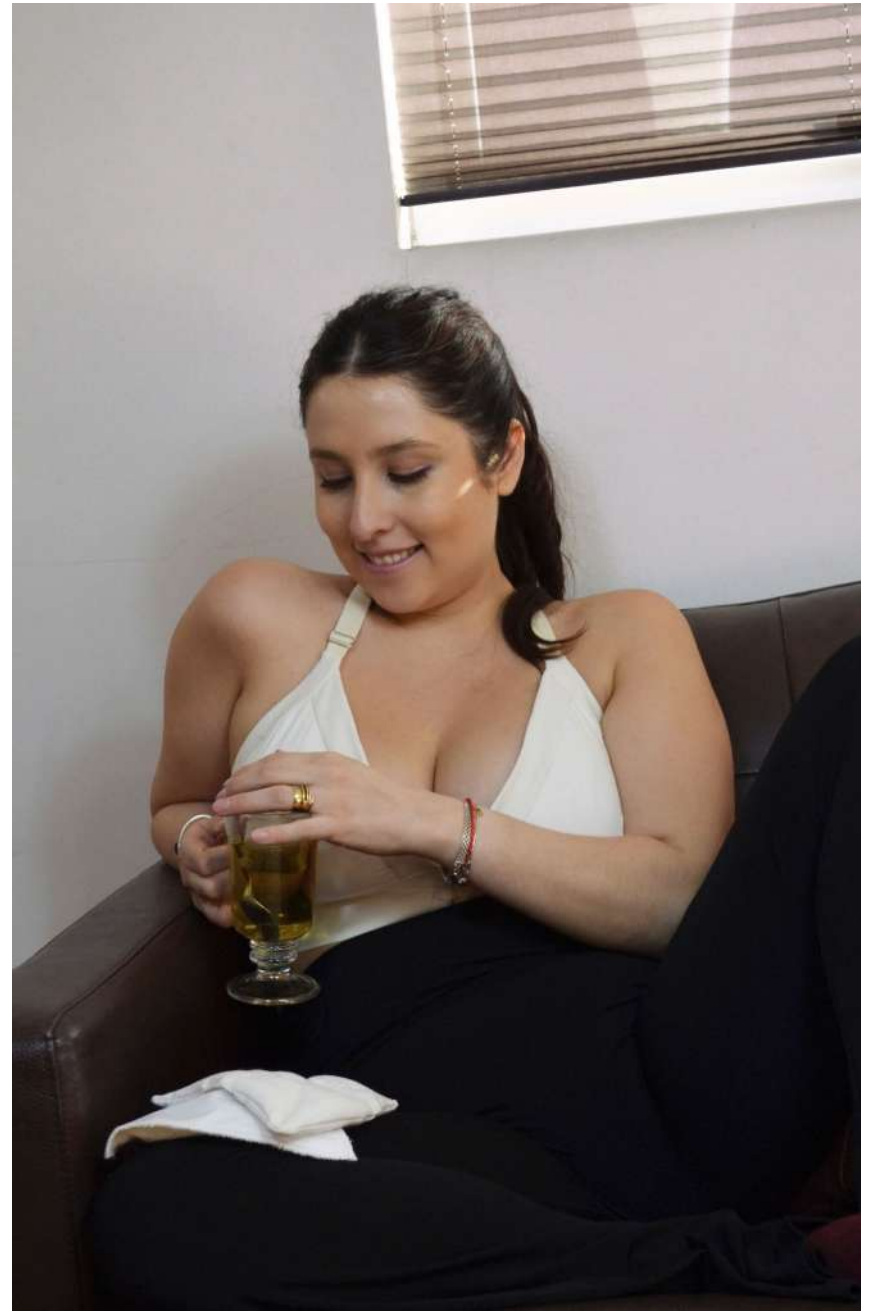


Espalda diseñada busca responder a la firmeza requerida en dicha zona.



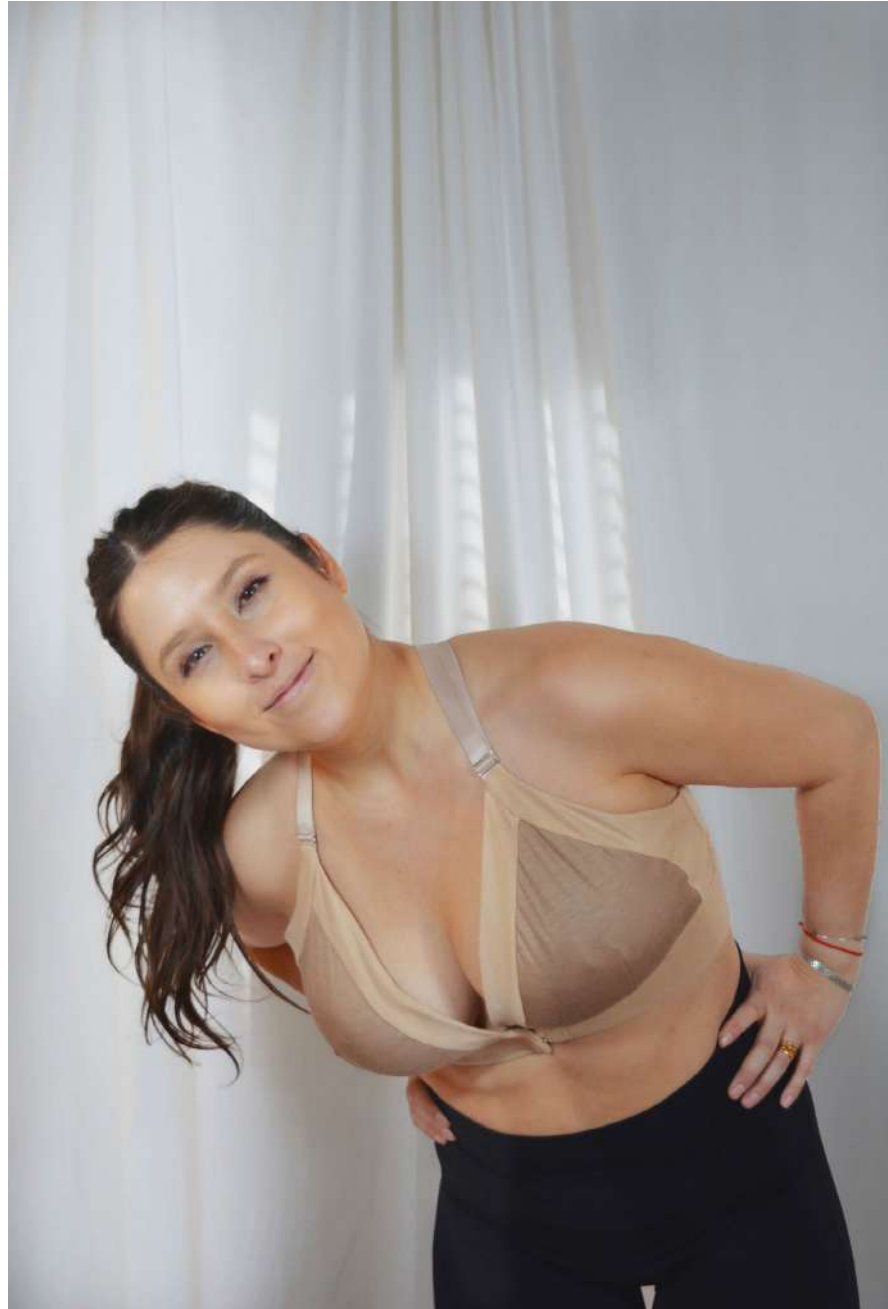


Se utilizó diversas telas de manera estratégica para responder a las necesidades físicas en cada zona.

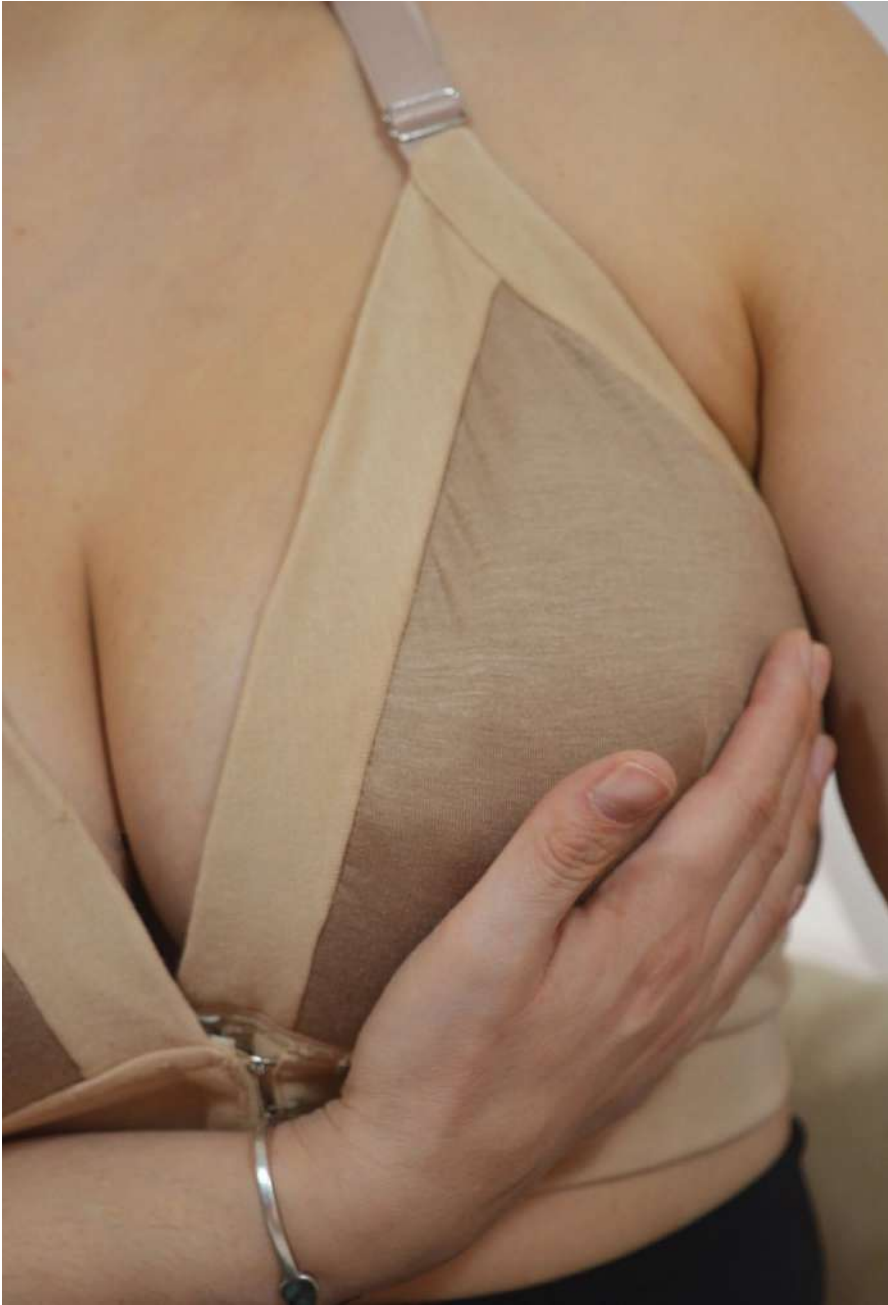




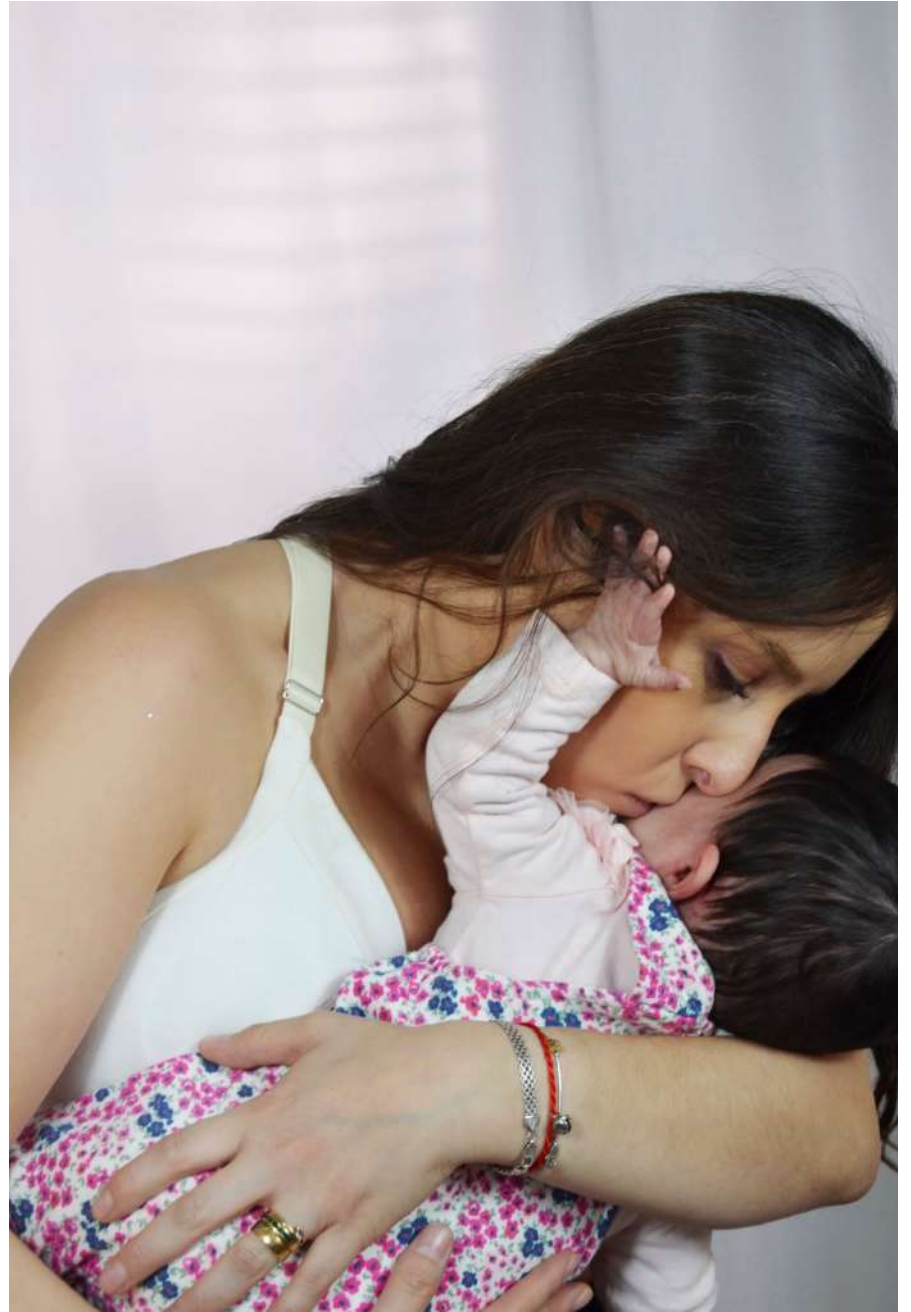




Comodidad y
satisfacción en
su uso.

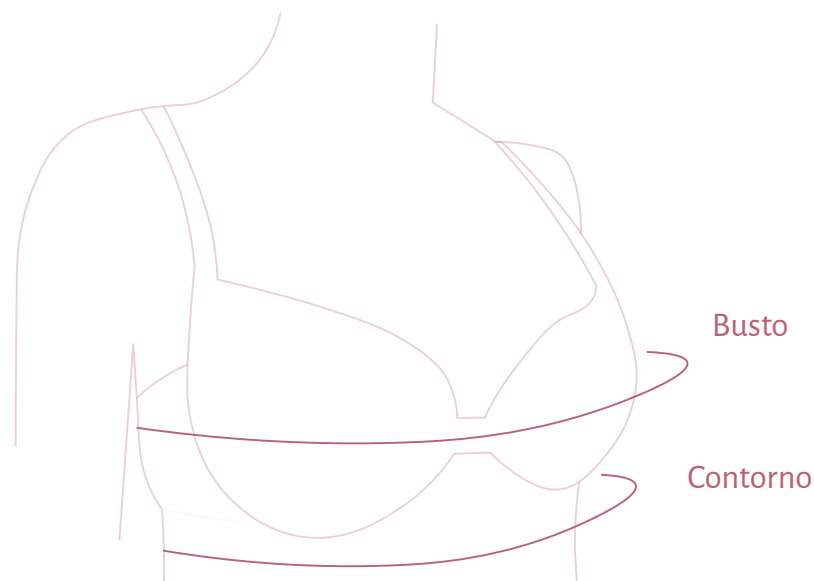






11.1 Tallaje del sostén:

La talla durante el período de lactancia varía según el cuerpo de cada mujer; algunas madres cambian solo una talla, otras dos, e incluso tres que la usada anteriormente. Por este motivo, es importante utilizar sujetadores bien diseñados que se adapten a la forma cambiante del cuerpo, proporcionando la comodidad necesaria. (Medela, 2022)



Para determinar las tallas existentes, se tomó en cuenta las medidas de las mujeres que formaron parte del testeo y se analizó el tallaje de diversas marcas dentro del mercado nacional de maternidad, con el fin de responder eficientemente al cuerpo real de las mujeres lactantes.

Fue posible observar que debido a la capacidad de elasticidad de la prenda era viable abarcar diferentes tipos de senos. Es por esto, que tomando en cuenta el sistema de tallaje chileno de maternidad, se decidió asociar cada uno de estos a XS - S - M - L y XL. De esta forma, es posible reducir la variedad de tallas a partir de un sistema más simple que responda a los diversos cuerpos según cada mujer.

Talla	EUA/UK	Contorno	Busto
XS	32 C	68 -72 cm	86 - 88 cm
XS	32 D	68 -72 cm	88 - 89 cm
S	34 B	73 -77 cm	89 - 91 cm
S	34 C	73 -77 cm	91 - 93 cm
S	34 D	73 -77 cm	93 - 95 cm
M	36 B	78 -82 cm	95 - 97 cm
M	36 C	78 -82 cm	97 - 99 cm
M	36 D	78 -82 cm	99 - 101 cm
L	38 B	83 - 87 cm	101 - 103 cm
L	38 C	83 - 87 cm	103 - 105 cm
XL	40 B	88 - 92 cm	105 - 107 cm
XL	40 C	88 - 92 cm	107 - 109 cm
XL	40 D	88 - 92 cm	109 - 111 cm

Esquema 11. - Elaboración propia
medidas sostenes bimuu, 2022.

12.

Diseño de
identidad

SOFT - COMFORT



12.1 Desarrollo gráfico

Naming:

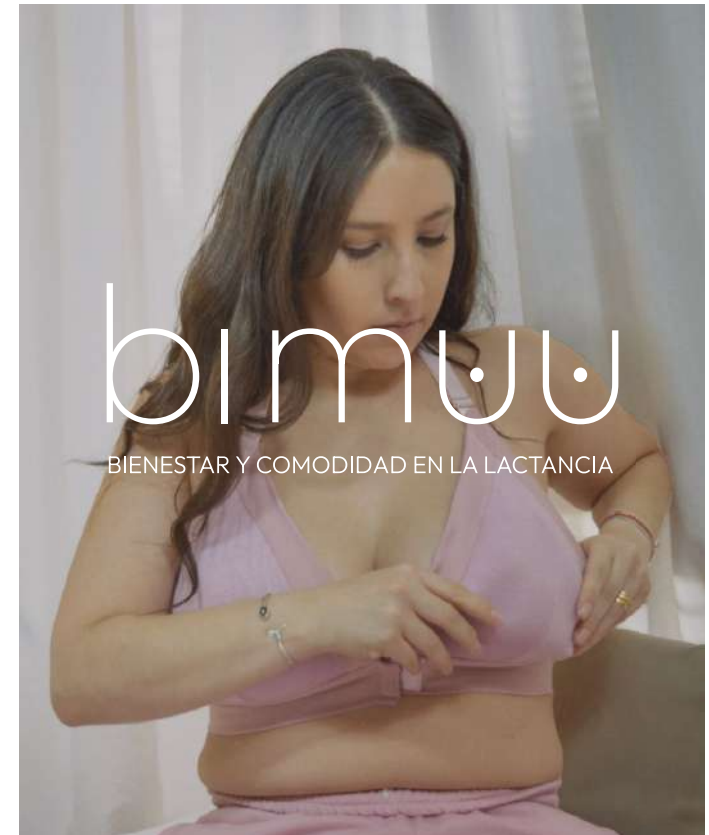
Tomando en cuenta los pilares fundamentales que enmarcan el proyecto, es sumamente necesario que la marca sea capaz de transmitir los principales conceptos que lo sustentan. Por tanto, se propuso como naming una palabra que diera a entender en primera instancia lo que se busca transmitir en el proyecto: “visibilizar la realidad de la maternidad durante el periodo de lactancia, considerando la mastitis como una situación común en la que se ve expuesta la mujer pero que es poco reconocida”.

En este sentido, luego de diversas posibilidades se definió “bimuu” como nombre de la marca, ya que a partir del juego de palabras se logra comunicar la realidad de “Ser mujer - ser mamá”. Tomando en cuenta este contexto se busca responder a cada una de sus necesidades, ofreciendo un producto diseñado y pensado únicamente para ellas.

Para el diseño del logotipo se escogió la tipografía Outfit Thin, que transmitieran el concepto de holgura, simpleza y comodidad de la prenda.

Dentro de la propuesta se integra visualmente en la tipografía la forma de los pechos de la mujer para dar entender gráficamente que es un producto desarrollo para esa zona específica del cuerpo.

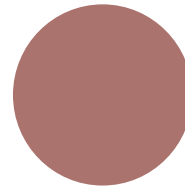
Por último, para dar a entender el contexto en el cual se sustenta el proyecto se decidió acompañar el nombre de la marca con una bajada que diera cuenta de eso: “Bienestar y comodidad en la lactancia”.



Logotipo:

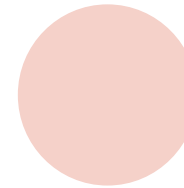


Paleta de color:



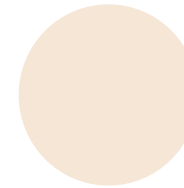
#AC726E

R: 172 C: 26%
G: 114 M: 57%
B: 110 Y: 45%
K: 17%



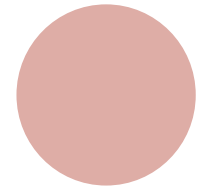
#F5D0C9

R: 245 C: 3%
G: 208 M: 24%
B: 201 Y: 18%
K: 0%



#F5E5D7

R: 245 C: 4%
G: 229 M: 11%
B: 215 Y: 16%
K: 0%



#DDAEA6

R: 221 C: 13%
G: 174 M: 37%
B: 166 Y: 30%
K: 3%

Variaciones de color:



Slogan:



Tipografía complementaria:

Avenir Next Light
Ab, Cc, Dd, Ee, Ff, Hh, Jj, Kk..
1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

Avenir Next Regular
Ab, Cc, Dd, Ee, Ff, Hh, Jj, Kk..
1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

Avenir Next Italic
Ab, Cc, Dd, Ee, Ff, Hh, Jj, Kk..
1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

Avenir Next Medium
Ab, Cc, Dd, Ee, Ff, Hh, Jj, Kk..
1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

Packaging:

Al ser un producto que está en contacto directo con los pechos de la mujer afectada, es sumamente importante mantener la higiene y el cuidado de la prenda y sus elementos. Es por esto que las decisiones acerca del envoltorio se vuelven fundamentales.

Por tanto y para entregar una doble funcionalidad, se optó por escoger una bolsa de tela ecológica constituida de 100% algodón. Su diseño presenta un bolsillo en la zona interna que permite guardar los elementos que fueron utilizados para evitar el contacto directo y posible manchado con el sostén.

En este sentido, se busca responder a los cuidados del producto pero a la vez permitir potenciar su utilidad bajo otro propósito.

-Permite ser utilizada en diferentes contextos y dentro del closet para mantener el cuidado de la prenda.

- La medida responde a la capacidad necesaria de espacio considerando el sostén y los elementos.

-Bolsillo interno para los elementos.

-Uso del logotipo para visibilizar la marca.



Etiquetas:

El sostén está acompañado de una etiqueta que expresa gráficamente la marca e informa en grandes rasgos de que trata el producto y la materialidad del cual esta compuesto. Sin embargo, se enfatiza la necesidad de ingresar a la página e instgram para obtener mayor información.

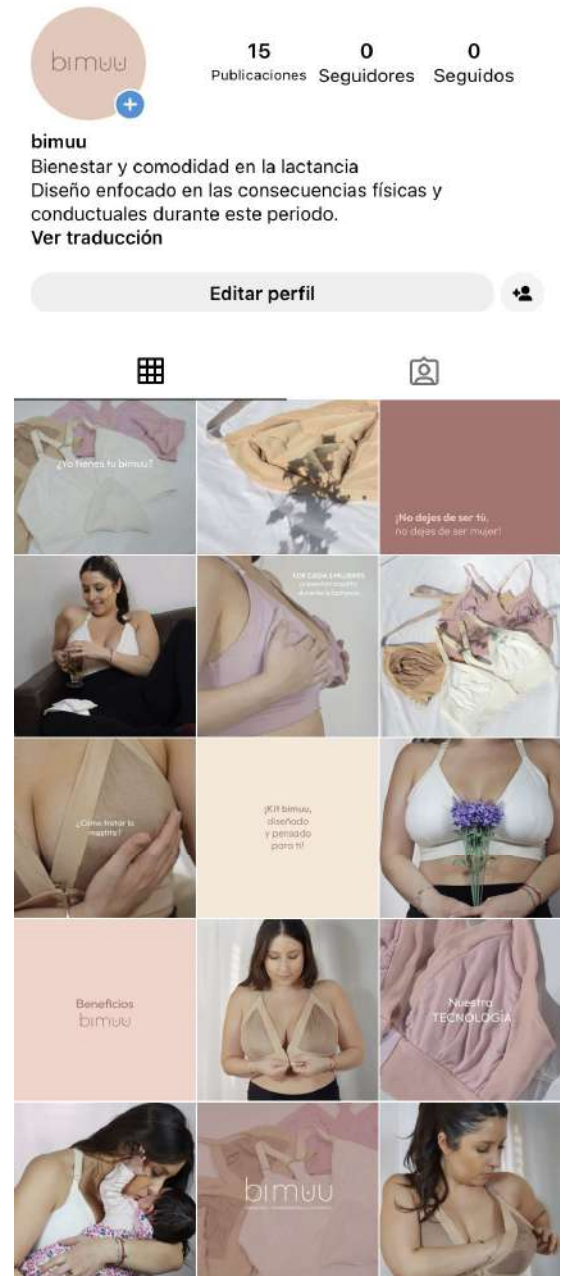
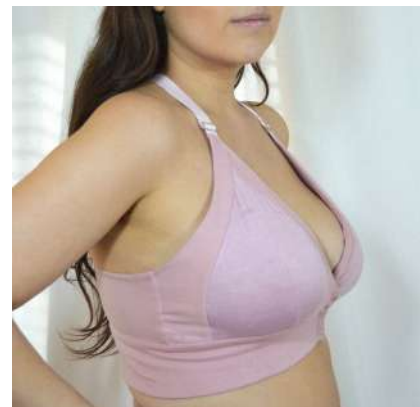


Instagram:

“Durante el 2020 un 35%-40% de la población utilizaba Instagram al menos 3 días a la semana, pero ahora 2022 el 59% de los chilenos la utilizan” (Cadem,2020).

Considerando el uso activo de esta plataforma en nuestro país, será posible encontrar la marca @bimuu a través de este medio. En el perfil se podrán encontrar imágenes de los productos ofrecidos, considerando su correcto modo de uso. Por otro lado, a partir de publicaciones y lives se entregará información enriquecedora a las mujeres acerca de las mastitis, considerando datos, consejos y testimonios.

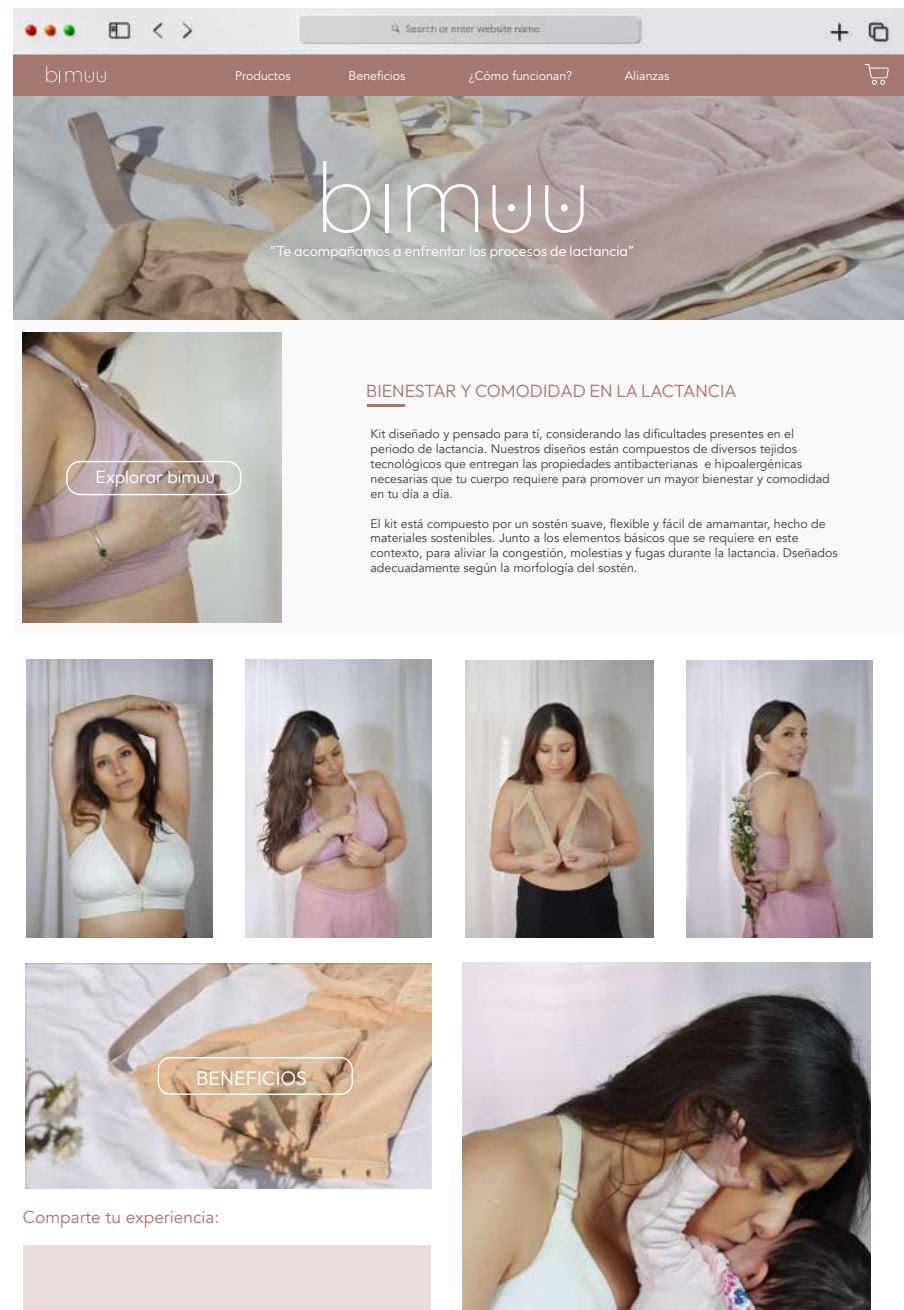
De esta forma, se busca que la utilización de este medio no sea únicamente para promover la venta del producto sino que también ser un medio de información y apoyo para las madres lactantes.



Página web:

Será el principal punto de venta del producto diseñado, en el cual se dará a conocer la marca y sus principales objetivos con el propósito de generar una compra consciente por parte de las mujeres. En este medio se podrá observar el modelo en su totalidad, considerando las variedades de color y tallas existentes. Además, de las tecnologías textiles aplicadas en el diseño y sus beneficios para el cuidado de la madre.

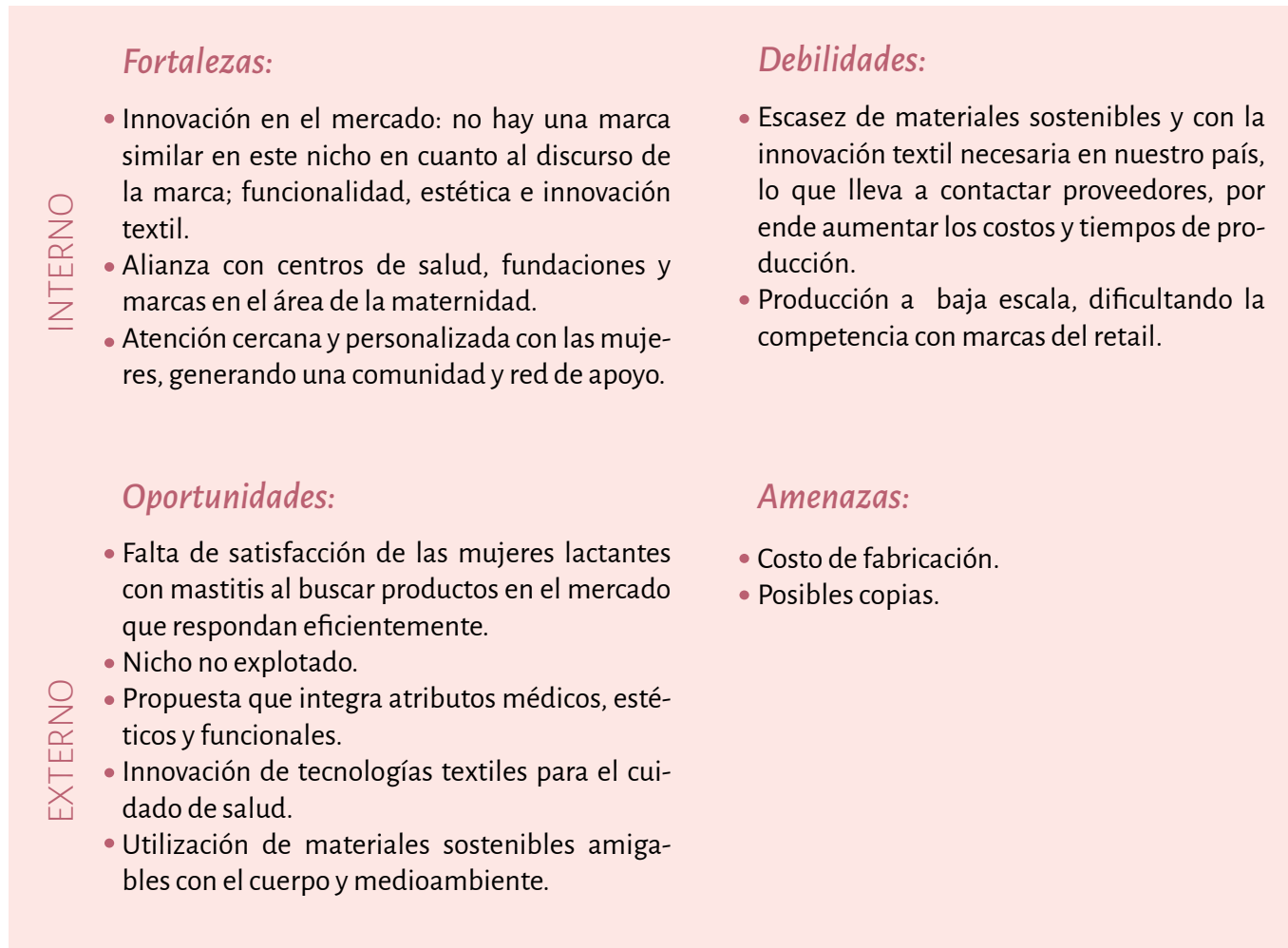
Por último, considerando el principal objetivo de promover el bienestar de las mujeres lactantes existirá una sección en la cual se podrán dejar comentarios y experiencias respecto al producto.



13.

Plan de
implementación

13.0 Modelo Foda:



Esquema 12. Elaboración propia modelo Foda Bimuu, 2022.

13.1 Modelo Canvas:

<i>Socios claves:</i>	<i>Actividades claves:</i>	<i>Propuesta de valor:</i>	<i>Segmento de clientes:</i>	<i>Relaciones con clientes:</i>
<ul style="list-style-type: none"> -Copptech. -Fundaciones de maternidad: Emma, Soy más fundación, Chile Unido, etc. -Clínicas y hospitales. -Ministerio de Salud. -Costureras y modistas. -Diseñador gráfico y fotógrafo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Diseño del sostén y los elementos. -Patronaje y confección. -Lanzamiento y promoción del producto al mercado. -Venta. -Embalaje. -Distribución. 	<ul style="list-style-type: none"> -Sistema textil para mujeres lactantes con mastitis, que entrega la comodidad y funcionalidad que requieren, considerando los aspectos negativos que repercute dicha afección en su cuerpo y vida cotidiana. -Tecnología textil a partir de la combinación de algodón e hilado de cobre. 	<ul style="list-style-type: none"> -Mujer en periodo de lactancia que presentan mastitis o tienen la posibilidad de tener, dado a su rol madre. -Buscan sentirse cómodas, comprendidas y aliviadas durante este periodo. 	<ul style="list-style-type: none"> -Contacto indirecto con las mujeres en centros de salud, fundaciones, y marcas de maternidad. -Charlas y exposiciones para dar a conocer y visibilizar la mastitis. -Chat de conversación en la página web y directas para resolver dudas al cliente tanto del producto como de la afección. -Lives semanales vía instagram para interactuar con las mujeres donde se entregará información y compartirá testimonios acerca de la mastitis.
	<p><i>Recurso clave:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Espacio de trabajo, computador, telas, insumos de confección, máquinas de fabricación, teléfono y auto. -Diseñadora, modista, costurera, contadora, community manager, equipo de reparto y red de contactos. -Patente de la marca, registro de la página web, red de contactos y proveedores. 		<p><i>Canales:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Página web. -Redes sociales de la marca. -Eventos relacionados a la maternidad. -Centros de salud, fundaciones y marcas de maternidad. 	
<i>Estructura de costos:</i>		<i>Fuentes de ingresos:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> -Gastos de producción. -Gastos de tela e insumos. -Creación y mantención de la página web. -Impresión de packaging. -Distribución y despachos. 		<ul style="list-style-type: none"> -Venta del producto en los diferentes canales propuestos. -Postulaciones a fondos: Capital Semilla (corfo), Programa Yo emprendo (fosis), Capital abeja (sercotec), Jump, etc. -Donaciones. -Ayuda de inversionistas. 		

13. 2 Estructura de costos:

Sostén	Tela modal	\$1.215	1,15 x 27cm
	Lycra algodón	\$798	0,58 x 0,39cm
	Gancho metálico	\$180	1u
	Extensores	\$450	1u
	Tirantes	\$933	35cm
Compresa	Semillas mijo	\$1.900	2u
	Manzanilla - lavanda	\$1.9500	2u
Absorbente	Bambú	\$856	0,44 x 0,20cm
	Pul	\$762	0,44 x 0,20cm
	Microfibra	\$739	0,44 x 0,20cm
Confección	Sostén y elementos	\$12.000	
Packaging	Etiquetas	\$84	1u
	Hilo	\$10	1u
	Bolsa algodón	\$2.900	1u
	Total:	\$24.776	

Precio venta:	\$38.102
IVA:	\$7.239
Total + IVA:	\$45.531
Ganancia:	\$8.802

\$4.534 10% DONACIÓN

Esquema 14. Elaboración propia estructura de costos

13.3 Financiamiento:

Postulaciones a fondos:

Para poder financiar e impulsar la viabilidad del proyecto se busca participar de diferentes fondos que permitan financiar la inversión inicial y parte de la fabricación del producto. Dentro de las posibilidades se encuentra Capital Semilla (corfo), Programa Yo emprendo (fosis), Capital abeja (sercotec) o Jump.

Alianzas:

Por otro lado, tomando en cuenta que el producto diseñado se enfoca en la salud y bienestar de las mujeres lactantes de nuestro país, se busca generar alianza con fundaciones de maternidad, organizaciones y empresas que estén interesados en comprar el producto y formar parte de esta causa.

13.4 Proyecciones:

La integración de hilados de cobre en el diseño del sostén entrega propiedades fundamentales para contribuir a la salud de la mujer y evitar una mayor propagación de la mastitis. Es por esto, que se busca concretar la colaboración con Copptech, laboratorio que realiza la tecnología antibacteriana a partir de la incorporación de cobre y zinc en la tela, con el propósito de alcanzar los resultados deseados y a la vez una producción más industrial (1.1).

Por otro lado, considerando la escasez de proveedores en nuestro país que ofrezcan los insumos necesarios que requiere el diseño. Es necesario, realizar una amplia búsqueda de nuevos proveedores que permitan aminorar los costos de producción y así disminuir el valor del producto.

Finalmente, al ser la mastitis una realidad recurrente en las mujeres en periodo de lactancia, es fundamental promover el bienestar de un alto alcance de las madres chilenas que presentan o tienen la posibilidad de tener esta afección. Es por esto, que se propone colaborar con centros de salud que entreguen este producto.

Imagen 76
Registro personal, 2022.



1.1 Se conversó con Juan Ignacio Alegría, encargado de Copptech en nuestro país. Fue posible resolver dudas acerca de la tecnología aplicada en la tela y viabilidad del proyecto. Quien deslumbró interés por este, mencionando “Hicimos una formulación con cobre y estudios acerca de la aplicación de esta tecnología en la mastitis de las vacas y se obtuvieron resultados satisfactorios para el bienestar del animal, arrojando que lo ppm presentes en el material eran insignificante en la alteración de la leche”, “El desprendimiento de iones de cobre a partir del textil es mucho más controlado, siendo mínimo, no habría problema”. Además, menciona “Al presentar tu proyecto podemos buscar la alternativa de aplicar mayor número de fibras para responder a la elasticidad deseada en el sostén”(2022).

13.5 Impacto:

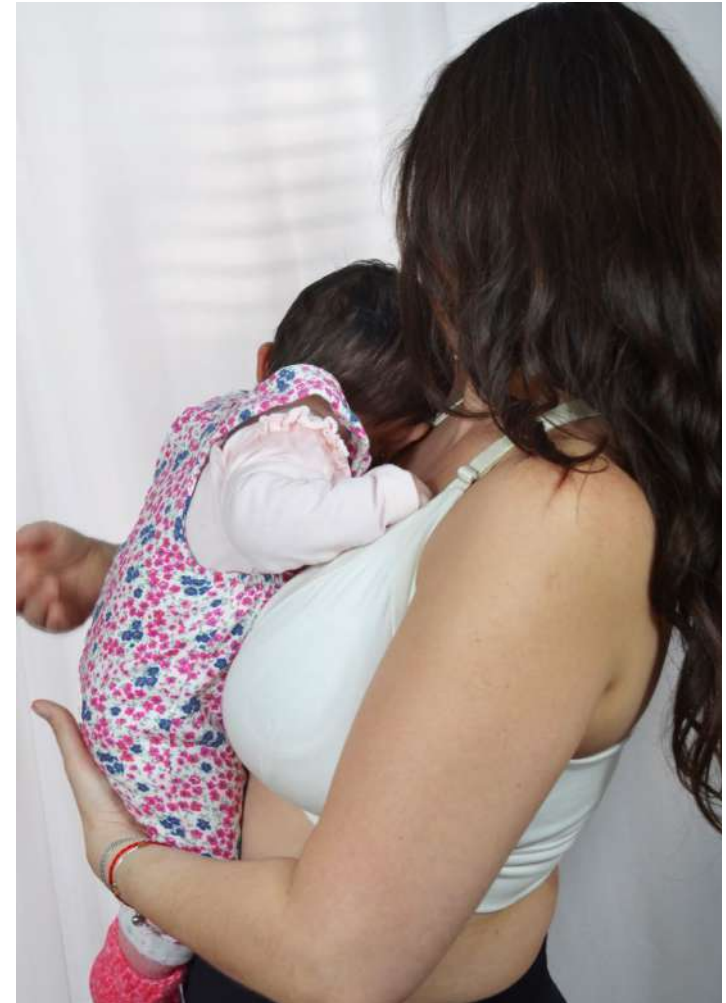
Ámbito cultural:

Bimuu, busca visibilizar y dar a conocer una de las principales razones de abandono de la lactancia materna. Es importante que este tema tabú, poco reconocido pero presente en las mujeres lactantes sea normalizado en nuestro país por parte de las madres, profesionales de salud y mercado de maternidad, ofreciendo herramientas que beneficien a todas aquellas mujeres que se ven expuestas a esta afección.

En ese marco, será posible generar cambios positivos a nivel personal de las madres, esperando que esta situación no sea un motivo para abandonar el desarrollo de esta práctica fundamental.

Ámbito social:

Se espera que bimuu entregue resultados satisfactorios en la vida cotidiana de las mujeres lactantes que presentan mastitis, disminuyendo el malestar, incomodidad y frustración que esta situación genera en su día a día. De esta forma, se busca contribuir al bienestar de las madres, sin la necesidad de abandonar el proceso de lactancia.



13.5 Impacto:

Ámbito medio ambiental:

Bimuu está diseñado a partir de materiales amigables con el medio ambiente y con fibras de calidad que entrega mayor durabilidad del producto, evitando un mayor consumo.

Por otro lado, la materialidad del packaging permite ser utilizado en diversos contextos, sin necesidad de ser desechado.

Ámbito económico:

El producto propuesto busca ofrecer una alternativa diferenciadora, a partir de su propuesta formal y constructiva, permitiendo ser una prenda versátil que si bien responde a las necesidades atinentes a la mastitis, también puede ser utilizado durante cualquier momento de la maternidad.

Además, al ser un producto que promueve la lactancia materna, se reduciría el consumo de fórmulas lácteas que generan mayor gasto en las familias.



13. 6 Conclusión:

Bimuu nació bajo la necesidad de generar resultados satisfactorios en las madres lactantes al verse expuesta a situaciones complejas durante la lactancia, como lo es la mastitis. Al ser un tema que principalmente se ve presente en el periodo de lactancia fue posible evidenciar un potencial nicho a desarrollar a partir del diseño.

Se reconoce que el textil es un intermediario clave entre la afección y la mujer, puesto que está en contacto directo con las zonas afectadas, el cual puede entregar resultados negativos o positivos en la percepción y sentimientos de la madre a lo largo de este contexto. De este modo, era de vital importancia llevar a cabo decisiones de diseño conscientes a través de su materialidad, forma y lógica constructiva.

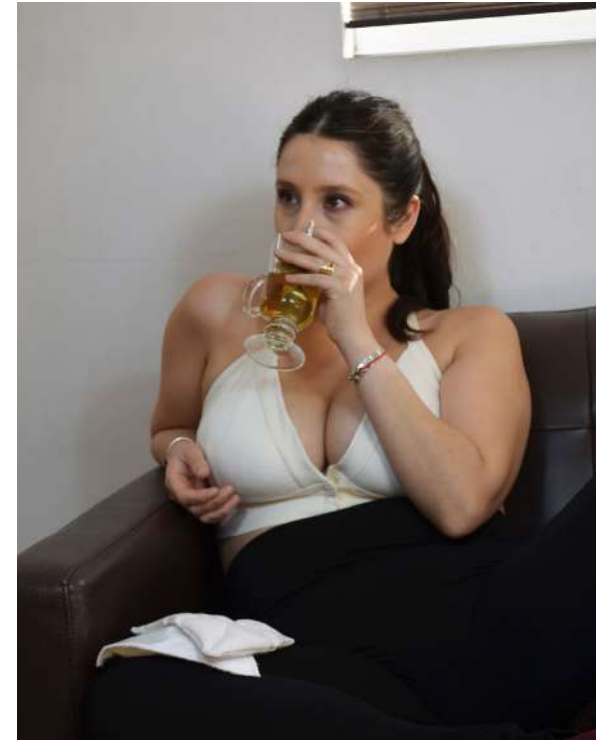
Si bien existen diversas posibilidades de tratar esta afección, se buscó a partir del proyecto diseñar una propuesta innovadora que proponga una nueva visión acerca de los productos existentes en el mercado, considerando de manera latente el propósito de mejorar el bienestar y calidad de vida de la mujer.

Durante el proceso de iteración del proyecto fue posible cumplir los objetivos propuestos, en el cual la usuaria logra sentirse cómoda y satisfecha con el sistema textil diseñado. Respondiendo eficientemente a las necesidades físicas y conductuales que requieren durante este contexto.

Finalmente, la marca busca replantear la oferta en el mercado de maternidad actual, tomando en cuenta la mastitis como un contexto

real en las madres lactantes de nuestro país. Se considera esencial poder investigar y profundizar aún más acerca de esta dolencia común pero poco reconocida, con el propósito de diseñar de manera congruente a partir de las necesidades y anhelos que las madres requieren en este período, generando resultados positivos en ellas.

13. 6 Conclusión:



Objetivos cumplidos:

1. Identificar los cambios físicos y psicológicos que afectan a una mujer lactante con mastitis y las limitaciones que conlleva esta afección en su vida cotidiana.

IOV: Investigar y analizar a través de fuentes bibliográficas, observación etnográfica a madres que presentan dicha afección y expertos en el tema.

2. Determinar las problemáticas que afectan al desempeño diario de las madres, considerando su relación con los sostenes y los productos para mastitis que utilizan.

IOV: Definición de interacciones críticas por medio de técnicas de observación y desarrollo de actividades.

3. Desarrollar un sistema textil integral que considere las necesidades físicas y conductuales de una mujer lactante con mastitis.

IOV: Diseñar, prototipar y testear el producto textil, considerando aspectos funcionales y estéticos.

4. Comprobar la funcionalidad y comodidad del diseño aplicado en mujeres lactantes con mastitis.

IOV: Validación del producto final y observación de las interacciones en función a las necesidades de las mujeres.

Comentarios finales:

Beneficios:

1. ¿De qué formas crees que el producto puede aportar en tu día a día?

En lo práctico del diseño que permite tener las compresas mientras hago las cosas diariamente desde amamantar a hacer la cama, super útil, no se caen y quedan perfecto.

Percepción:

2. ¿Qué conceptos te vienen a la mente con el producto diseñado?

Comodidad, ultra cómodo y ergonómico.

Contexto de uso:

3. ¿En qué ocasiones lo usarías?

Todo el tiempo, día y noche por lo cómodo, suave y lo mucho que sujeta.

Estética:

4. ¿Qué opinas acerca de los colores ofrecidos?

Son colores básicos pero super versátiles, se puede combinar con todo, me encantaron los colores.

Diferenciación:

5. ¿Qué características del diseño consideras que son novedosas?

El bolsillo para las compresas y que no tenga un sistema de broche para amamantar.

6. ¿De qué forma crees que se diferencia con los productos ofrecidos en el mercado?

Todos los sostenes del mercado traen un broche para amamantar que no es muy cómodo ni tan estético, al tener el broche todos saben que estás usando un sostén maternal.

Me encanta que tenga un diseño deportivo y que no se vea maternal. También es super útil las compresas que se pueden poner, porque no solo si uno tiene mastitis las usa, sino, también para extraer leche es súper útil el calor.

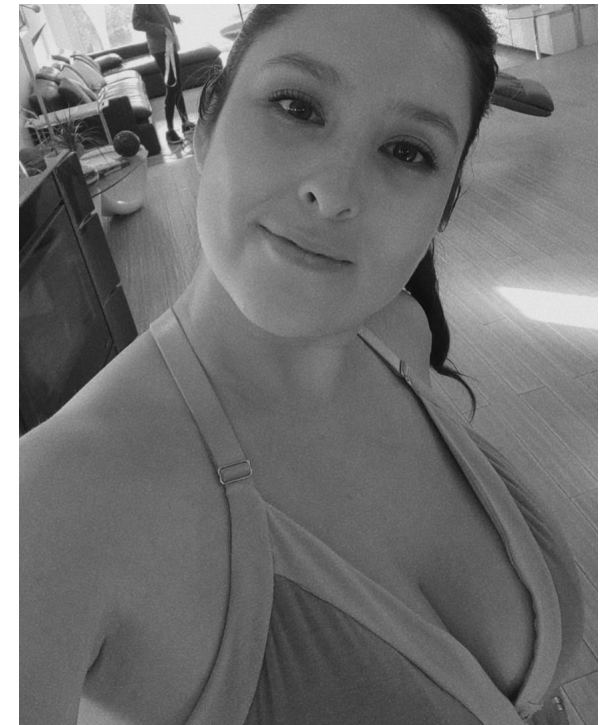
Posibles modificaciones:

7. Si pudieras realizar alguna modificación en el diseño ¿cuál sería?

La espalda para que tenga más versatilidad con la ropa de verano, dejando de ser tan deportiva.

Comodidad:

8. Considerando una escala de 1 al 10 ¿qué tan cómodo sientes el producto a la hora de usarlo?
1000000000 súper cómodo, lo compraría de todas maneras.



Constanza Mussre utilizó el modelo final bimuú por 4 horas.

14.

Anexos y referencias
bibliográficas

14. 1 Referencias bibliograficas:

Sierra, I. (2021, 20 junio). ¿Por qué es importante analizar la mastitis con perspectiva de género. WomenHealth. <https://www.womenshealthmag.com/es/salud-bienestar/a36759932/analizar-mastitis-perspectiva-de-genero/>

José María Paricio Talayero. (2017). Diagnóstico y manejo de la mastitis en la madre lactante. Actualización. IX Congreso Español de Lactancia Materna. https://www.e-lactancia.org/media/papers/Mastitis_Texto-CongrLM_Zar-Paricio.pdf

Brahm, P, & Valdés., V. (2017). Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar. Revista chilena de pediatría, 88(1), 07-14. Recuperado de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062017000100001&lng=en&nrm=iso&tln=en

Bonilla, O., (2019, marzo). Mastitis puerperal, 140-146. Universidad Pontificia Bolivariana. Recuperado de <https://doi.org/10.18566/medupb.v38n2.a06>

Chile crece contigo (2020) ¿Qué es el Sistema de Protección Integral a la Infancia Chile Crece Contigo? Gobierno de Chile. Recuperado de <https://www.crececontigo.gob.cl/faqs/que-es-el-sistema-de-proteccion-integral-a-la-infancia-chile-crece-contigo/>

Cómo elegir el sostén de lactancia adecuado para tí? (2019, 15 julio). Madremia. <https://www.madremia.cl/blogs/blog-de-madremia/como-elegir-el-sosten-de-lactancia-adecuado-para-ti>

Díaz, S. (s.f). El periodo de post parto. https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/Posparto_y_lactancia/el_periodo_postparto.pdf

Díaz, S. (2019, 12 junio). El 90 por ciento de las embarazadas desea amamantar a sus bebés, pero a los seis meses solo el 30 por ciento lo sigue haciendo. Bebés y más. <https://www.bebesymas.com/lactancia/90-ciento-embarazadas-desea-amamantar-a-sus-bebes-a-seis-meses-solo-30-ciento-sigue-haciendo>

Entwistle.J. (2002).El cuerpo y la moda una visión sociológica. Recuperado de <http://intranet.iesmoda.edu.mx/docs/entwistle%20ii%20cap.pdf>

Espínola, B., Costa, M., Díaz M. y Paricio, J. (2016, 29 junio). Mastitis update. Mastitis puesta al día. Recuperado de https://www.aeped.es/sites/default/files/mastitis_puesta_al_dia.pdf

Fajardo, D. (2010). Vivencias sobre la lactancia materna en un grupo de mujeres embarazadas con previa experiencia en amamantamiento,. Pontificia Universidad Javeriana Facultad de Enfermería. Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/9706/tesis24-9.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Fame. (2022). Mastitis: causas, síntomas y diagnóstico.

Federación de asociaciones de matronas en España. Recuperado de <https://www.federacion-matronas.org/2021/04/26/mastitis-fame-lactancia/>

Gonzalez, A. (s. f.). Desarrollo textil para brassieres de lactancia. Diseño textil proyecto de grado. Recuperado <https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/21306/u250714.pdf?sequence=1>

Guiraldes, H & San Martin, S. Anatomía de la mama. En Arraztoa, J. (1993). Patología Mamaria(pp, 15-26). Santiago, Chile: Mediterraneo.

Hartung, A. (2020b, junio 23). Cómo la lactancia puede afectar la salud mental de las mujeres. La Tercera. <https://www.latercera.com/paula/noticia/como-la-lactancia-puede-afectar-la-salud-mental-de-las-mujeres/TAPF4ATW4RBTRAM2CZPHJRWXIQ/>

Hanington, B., & Martin, B. (2012). Universal Methods of Design: 100 Ways to Research Complex Problems, Develop Innovative Ideas, and Design Effective Solutions (English Edition). Rockport Publishers.

Jiménez M., Rodolfo, Aranda, Erika, Aliaga, Patricia, Alípa, Angélica, López, Nancy, Rocha, Sdenka, &

Salazar, Silvia. (2011). BENEFICIOS NUTRICIONALES DE LA LACTANCIA MATERNA EN MENORES DE 6 MESES. *Revista Médica La Paz*, 17(2), 5-12. Recuperado de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582011000200002&lng=es&tlng=es.

José Manuel Martín Morales. (2012). Recomendaciones sobre lactancia materna. Comité de Lactancia Materna de la AEP. Recuperado de <https://www.aeped.es/comite-nutricion-y-lactancia-materna/lactancia-materna/documentos/recomendaciones-sobre-lactancia-materna>

Las mamas. (2017, 13 diciembre). Cirugías de las mamas. Recuperado de <https://www.cirugiasdelamama.com/anatomia-de-la-mama>

Mastitis. (2014). Medela. Recuperado de <https://www.medela.es/lactancia-para-profesionales/educacion/periodo-de-lactancia/mastitis>

Medina-Serdán, Erica. (2013). Diferencias entre la depresión postparto, la psicosis postparto y la tristeza postparto. *Perinatología y reproducción humana*, 27(3), 185-193. Recuperado en 09 de diciembre de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So187-53372013000300008&lng=es&tlng=es.

Menalled, M. (2021, febrero). Lencería y maternidad: colección cápsula de ropa de dormir para la marca

Kaomi. Universidad de Palermo Facultad de diseño y comunicación. Recuperado de https://fido.palermo.edu/servicios_dyc///proyectorgraduacion/archivos/5896.pdf Ministerio de Salud. (2015, 24 septiembre). Lactancia Materna. Recuperado de <https://www.minsal.cl/lactancia-materna/Organización Mundial de la Salud>. (2019). Lactancia Materna. Recuperado de https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding#tab=tab_3

Ministerio de Salud Subsecretaría de Salud Pública. (2013). INFORME TÉCNICO ENCUESTA NACIONAL DE LACTANCIA MATERNA EN LA ATENCIÓN PRIMARIA - (ENALMA). CHILE 2013. Ministerio de Salud. Recuperado de https://www.minsal.cl/sites/default/files/INFORME_FINAL_ENALMA_2013.pdf

Ministerio de salud. (2010). Lactancia Materna. contenidos técnicos para profesionales de la salud, 1-236. https://www.icmer.org/documentos/lactancia/manual_lactancia_minsal_2010.pdf

Retama, O. (2019, 3 julio). Glándula mamaria. <https://diplomadomedico.com/glandula-mamaria/>. <https://diplomadomedico.com/glandula-mamaria/>

Molina, María Elisa. (2006). Transformaciones Histórico Culturales del Concepto de Maternidad y sus Repercusiones en la Identidad de la Mujer. *Psykhe* (Santiago), 15(2), 93-103. Recuperado en <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282006000200009>

Mora, L. (2021, 4 agosto). Cambios en los pechos durante la lactancia materna. eres mamá. <https://eresmama.com/cambios-en-los-pechos-durante-la-lactancia-materna/>

com/cambios-en-los-pechos-durante-la-lactancia-materna/

Oliver, D. (2021, 24 junio). Laia Aguilar: “Hay que investigar la mastitis para evitar que las mujeres sigan normalizando el dolor en la lactancia”. *El país*. <https://elpais.com/mamas-papas/2021-06-24/laia-aguilar-hay-que-investigar-la-mastitis-para-evitar-que-las-mujeres-sigan-normalizando-el-dolor-en-la-lactancia.html>

OMS (2015). Lactancia materna y alimentación complementaria. OMS. <https://www.paho.org/es/temas/lactancia-materna-alimentacion-complementaria>

OPS (2020). Semana Mundial de la Lactancia Materna 2020. Organización Panamericana de la Salud. Recuperado de <https://www.paho.org/es/campanas/semana-mundial-lactancia-materna-2020>

Pérez, D.R., & Valdés, M. A (2015). Acciones de salud sobre la familia para incrementar la lactancia materna exclusiva. *Medicentro Electrónica*, 19(4), 240-243. Recuperado en 09 de diciembre de 2021, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432015000400005&lng=es&tlng=es.

Prieto, R y Baeza, B. (2013, 4 septiembre). LACTANCIA MATERNA: PREVALENCIA DE GRIETAS Y DOLOR EN MUJERES QUE AMAMANTAN, REGIÓN DE LA ARAUCANÍA, TEMUCO, CHILE. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología*. Recuperado de <https://revista.fecolsog.org/index.php/rcog/article/view/104/104>

Ramos Rangel, Yamila, & Borges Caballero, Deyanila. (2016). Autoestima global y autoestima materna en madres adolescentes. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32(4), 1-11. Recuperado en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000400004&lng=es&tlng=es

Saltzman, A. (2004). El cuerpo diseñado la forma en el proyecto de la vestimenta (Vol. 14). Paidós. <https://www.casadellibro.com/libro-el-cuerpo-disenado-sobre-la-forma-en-el-proyecto-de-la-vestimenta/9789501253528/1019327>

Scurr, J. (23 de febrero 2016). Interview with Johana Scurr, News Medical Life sciences, Recuperado de: <http://www.news-medical.net/news/20160223/How-to-avoid-breast-damage-when-exercising-an-interview-with-Professor-Joanna-Scurr.aspx>

Sierra, I. (2021, 20 junio). ¿Por qué es importante analizar la mastitis con perspectiva de género. *WomenHealth*. <https://www.womenshealthmag.com/es/salud-bienestar/a36759932/analizar-mastitis-perspectiva-de-genero/>

UNICEF (2015). Lactancia materna. Recuperado de <https://www.unicef.org/mexico/lactancia-materna>
Schellhorn Valdés, C. V. (Ed.). (2010). Lactancia Materna. Contenidos técnicos para profesionales de la salud, 1–235. Recuperado de https://www.minsal.cl/sites/default/files/files/manual_lactancia_materna.pdf

Sato, A. (2017, 14 junio). La inactividad femenina y su impacto en el empleo. *DiarioUChile*. <https://radio.uchile.cl/2017/06/14/la-inactividad-femenina-y-su-impacto-en-el-empleo/>

Strapped in: the origins and evolution of the bra. (s. f.). Google Arts & Culture. https://artsandculture.google.com/story/tgWR37Ef4_X7JA

Vayas Abascal, Rocío, & Carrera Romero, Luis. (2012).

Actualización en el manejo de las Mastitis Infecciosas durante la Lactancia Materna. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 5(1), 25-29. Recuperado de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062017000100001

14. 2 Entrevistas:

Francisca Sfeir

(38 años - 3 mastitis)

Mastitis:

¿Has tenido mastitis?

Si, es terrible, muy doloroso, es heavy. Yo quise vivir la experiencia a concho, lo vivi como una aventura. Tiritaba, tenía fiebre, sospechaba que algo era. Me dolía la pechuga heavy, la manera que salía es que la guagua chupe chupe la leche, el dolor es indescriptible, no se pasa, cada vez es peor, también perlas en los pezones, las tuve todas.

¿A qué soluciones acudían para aliviar el dolor y malestar generado por la mastitis?

Usaba estos guateros de semillas para ablandar los pezones y promover que salga la leche y después frío para que después de que tomó la guagua aliviar el dolor. También el repollo, queda latiguda, la humedad de la hoja te ayudaba, es tanto lo que hierva las pechugas que te pones las hojas, pero lo malo es que quedas con mal olor.

Claudia Barrera:

(36 años- 2 mastitis)

Mastitis:

¿Cuáles han sido los mayores cambios físicos que presentaste durante la lactancia?

Yo no tuve problemas para dar leche, el pezón estaba super formado, el acople era perfecto pero sí tenía mucha leche, entonces de repente me daba mastitis. Al final lo que hacía es toda la tarde estar con la pechuga afuera para darle leche, le daba leche de una y me salía leche de la otra. Se me ponían rojas y medias moradas, era fiebre la pechuga.

¿A qué soluciones acuosas para aliviar el dolor y malestar generado por la mastitis?

Usaba hojas de repollo o una ducha con agua caliente para que salga la leche. Al final uno tiene que tener la pechuga afuera todo el tiempo. Es mucho mejor tener las pechugas como sueltas a que tenerlas apretadas y con presión.

Percepción absorbentes de lactancia:

Que lata no poder hacer tu día normal, si la guagua llora, tu automáticamente comienzas a dar leche, salía y al rato ya estaba mojada entera. A pesar de usar estas toallitas, a veces era mucho rato porque yo trabajo.

Siempre usaba esos absorbentes, pero eran otros, me daban alergia, tenían mal olor, me picaban, entre la humedad de la pechuga por la leche y la sudoración.

Sostenes de maternidad:

¿Qué opinas acerca de los sostenes de maternidad? Sostenes no son cómodos, usaba al final peto deportivos, quería estar cómoda, tener libertad de movimiento. Además a mi me pasaba, que esto de abrir, me sentía como una vaca, como que tu ya al hacer eso y sacar la pechuga, era como solo un acto de solo doy leche. Prefería levantarme, y me ponía peto deportivo, elástico, cruzado.

Me toco mil veces que despertaba, y tenía todo mojado, todo pasado a leche, al principio es mucha leche. es como si apretaras un globo lleno de agua y le hicieran un hoyo. Muchas veces también se me corrían las toallitas, el roce es terrible,

Rol madre - mujer

Cuando tu tienes la guagua te transformaste en la mamera de la guagua, ahí es cuando mas te tiene que cuidar, estas en shock, estás cansada, no te gusta tu cuerpo, todavía se esta acomodando, y el autoestima se ve más afectado.

14. 2 Entrevistas:

Mujeres entrevistadas:

Barrera, C - 37 años (2021)

Binder, C - 35 años (2021)

Farías, D - 38 años (2022)

Fernandez, J - 39 años
(2021)

Gacitua, J - 35 años
(2021)

Letelier, V - 37 años
(2021)

Mussre, C - 35 años
(2022)

Prieto, C - 33 años (2021)

Sfeir, F - 36 años (2021)

Tagle, C - 35 años (2021)

Zabala, C - 33 años
(2021)

Especialistas matronas:

Aguilar, L (2022)

Asesoras de lactancia
Chile (2022)

Maturana, M (2021)

Rojas, A (2022)

Contacto fabricas:

Alegría, J (2022)

Briceño, L (2022)

Momares, A (2022)

Antonia Rojas

Enfermera matrona y docente de la universidad Católica con especialidad en pre parto, embarazo, lactancia y apego.

¿Qué es la mastitis?

Es una infección bacteriana que puede ser aguda o subaguda. La mastitis subaguda esta muy poco reconocida y bastante común en las mujeres.

¿Cuáles son los principales síntomas?

Dolor, hinchazón, malestar general o fiebre, eso varía según cada mastitis.

¿Cuánto tiempo suele durar la mastitis?

La mastitis aguda si la detectas los primeros días puedes tenerla solucionada en 24 horas pero si ya se presentan los síntomas o la mujer no se da cuenta puede durar 1 semana o más, variando según cada mujer. Sin embargo, es posible la presencia reiterada por la alteración de la flora bacteriana durante la lactancia.

¿Cuál es su categorización según el grado o síntomas?

La aguda es aquella que presenta mancha roja, dolor y fiebre. Y la subaguda es más crónica, donde muchas veces la mujer no se da cuenta que la tiene pero tiene mucho dolor en los pezones, además de otras alteraciones en el pecho.

¿Cuál es el tratamiento recomendado para tratar la mastitis?

En primer lugar se recomienda el uso de antibióticos.

Luego, es esencial la extracción frecuente, usar frío y calor. El frío ayuda a disminuir el dolor producido en los pechos y el calor contribuye a la extracción de la leche.

Por otro lado, el calor ayuda también a disminuir las posibles perlas de leche.

¿De qué forma se ve limitada la mujer en su día a día por tener mastitis?

El dolor y el estado general afecta mucho, además de tener que sacar leche constantemente. Por otro lado el uso de las hojas de repollo si bien ayudan a aliviar dejan el sostén mojado y con mal olor. Y el uso de las compresas de hielo también es incómodo para andar moviéndose.

¿Qué rol juega el sostén a la hora de tener mastitis? ¿Qué características debe tener o que se recomienda?

Yo creo que la importancia de un sostén en la mastitis es que no apriete mucho pero que ayude a contener, porque la pechuga está tan afectada que te duele todo. El ya sentir que tienes la tela encima duele. Sería ideal que la tela sea respirable, suave y si nos ponemos ricas una tela con plata o cobre sería super bueno ya que ayudaría a disminuir la carga bacteriana.

Es importante que puedas sacar la pechuga fácilmente, en general los sostenes que son con sistema de puerta son super incómodos ya que te queda ese marco, pero eso

para unas mastitis es terrible porque aprieta la pechuga. Al final, yo por ejemplo cuando tuve mastitis usaba ropa deportiva porque podía sacar la pechuga en cualquier lado y no se quedaba incrustado. El sistema de broche para dar leche en mi opinión no me gustaba. todo lo que está generando un anillo conector es terrible.

¿Qué tipo de sostén suelen ocupar las mujeres al tener mastitis?

Mujeres suelen usar sostenes deportivos por que en realidad no hay muchas opciones, los que hay sirven para pechugas chicas pero para las pechugas grande no. Además, la anatomía de la mama va creciendo, todavía no hay un sostén diseñado para eso. En la mastitis si hay cambio en el tamaño de los pechos, tienes una pechuga grande que es la afectada y la otra normal.

¿Cual es la posición recomendada al amamantar al tener mastitis?

Depende de donde este el enfoque de la mastitis.

Daniela Farías

(37 años-3 mastitis)

Mastitis

¿Cuántas veces has tenido mastitis?

3 veces he tenido mastitis en un mismo embarazo

Rol de mujer-madre

¿Cuáles son las actividades o tareas que sueles hacer en tu día a día?

En ese minuto era full mamá, lo típico de la casa con los niños, hacerlos dormir, tomarlos en brazos, darles almuerzo, hacer algo de la casa. La tenía que tener todo el tiempo en brazo porque mis pechugas se tenían que descongestionar, todo el tiempo le tenía que dar leche.

¿Qué actividades crees que has dejado de lado por tener mastitis?

Salir, cero posibilidad de salir, si tenía que ir al supermercado ninguna posibilidad, tenía las pechugas enormes y dolían muchísimo.

Yo en un minuto andaba casi toda tarde acostada en mi cama con mi hija al lado, con la pechuga abierta porque ya no daba más.

¿Qué actividades te gustaría retomar? ¿Por qué crees que no podías?

Me hubiera encantado haber salido más, tomar un té con una amiga, haber llevado a la guagua, más vida social. No existe vida social. No podía por el dolor, la incomodidad y porque al final tenía que estar dando leche todo el tiempo.

Sostén de maternidad

¿Cómo interactúa el sostén con tus pechos al tener mastitis? ¿Responde eficientemente?

Ocupe deportivos, esos que son super elasticados, sentía que esos no me apretaba las pechugas y como que crecía conmigo, pero igual no era la mejor opción. Lo que pasa con los otros sostenes es que son solo de una talla, entonces te van quedando chicos y te apretan, entonces eso es incomodo para la mastitis.

¿Qué dificultades consideras que tiene en el sostén a la hora de dar leche?

Para ponerme poleras bonitas había cero posibilidad,

era cero estético. Es para salir del paso, son funcionales pero cero estéticos.

¿Qué características crees que tiene que tener el sostén al tener mastitis?

Qué sean cómodos, que crezcan contigo porque si es muy de tu talla tu pechuga igual se deforma al tener mastitis entonces no vas a estar cómodo.

Sería ideal un sostén que se pudiera abrir hacia los costados y además se pudiera regular ahí mismo, por ejemplo cuando estás con mucha producción de leche poder arreglarlo para que no te presione y cuando ya le diste leche ajustarlo un poco. Porque en la mastitis tu le das leche y automáticamente se te ensanchan las pechugas (se inflan, se achican, a cada rato). Lo otro es que al tener el gancho arriba para soltar el sostén se ve con cualquier polera, entonces se ve horrible. Es 100 % regular, nada está pensado para que la mujer se sienta linda. También el poder abrocharse hacia adelante es más práctico porque sino te pasas a llevar todas las pechugas.

Carla Nav

(37 años - presentaba mastitis en ese minuto)

Rol de mujer-madre

¿Cuáles son las actividades o tareas que sueles hacer en tu día a día?

Las actividades diarias al tener mastitis siempre van a ser las mismas actividades que no teniendo mastitis, yo estoy sola con mi hijas y no tengo quien me ayude. Aseo, almuerzo, ir a buscar a las niñas pero obviamente que no con las mismas energías y las mismas ganas que no teniendo mastitis.

¿Qué actividades crees que has dejado de lado por tener mastitis?

Más que actividades son posturas, he tenido que cambiar posturas, evitar generar presión en la zona que tengo mastitis, evitar acostarme hacia ese lado.

¿Qué actividades te gustaría retomar? ¿Por qué crees que no podías?

Más que actividades, desearía utilizar sostenes cómodos sin tener que preocuparme de que se me vean las pechugas apretadas. muy abajo, o que se me salga la mitad. Usar ropa linda sin tener que preocuparme que el sostén quede mal o incomodo

Productos en el mercado

¿A qué soluciones acudes hoy en día para aliviar el dolor y malestar producto de la mastitis?

Utilizar cojines de semilla , almohadillas de gel y antiinflamatorios y sostenes que no me aprieten tanto.

¿Qué opinas de los productos existentes en el mercado para la mastitis?¿Son cómodos, prácticos y funcionales? No he probado un sostén que me acomode con todo, me sirve para una cosa pero no me sirve para otra.

Sostén de maternidad

¿Cómo interactúa el sostén con tus pechos al tener mastitis? ¿Responde eficientemente?

Al estar con mastitis utilizar sostenes que no me aprieten tanto porque eso es muy doloroso e incomodo, tengo un sostén de lactancia que no tiene barba pero si tiene soporte pero la desventaja es que se me salen las pechugas por arriba, luego usó uno de corrector postura que la tela es muy cómoda y no me presiona tanto pero la desventaja de este es que tiene 6 broches adelante por lo tanto es incomodo al amamantar, me demoro

mucho en sacarmelo y finalmente me termino sacando la pechuga por arriba del sostén igual.

¿Qué dificultades consideras que tiene en el sostén a la hora de dar leche?

La mayoría de los sostenes de lactancia tienen los broches hacia arriba y la mamá te queda entremedio del sostén y te rosa, al final uno igual se saca la pechuga por arriba del sostén. Tiene que permitir que saques la pechuga por arriba pero sin que se te aplaste.

¿Qué características crees que tiene que tener el sostén al tener mastitis?

Tiene que cumplir varias funciones:

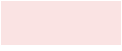


- 1.Tenga sujeción de la mama
- 2.Práctico para que te lo puedas sacar
- 3.Elasticado pero que a la vez te de forma, uno aparte de mama es mujer entonces uno igual quiere verse bien y que la ropa quede bien con el sostén
- 4.Refuerzo de la espalda (por ejemplo yo soy muy pechugona y ya me duele la espalda) Si es elasticado al principio funciona pero luego la tela cede con el tiempo.
- 5.Sostén con cobertura completa
- 6.Poder usar el sostén con este tipo de accesorios para poder hacer las cosas (quizás poner dentro del sostén

Mapa de viaje de rutina diaria:

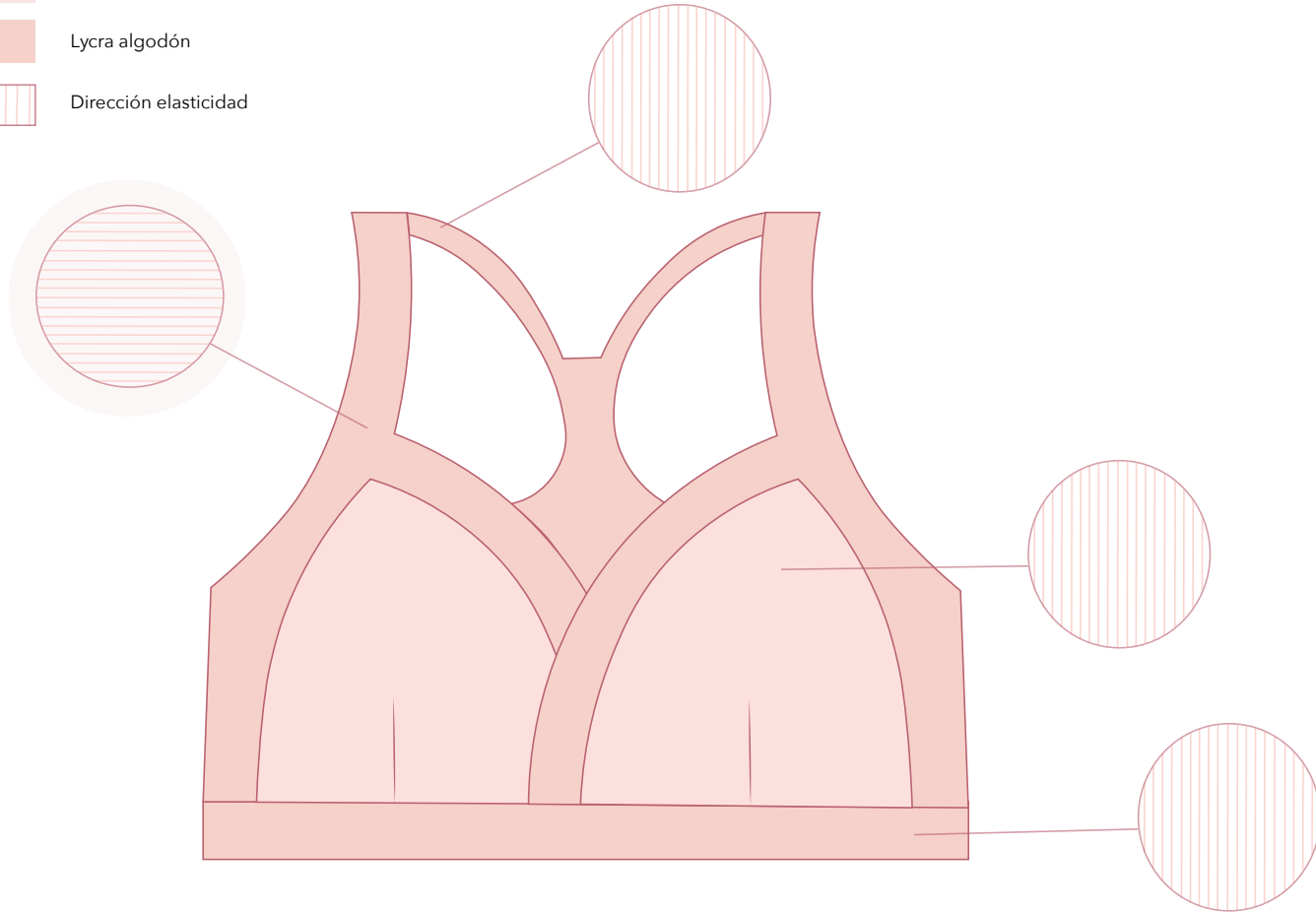
(Recorrido de Constanza Mussre al tener mastitis)

1. Mudar a la guagua
2. Dar papa
3. Ir a la cocina a hacer desayuno propio
4. Ducharme
5. Vaciamiento de leche
6. Hacer la cama
7. Duchar a la guagua
8. Salir a caminar con la guagua
9. Almorzar
10. Lavar los platos
11. Dar papa
12. Mudar
13. Hacer la comida

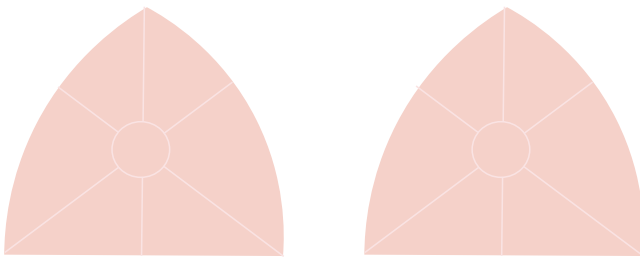
(actividades están en función de la guagua y varían según sus necesidades)

-  Modal (Filamentos de hilado de cobre)
-  Lycra algodón
-  Dirección elasticidad

Sistema bimuu:



Compresas:

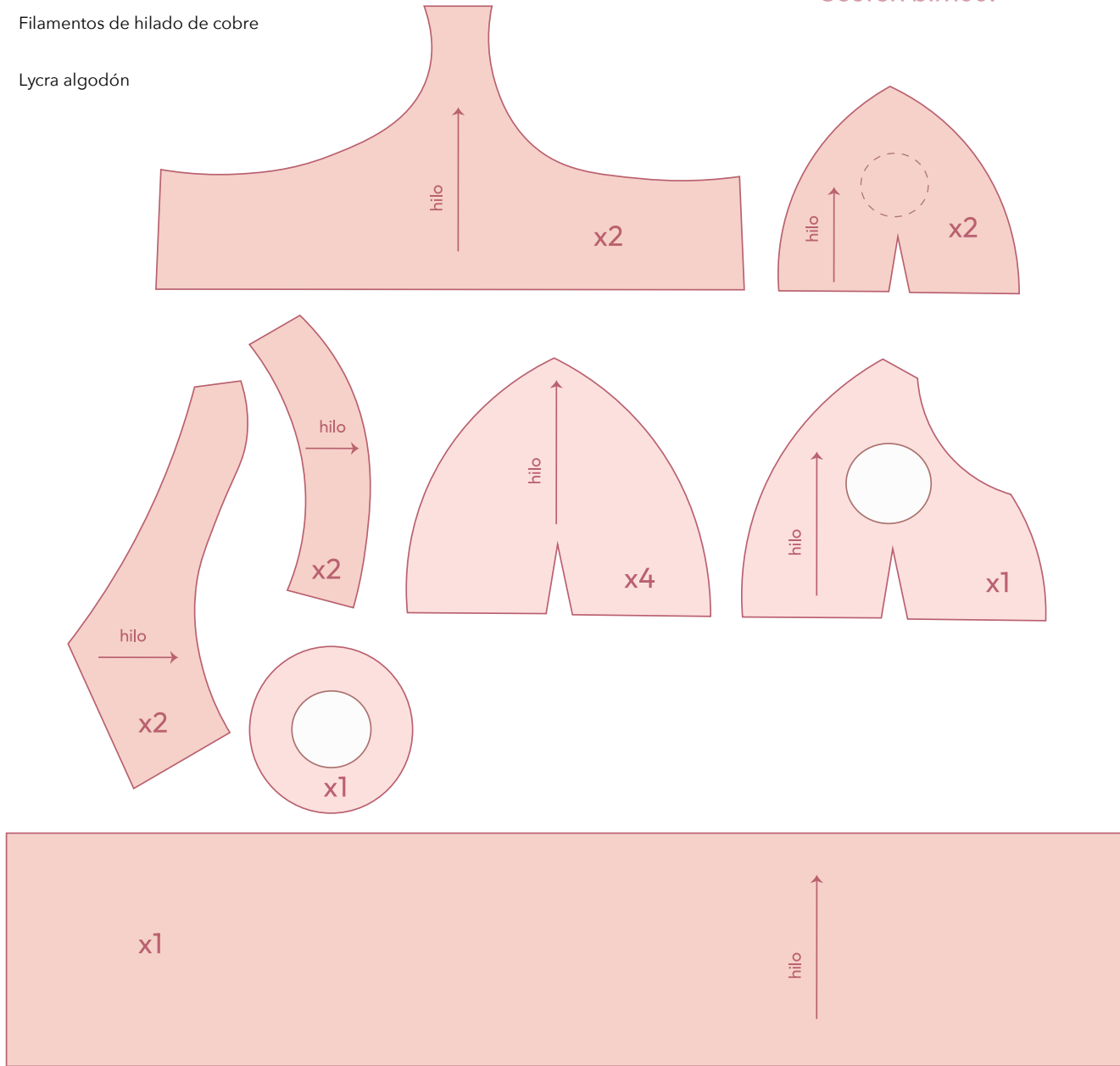


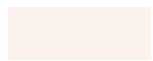
Absorventes:



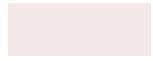
- Filamentos de hilado de cobre
- Lycra algodón

Sostén bimuu:





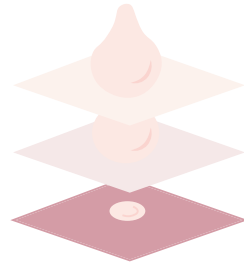
Bambú



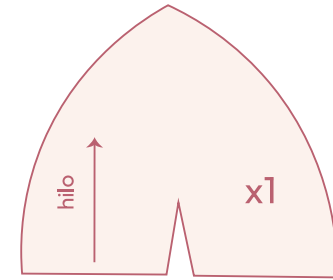
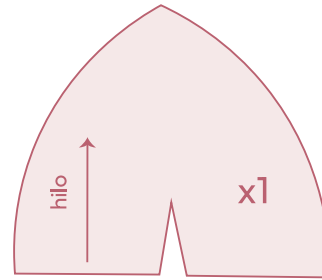
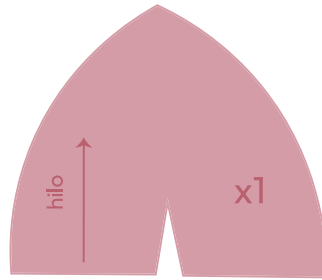
Microfibra



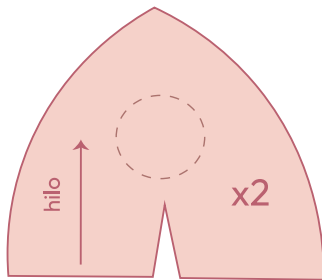
Pul



Absorbentes:



Compresas:





bimuu

BIENESTAR Y COMODIDAD EN LA LACTANCIA