# ACTIVIDAD Nª 13- PIC 2024

## 1. Planeación

| |
|---|
| **Dimensión del PTS:** Determinantes Sociales de la Salud |
| **Actividad Contratada:** Realizar estrategia de información en salud sobre 1. Lactancia materna y beneficios de la leche materna, 2. Alimentación complementaria y nutrición, 3. Alimentación saludable, 4. Alimentos saludables para la madre lactante, en pro de fortalecer el vínculo afectivo entre la madre e hijo a través de 4 talleres teórico prácticos con una duración de mínimo 45 minutos dirigido a mínimo 25 padres y/o madres de niños menores de 1 año y madres gestantes inscritos a programas de seguridad alimentaria y nutricional liderados por la secretaria de desarrollo social. |
| **Línea Operativa:** Cuidado de la salud en el territorio |
| **Categoría Operativa:** Información en salud |
| **Tema:** Lactancia materna y beneficios de la leche materna |
| **Objetivo:** El objetivo principal de esta sesión educativa fue desmentir los mitos más comunes y brindar información verídica y científica sobre la lactancia materna, con el fin de fomentar su práctica entre las madres y familias, y promover un desarrollo infantil saludable en los primeros años de vida. |
| **Curso de vida al cual va dirigido:** padres y/o madres de niños menores de 1 año y madres gestantes inscritos a programas de seguridad alimentaria y nutricional liderados por la secretaria de desarrollo social. |
| **Metodología**: Taller_____ Jornada _____Sesión Educativa X Seminario __ Otro_____ |
| **Fecha:** 15-08-2024 **Hora Inicio:** 09:00 **Hora finalización:** 11:00 |
| **Ayudas educativas:** Micrófono, sonido, sillas. |
| **Funcionario responsable :** Laura Valentina Perico Padilla |
| **Forma de ejecución:** Presencial __x__ Virtual ____ |
| **Material Educativo entregado:** |

## 2. Ejecución

Para estas sesiones educativas se tuvo en cuenta padres y/o madres de niños menores de 1 año y madres gestantes inscritos a programas de seguridad alimentaria y nutricional liderados por la secretaria de desarrollo social, la primera sesión educativa se realizó en la celebración de la semana de la lactancia materna la cual estaba dirigida por la administración municipal quienes nos brindaron un espacio una vez terminada la movilización que se

realizó con el fin de conmemorar este mes tan importante, la sesión comenzó con una breve presentación sobre la importancia de la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y cómo la leche materna proporciona todos los nutrientes esenciales necesarios para el desarrollo del bebé. Además, se destacó su impacto en la salud a largo plazo, tanto para el bebé como para la madre, se hizo énfasis en los beneficios de la lactancia materna, como lo son el:

- Fortalecimiento del sistema inmunológico del bebé.
- Reducción del riesgo de enfermedades crónicas tanto en el bebé como en la madre.
- Fomento del vínculo afectivo entre madre e hijo.

Una vez realizada esta introducción por parte de la jefe de enfermería del municipio se invita al médico para que sea participe de la actividad. A lo largo de la sesión, se abordaron los mitos más comunes relacionados con la lactancia materna, con el fin de esclarecer dudas y brindar información veraz a los asistentes. Algunos de los mitos más destacados fueron:

Mito 1: "Las mujeres con poco pecho no pueden producir suficiente leche".

Verdad: El tamaño del pecho no afecta la capacidad de producir leche. La producción depende de la frecuencia de la succión del bebé y la demanda de leche.

Mito 2: "La leche materna puede ser insuficiente después de unos meses".

Verdad: La leche materna sigue siendo suficiente y adecuada para el bebé mientras se siga amamantando con regularidad. Los cambios en la producción se adaptan a las necesidades del bebé.

Mito 3: "Si la madre está enferma, debe dejar de amamantar".

Verdad: En la mayoría de los casos, las enfermedades comunes no impiden la lactancia, y los anticuerpos presentes en la leche materna pueden incluso proteger al bebé.

Mito 4: "Las madres que trabajan no pueden continuar con la lactancia".

Verdad: Existen métodos para extraer y almacenar la leche materna, lo que permite a las madres seguir proporcionando leche materna a sus bebés aunque no estén presentes.

Al final de la sesión, los participantes tuvieron la oportunidad de hacer preguntas y expresar sus preocupaciones personales sobre la lactancia materna. El médico y la enfermera resolvieron dudas de manera clara, proporcionando apoyo emocional y técnico a las madres.

## 3. Conclusiones:

- La sesión fue muy productiva y ayudó a desmitificar varios conceptos erróneos sobre la lactancia materna. Los participantes manifestaron mayor confianza en la práctica de la lactancia, entendiendo la importancia de su continuidad y la posibilidad de superar dificultades con el apoyo adecuado.
- Es importante seguir brindando sesiones educativas sobre lactancia para apoyar a las madres en distintas etapas de su maternidad.
- Se debe continuar promoviendo la creación de grupos de apoyo para madres lactantes.
- Continuar con la difusión de información verídica sobre la lactancia a través de diferentes plataformas de comunicación.

Cordialmente,

***Laura Valentina Perico Padilla – Jefe de Enfermería***
***Profesional que ejecuta la actividad***
***E.S.E. Centro de Salud de Macanal***

## *ANEXOS*

### *1. Evidencias fotográficas*

| | |
|---|---|
|  |  |
| **Descripción:** Explicación beneficios de la lactancia materna | **Descripción:** Preguntas Mitos y Verdades |
|  |  |
| **Descripción:** Participación de la población preguntando mitos y verdades | **Descripción:** Explicación del porque no se debe tomar cerveza en la lactancia |

| | |
|---|---|
|  |  |
| **Descripción:** Explicación de las propiedades de la lactancia | **Descripción:** cierre de la actividad |