ESE HOSPITAL SAN JOSE DE AGUADAS CALDAS

LINEA: SEGURIDAD NUTRICIONAL

ESTRATEGIA: MUJERES AMIGAS DE LA LACTANCIA

Nombre del profesional: Carlos Andrés Valencia Garcés

Profesión: Enfermero Jefe.

Fecha de ejecución: 18-07-2025

Lugar de la capacitación: CDI Institucional Asociación Unidos para el desarrollo social, cultural y agroambiental de Colombia “ASOUNDESOCA”

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
ACTIVIDAD 10 - Feria de consejería en lactancia materna para madres gestantes y/o lactantes, las 12 mujeres amigas realizaran réplica de la información a través de una feria en el parque principal a 12 mujeres gestantes y/o lactantes , además de crear cultura y hacer conocer a la comunidad la importancia de la práctica de la lactancia materna en el municipio, **Hora inicio:** 9:00 am **Hora de finalización**: 12:30 pm
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Realizar feria de consejería en lactancia materna en el parque principal de aguadas para madres, gestantes, lactante y comunidad en general.
3. CURSO DE VIDA
PRIMERA INFANCIA, JUVENTUD, ADULTEZ Y VEJEZ.
4. METODOLOGIA
1. Presentación del personal a cargo de la actividad. Se inició la actividad al grupo participante con la presentación del personal a cargo de la actividad educativa Carlos Andrés Valencia Garcés; Enfermero ejecutor de la ESE Hospital San José de Aguadas, con el tema a tratar durante la actividad, objetivo general y el orden del día a realizar en el parque principal de Aguadas, con la participación de 12 mujeres amigas de la lactancia, 12 madres lactantes y 12 personas de población general. 2. Presentación del fin de la actividad y los temas a tratar. Se dio a conocer la temática de la actividad a desarrollar en su ejecución, en la **ACTIVIDAD 10**, y su objetivo general. 3. Se realizó previa invitación por parte las 12 mujeres participantes a 12 madres lactantes del municipio para realizar consejería en lactancia materna, se diligenciaron formato correspondiente de ficha de consejería en lactancia y formato de ayuda de trabajo para la observación de la lactancia materna, posterior a este se realizó socialización de la actividad a comunidad general en

el parque principal. **VER ANEXO N1**

4. Cierre y despedida.

Se agradeció a las mujeres pertenecientes al grupo de lactancia, a las madres lactantes y a la comunidad en general su participación para el desarrollo de la feria; se adjunta listado de asistencia al taller **VER ANEXO N2**

CONCLUSIONES:

1. Se contó con la participación de 12 mujeres amigas de la lactancia, 12 madres lactantes y 12 personas de población en general.
2. Se realizó diligenciamiento de 12 formatos ficha de consejería en lactancia y formatos de ayuda de trabajo para la observación de la lactancia materna, a madres lactantes del municipio con el acompañamiento del enfermero jefe ejecutor de la estrategia, educación y reforzamiento de técnica de lactancia según hallazgos encontrados.
3. Las amigas de la lactancia materna participantes, madres lactantes y población general refirieron su agrado de tener información de primera mano o confiable, en los temas relacionados a lactancia materna, técnica adecuada de amamantamiento entre otras según dinámicas surgidas en la realización de la feria.

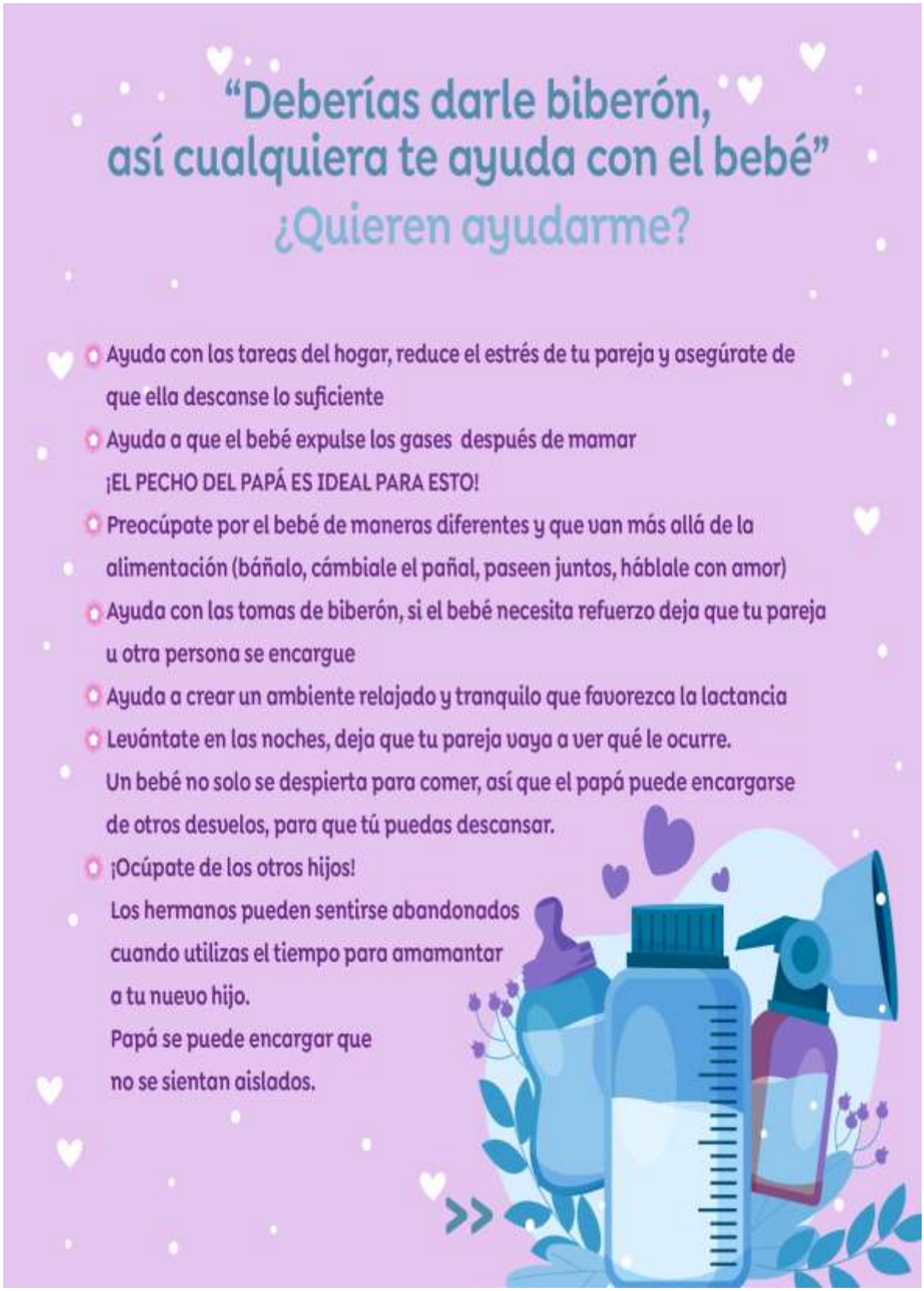


CARLOS ANDRES VALENCIA GARCES
ENFERMERO U. DE CALDAS
REG. 21252

MATERIAL EDUCATIVO UTILIZADO.




Beneficios de las redes de apoyo en la mamá lactante
Lograr la continuidad en el proceso de lactancia materna exclusiva hasta el sexto mes de vida de los recién nacidos
El fortalecimiento de la relación familia-redes de apoyo contribuye en la ganancia de confianza y seguridad para la lactante
Incremento en la producción de leche
Mejor resolución de dificultades presentadas con la lactancia
Mejora el proceso de recuperación de la mamá (post-parto)
Propicia ambiente de tranquilidad para la mamá y para la adaptación del bebé
Madre más tranquila, menos juzgada
Bebés más sanos y felices
Creación de ambiente de confianza para el fortalecimiento del vínculo afectivo
Brinda una palabra de ánimo y un encuentro humano con calidez para que ella sienta deseo de "ganar confianza para hacer posible la lactancia materna"


"Deberías darle biberón, así cualquiera te ayuda con el bebé"
¿Quieren ayudarme?
Ayuda con las tareas del hogar, reduce el estrés de tu pareja y asegúrate de que ella descanse lo suficiente
Ayuda a que el bebé expulse los gases después de mamar
¡EL PECHO DEL PAPÁ ES IDEAL PARA ESTO!
Preocúpate por el bebé de maneras diferentes y que van más allá de la alimentación (báñalo, cámbiale el pañal, paseen juntos, háblale con amor)
Ayuda con las tomas de biberón, si el bebé necesita refuerzo deja que tu pareja u otra persona se encargue
Ayuda a crear un ambiente relajado y tranquilo que favorezca la lactancia
Levántate en las noches, deja que tu pareja vaya a ver qué le ocurre.
Un bebé no solo se despierta para comer, así que el papá puede encargarse de otros desvelos, para que tú puedas descansar.
¡Ocúpate de los otros hijos!
Los hermanos pueden sentirse abandonados cuando utilizas el tiempo para amamantar a tu nuevo hijo.
Papá se puede encargar que no se sientan aislados.


MAMÁ, CONOCE Y
EJERCE TUS DERECHOS
Educar en salud y nutrición durante gestación, parto y posparto
Acompañamiento de una persona significativa durante el nacimiento.
Inicio de la LACTANCIA MATERNA durante el contacto piel a piel en la primera hora del nacido.
Consejería en lactancia materna
Licencia de Maternidad (18 semanas remuneradas) (8 días hábiles para el padre del recién nacido).
Una hora de lactancia materna hasta los 6 meses de edad del bebé
Espacio acondicionado y digno en el lugar de trabajo, para la extracción de leche durante su jornada laboral
Los niños/as tienen derecho a una alimentación completa, equilibrada y balanceada.


¿QUÉ HARÉ CON MI BEBÉ CUÁNDO RETOME DE NUEVO MI TRABAJO?
Si es posible, lleva el bebé al trabajo contigo.
Si tu lugar de trabajo está cerca de tu casa, tal vez puedas ir a amamantarlo en los descansos, o pedirle a alguien que te lo traiga al trabajo
Si tu lugar de trabajo está lejos de casa, puedes proporcionarle al bebé los beneficios de la lactancia materna de las siguientes maneras:

1. Dale lactancia exclusiva y frecuente durante todo el período de la licencia de maternidad.
2. Los primeros dos meses son los más importantes y en general, la lactancia materna se instala.
3. No comiences a darle otras comidas antes de los 6 meses, con la leche materna es suficiente.
4. No piense "Ya que tendré que regresar al trabajo dentro de 12 semanas, mejor le empiezo a dar mamaderas desde ahora".
5. Continúa amamantándolo en la noche, al amanecer y en cualquier momento que te encuentres en casa, esto ayuda a mantener su aporte de leche y le brinda sus beneficios.
6. Aprende a extraer la leche materna antes de nacer tu bebé.
7. Asesórate del personal de salud.