CONTRATO **ACTA No** 1 2024	
FOLIOS	

ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ
ASOCIACIÓN PROFESIONALES DE COLOMBIA
NIT 830.107.985-1

ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ No. _4_/2024			
Hora:	**8:30 AM**	**Fecha:**	**17/6/2024**
Dependencia que Convoca:	**SALUD Y NUTRICIÓN**		
Proceso:	**Cualificación Talento Humano**		
Objetivo:	• Reconocer las posibles complicaciones que puede enfrentar una mujer lactante con el fin de prevenir complicaciones y apoyar dicha práctica.		

Duración: 1 hora

Inicio del espacio Agenda y Actividades

1. Bienvenida “actividad rompe hielo” (10 minutos)
2. Juego serpientes y escaleras: preguntas principales de los temas a tratar (30 minutos)
3. Cierre “conclusiones generadas por el grupo” (20 minutos)

INTENCIONALIDAD

Proporcionar estrategias para las complicaciones que pueden enfrentar las mujeres al momento de lactar y pueden generar una suspensión de esta.

BIENVENIDA

Para comenzar, se expondrá el objetivo de la sesión y se resaltará la importancia de abordar las complicaciones que pueden surgir durante la lactancia materna, con el propósito de encontrar soluciones que permitan prolongar esta práctica beneficiosa. Posteriormente, se realizará una actividad rompehielos para que los participantes se enfoquen en el momento presente. Para esta dinámica, se solicitará la colaboración de una docente, quien facilitará la actividad, generando un ambiente adecuado para el aprendizaje.

MOMENTO DOS: CREAR Y CONVERSAR

Con las y los adultos

De actividad principal con las maestras se plantea realizar un juego de serpiente y escalera, en el que las instrucciones son las típicas del juego.

Objetivo del Juego: Ser el primer grupo en llegar a la casilla final moviéndose de acuerdo con el número obtenido en el dado. El recorrido incluye subir por escaleras y bajar por serpientes.

Materiales Necesarios:

- Tablero de Serpientes y Escaleras
- Dados

- Fichas
- Preguntas para avanzar a las casillas

Número de Jugadores: Se realizaron 4 grupos con el mismo número de participantes para hacer justa la respuesta y avanzar las casillas necesarias.

Movimiento: En su turno, cada grupo lanza el dado y avanza su ficha el número de casillas indicado.
Si un grupo cae en la base de una escalera (casilla con la base de la escalera), sube al final de la escalera.
Si un grupo cae en la cabeza de una serpiente, desciende hasta la cola de la serpiente.

Estrategia: Aunque Serpientes y Escaleras es un juego de azar, conocer el tablero y las preguntas puede ayudar en la toma de decisiones frente al tema que se esta tratando de discutir.

Las preguntas se formularán con base a las principales complicaciones de la lactancia, las cuales son múltiples, pueden ser físicas y otras pueden ser psicológicas, las principales que se van a destacar son:

1. **Dolor y Grietas en los Pezones:** sensación de dolor o grietas en la piel de los pezones, que puede dificultar la lactancia.
   Causas:
   - Agarre incorrecto del bebé
   - Succión ineficaz.
   - Pezones sensibles o secos.

   Manejo:
   - Mejorar la técnica de agarre.
   - Usar cremas especiales para pezones.
   - Cambiar frecuentemente de posición de amamantamiento.
2. **Ingurgitación Mamaria:** Senos hinchados, duros y dolorosos debido a la acumulación de leche.
   Causas:
   - Producción de leche superior a la demanda del bebé.
   - Intervalos largos entre amamantamientos.

   Manejo:
   - Amamantar con mayor frecuencia.
   - Aplicar compresas frías entre tomas.
   - Extraer leche manualmente o con un extractor.
3. **Mastitis:** Inflamación del tejido mamario, a menudo acompañada de infección, fiebre y malestar.
   Causas:
   - Conductos bloqueados.
   - Bacterias que entran a través de grietas en los pezones.
   - Estrés o fatiga materna.

   Manejo:
   - Continuar amamantando para mantener el flujo de leche.
   - Descansar y mantenerse hidratada.
   - Consultar a un médico para tratamiento antibiótico si es necesario.
4. **Baja Producción de Leche:** Sensación de no producir suficiente leche para satisfacer las necesidades del bebé.
   Causas:
   - Técnica de amamantamiento ineficaz.
   - Problemas hormonales o de salud materna.
   - Estrés o dieta insuficiente.

   Manejo:
   - Amamantar con más frecuencia y por más tiempo.
   - Asegurar una nutrición adecuada y mantenerse bien hidratada.

- Consultar a un asesor de lactancia para evaluar la técnica.

5. **Problemas del Bebé con el Agarre o Succión:** Dificultades del bebé para prenderse al pecho correctamente o succionar de manera efectiva.
   Causas:
   - Lengua o labio hendido.
   - Frenillo sublingual corto.
   - Bebé prematuro o con problemas neurológicos.

   Manejo:
   - **E**valuar y corregir el agarre con la ayuda de un profesional.
   - Realizar ejercicios para mejorar la succión.
   - Utilizar pezoneras si es necesario.

6. **Retorno al Trabajo:** Dificultad para mantener la lactancia debido a las exigencias laborales.
   Causas:
   - Falta de tiempo o espacio adecuado para extraer leche.
   - Separación prolongada del bebé.

   Manejo:
   - Planificar horarios para la extracción de leche.
   - Hablar con el empleador para disponer de tiempo y espacio adecuados.
   - Continuar amamantando fuera del horario laboral.

7. **Pezones Planos o Invertido:** Pezones que no sobresalen lo suficiente para facilitar el agarre del bebé.
   Causas:
   - Características anatómicas naturales.
   - Cambios en el tejido mamario por embarazo o lactancia.

   Manejo:
   - Utilizar pezoneras o técnicas de extracción manual para sacar el pezón.
   - Consultar a un asesor de lactancia para técnicas específicas.

8. **Fatiga y Estrés Materno:** Sensación de cansancio extremo o estrés que afecta la capacidad de amamantar.
   Causas:
   - Falta de sueño.
   - Sobrecarga emocional o física.
   - Demandas adicionales del cuidado del bebé.

   Manejo:
   - Buscar apoyo para las tareas domésticas y el cuidado del bebé.
   - Practicar técnicas de relajación y autocuidado.
   - Dormir cuando el bebé duerme para maximizar el descanso.

Conclusión

Estas complicaciones son comunes y pueden afectar la continuidad de la lactancia materna. Sin embargo, con el manejo adecuado y el apoyo necesario, muchas de estas dificultades pueden superarse. Es crucial que las madres tengan acceso a recursos y profesionales que les brinden orientación y apoyo para enfrentar y resolver estos desafíos.

CIERRE

Debido al objetivo de la sesión, se espera que el personal pueda identificar las principales dificultades que enfrentan las mujeres lactantes durante esta práctica. Se buscará proporcionar soluciones claras y consejos prácticos que puedan ofrecerse a las familias. En este espacio, se espera resolver dudas, preguntas o comentarios relacionados con las dificultades en la lactancia materna, abarcando también las inquietudes comunes que puedan tener los padres, para ofrecer respuestas de la mejor manera posible.


Serpientes y escaleras
RUTA DE EVACUACIÓN



Sede Administrativa Calle 95 No 68 F 24 Barrio La alborada Teléfonos: 6244700 - 4742288
Sucursal Calle 57 Sur No 104-09 Bosa Santafé Teléfonos: 7741739 - 7534620
www.apdecolombia.com
apdecolombia09@yahoo.es

ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ No. 4 /2024

Hora: 8-12 Jornada AM | Fecha: 17/06/24 | Objetivo:– Contrato 11086052024

Nombre	Cargo/Dependencia	Entidad/Tel contacto	Firma
Marcela Castillo Valbuena	Agente Educativo	3105688191	Marcela Castillo V.
Nidia Peiz	agente educativo	3124248491	Nidia P.
Claudia Patricia Buitrago	Apoyo Pedagogica	3114819477	
SOOMER CHAVES.	APOYO PEDAGOGICO	3208053272.	SOOMER CHAVES.
Angela Caro	Agente Educativo	3183940086	
Martha Garcia	Apoyo Pedagogico	3105927277	Martha Garcia.
Joselito Rodriguez	Agente Ed.	3214862534	
Luz Mabelin Diaz.	Apoyo Pedagogico	3226045363	
Angela Patricia Velasquez	Apoyo Pedagogico	3178448460	Angela Patricia V6
Sandra Yaneth Milagros Salcedo	Agente educativo	3164532712	
Yulieth Natalia Muñoz	Apoyo Pedagogico	3144270414	Natalia Muñoz.
Nohora Rosalba Rojas Medina	Apoyo Pedagógico	3204878184	Nohora Rojas.
Jenifer Contreras Yate	Apoyo Pedagogico	3234681889	Jenifer Contreras
Jasmin Bereche	Agente Educativo	3107584375	Jasmin Bereche
Juliana Cristo Fuegos Perez	Apoyo Pedagógico	3224011848	
Paola Vanessa Prada	Agente Educativo	3118647601	
Alejandra Duran Ortiz	Agente Educativo	3133226640	Alejandra Duran
Koenth Junco	Modelo pedago	0228486614	Koenth Junco
Angie Tatiana Munoz Cardenas	Apoyo pedagogico	3219932474	
Nicolas Gonzalez	Agente Educativo	3046105426	
LILIANA PATRICIA PEÑA.	AGENTE EDUCATIVA.	3202928895	
Ana Maria Barragan L.	Agente Educativo	3193927207	Ana Maria B.
Mayerly Gomez	Apoyo Pedagogico	3204669506	Mayerly Gomez
Ana Camacho S	Agente Educ.	3143870875	
Diana Conde	Psicosocial	3212978043	Diana Conde
Sofia Alonso Arboleda	Nutricionista	3052355371	
Margarita Morales	coordinacion	APC	
Yuri Alexandra Garcia	psicosocial	APC	Yuri Alexandra Garcia.
Johanna Mayorga	Psicosocial	3155573028	Johanna M.

Sucursal Calle 57 Sur No 104-09 Bosa Santafé Teléfonos: 7741739 - 7534620
www.apdecolombia.com
apdecolombia09@yahoo.es

COMPROMISOS	RESPONSABLE:	FECHA:
Replicar información en encuentros grupales y en el hogar	Equipo de maestras	Durante el año 2024
Fortalecer en tematicas de alimentación saludable y lactancia materna de las maestras	Equipo salud y nutrición	Durante el año 2024