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: 4 de julio de 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 9 - TALLER 7: Importancia de las redes de apoyo durante la práctica de la lactancia materna - Al terminar el ultimo taller se debe de realizar el post test este con la intención de reconocer los aprendizajes adquiridos por las mujeres amigas.

Hora inicio: 9:00 am
Hora de finalización: 10:00 am

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Comprender la importancia que tienen las redes de apoyo en el periodo y la práctica de la lactancia Materna.

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. Con la participación de 12 mujeres en las instalaciones de ASOUNDESOCA Centro de desarrollo infantil sede Aguadas.

2. Presentación del fin de la actividad y los temas a tratar.

Se solicitó a los asistentes recordar los temas tratados en la sección anterior con referente a la **TALLER 6.** Consecuencias de la Malnutrición en la Gestante**,** se dio a conocer la temática de la actividad a desarrollar en su ejecución, en la **TALLER 7. Importancia de las redes de apoyo durante la práctica de la lactancia materna**, y su objetivo general, se entrega a las participantes material educativo referido en el **ANEXO N1**

3. Se realiza lectura del **ANEXO N1 ,** de manera grupal se mecanizan conceptos, durante dicha dinámica se resuelven dudas, imaginarios y mitos, con orientación del profesional de enfermería encargado de la actividad, las personas participantes de la estrategia refieren, teniendo en cuenta la actividad programada, en la guía metodológica la cual refiere:

ACTIVIDAD: Se realizó un circulo de dialogo en el cual cada Mujer amiga de la lactancia compartirá cual fue su experiencia y con cuales redes de apoyo conto en el momento en el que inicio la práctica de la lactancia materna, este con el fin de conocer las realidades individuales y familiares y así hacer visible a las mujeres amigas que a pesar de las situaciones vividas comprendieron la importancia de amamantar a su bebe y de contar con redes que hacen el proceso mucho más ameno.

- Una de las participantes, refirió: “nosotras en lo que trabajamos somos una red de apoyo a las mamas que pertenecen al programa de CDI, debido a que en nuestros planes pedagógicos incluido el área de salud de la institución, se plantea la socialización de los temas de lactancia, incluso los temas dados en la capacitación que usted nos da”
- Una de las participantes, refirió: “pues a mí me explico en su momento fue mi mama y una amiga cuando tuve a mi hija y me hacía recomendaciones a lo que vivió”
- Una de las participantes, refirió: “claro que las redes de apoyo es importante no solo la mama sino la familia y cuidadores alrededor, hasta nosotras en la práctica de la lactancia materna sea adecuada, es beneficioso para nuestro trabajo ya que tenemos una directriz nutricional de que la gestante y los niños”.
- Una de las participantes, refirió: “nosotras en lo que trabajamos somos una red de apoyo a las mamas que pertenecen a programa del CDI familiar, debido a que en nuestros planes pedagógicos incluido el área de salud la enfermera y la nutricionista de la institución, se plantea la socialización de lactancia, incluso los temas dados en la capacitación que usted nos da”

Se realizó post test de conocimientos, teniendo en cuenta formato facilitado por la DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS, como parte de las actividades a desarrollar en dicha actividad, se adjunta evidencias correspondientes y la cual se obtiene los siguientes resultados:

TABLA N1 SELECCIONE CON UNA X HASTA QUE EDAD ES RECOMENDABLEDAR LECHE MATERNA AL NIÑO(A)

1 SELECCIONE CON UNA X HASTA QUE EDAD ES RECOMENDABLE DAR LECHE MATERNA AL NIÑO(	Freq.	Percent	Cum.
24 MESES O MAS	12	100.00	100.00
Total	12	100.00	

Del total de participantes teniendo en cuenta las respuestas diligenciadas en el momento del post test refieren 24 MESES O MAS el 100% de las participantes.

TABLA N2. SEÑALE CON UNA X LA POSICION CORRECTA DEL BEBE PARA AMAMANTAR

2. SEÑALE CON UNA X LA POSICION CORRECTA DEL BEBE PARA AMAMANTAR.	Freq.	Percent	Cum.
A	12	100.00	100.00
Total	12	100.00	

Del total de participantes teniendo en cuenta las respuestas diligenciadas en el momento del pre test, se obtiene: el 100% refieren la figura a del pre test como la correcta.

Teniendo en cuenta la pregunta **N 3. COMO PUEDO ESTIMULAR LA PRODUCCION DE LECHE**, se obtiene las siguientes respuestas:

N	PARTICIPANTE	3. COMO PUEDO ESTIMULAR LA PRODUCCION DE LECHE
1	LORENA GONZALEZ PATIÑO	PEGANDO DE MANERA ADECUADA EL BEBE AL PECHO
2	YESICA PAOLA VALENCIA DIAZ	A MAYOR PRODUCCION CON EXTRATOR Y CUANDO EL NIÑO SE PEGA
3	DANIELA CARDONA JARAMILLO	PEGANDO AL BEBE -EXTRACION DE LECHE
4	YESICA ANDREA SANTA LOPEZ	A MAYOR SUBSION MAYOR PRODUCCION
5	BEATRIZ ELENA GONZALEZ BLANDON	PEGANDO AL NIÑO -EXTRACION DE LECHE
6	OLGA PIEDAD HERNANDEZ AGUIRRE	A MAYOR SUBSION MAYOR PRODUCCION
7	LILIANA ANDREA GARCIA	ENTRE MAS SUCCION MAS PRODUCCION
8	MARTHA DIVA HENAO HERNANDEZ	PEGANDO EL NIÑO AL SENO
9	PAULA ANDREA BEDOYA BEDOYA	PEGANDO AL BEBE -EXTRACION DE LECHE
10	DIANA LUCIA VALENCIA GALVIS	A MAYOR SUCCION MAYOR PRODUCCION
11	YULIETH SALAZAR NIETO	ALIMENTANTO EL NIÑO CON TECNICA ADECUADA DE AMAMANTAMIENTO
12	YULIANA MARCELA JARAMILLO VALENCIA	PEGANDO EL NIÑO CONSTANTEMENTE

Siendo estas respuestas coherentes a la pregunta formulada y teniendo en cuenta los temas dados al desarrollo del proceso, se observa mejoría en la calidad de las respuestas teniendo en cuenta el pre test.

Teniendo en cuenta la pregunta **N4.¿SI ESTOY AMAMANTANDO Y DEBO VOLVER A TRABAJAR, QUE DEBO HACER?**, se obtiene las siguientes respuestas:

N	4. ¿SI ESTOY AMAMANTANDO Y DEBO VOLVER A TRABAJAR, QUE DEBO HACER?
1	RECOLECCION DE LECHE Y ADECUADA CONSERVACION DE LA MISMA
2	EXTRACION Y ALMACENAMIENTO DE LA LECHE
3	EXTRAER Y ALMACENAR LA LECHE MATERNA
4	BANCO DE LECHE
5	EXTRACION Y ALMACENAMIENTO
6	BANCO DE LECHE
7	BANCO DE LECHE
8	BANCO DE LECHE
9	EXTRAER Y ALMACENAR LA LECHE MATERNA
10	EXTRAERME LA LECHE Y ALMACENARLA ADECUADAMENTE
11	SE DEBE REALIZAR EL BANCO DE LEHCE
12	EXTRACCION Y REFRIGERACION DE LA LECHE MATERNA

Siendo estas respuestas coherentes a la pregunta formulada y teniendo en cuenta los temas dados al desarrollo del proceso, se observa mejoría en la calidad de las respuestas teniendo en cuenta el pre test.

Teniendo en cuenta la pregunta **5. ¿INFLUYE EL TAMAÑO DEL PECHO EN LA PRODUCCION DE LECHE?**, se obtiene las siguientes respuestas:

N	5. ¿INFLUYE EL TAMAÑO DEL PECHO EN LA PRODUCCION DE LECHE?
1	NO PARA NADA
2	NO
3	NO
4	NO
5	NO
6	NO
7	NO
8	NO
9	NO
10	NO
11	NO INFLUYE
12	NO

Siendo estas respuestas coherentes a la pregunta formulada y teniendo en cuenta los temas dados al desarrollo del proceso, se observa respuestas adecuadas teniendo en cuenta tanto el pre

test como el post test.

4. Cierre y despedida.

Se agradece la los asistentes su asistencia a la actividad; se adjunta listado de asistencia al taller **VER ANEXO N2**

CONCLUSIONES:

1. Se contó con la participación de 12 mujeres amigas de la lactancia.
2. Se recordó temas del ACTIVIDAD 8 TALLER 6. Consecuencias de la Malnutrición en la Gestante, se dio a conocer la temática de la actividad a desarrollar en su ejecución.
3. Se realizó lectura grupal del material educativo entregado, y según la dinámica de la misma se resuelven dudas y se orientan recomendaciones, según los conceptos académicos socializados por parte del profesional de enfermería.
4. Se tienen en cuenta los imaginarios y los pres-saberes por parte del grupo participante.
5. Refieren las participantes que el trabajo actual que poseen con el CDI modalidad familiar, en sus procesos de intervención realizar educación y seguimientos por auxiliar de enfermería, nutricionista, y docentes como red de apoyo de la lactancia materna.
6. Las amigas de la lactancia materna participantes su agrado de tener información de primera mano o confiable, debido a que estas manifiestan buscar información en internet la cual en mucho de los casos hay información contradictoria o no adecuada.
7. se observa respuestas adecuadas al momento de evaluar los procesos con el pos test de conocimiento, en comparación con el pre test realizado.



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

ANEXO N1 MATERIAL EDUCATIVO ENTREGADO.

PORQUE APOYAR LA LACTANCIA MATERNA

1. La práctica de la lactancia materna necesita cambios en la sociedad que mejoran la posición y condición de las mujeres.
2. Apoyar la lactancia implica un cambio cultural y de valores, donde la familia y la sociedad asuman sus responsabilidades.
3. La lactancia materna aumenta la autoestima de las mujeres al incrementar su confianza en la habilidad que solo ellas tienen para dar a luz y llenar las necesidades de sus hijos e hijas.
4. La lactancia materna confirma el poder de las mujeres para controlar su propio cuerpo y reta a los intereses comerciales y publicitarios.
5. La lactancia materna enfrenta al punto de vista de que los senos son principalmente objetos sexuales
6. En la división sexual del trabajo, el cuidado infantil recae exclusivamente sobre los hombros de las mujeres.
7. La lactancia materna fomenta la solidaridad y cooperación entre las mujeres, en el hogar y en la comunidad.

LA LACTANCIA MATERNA Y SUS DERECHOS

• Apoyar a las mujeres para que amamanten, apunta al derecho de las mujeres a mejorar su condición económica y social
• Defender el derecho que tienen las mujeres a decidir sobre su propio cuerpo, su sexualidad, a tomar decisiones informadas libres de presiones sociales y comerciales.
• La lactancia materna es parte integral del ciclo de reproducción femenina, el derecho a la salud y calidad en la atención.

¿CUALES SON LOS 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

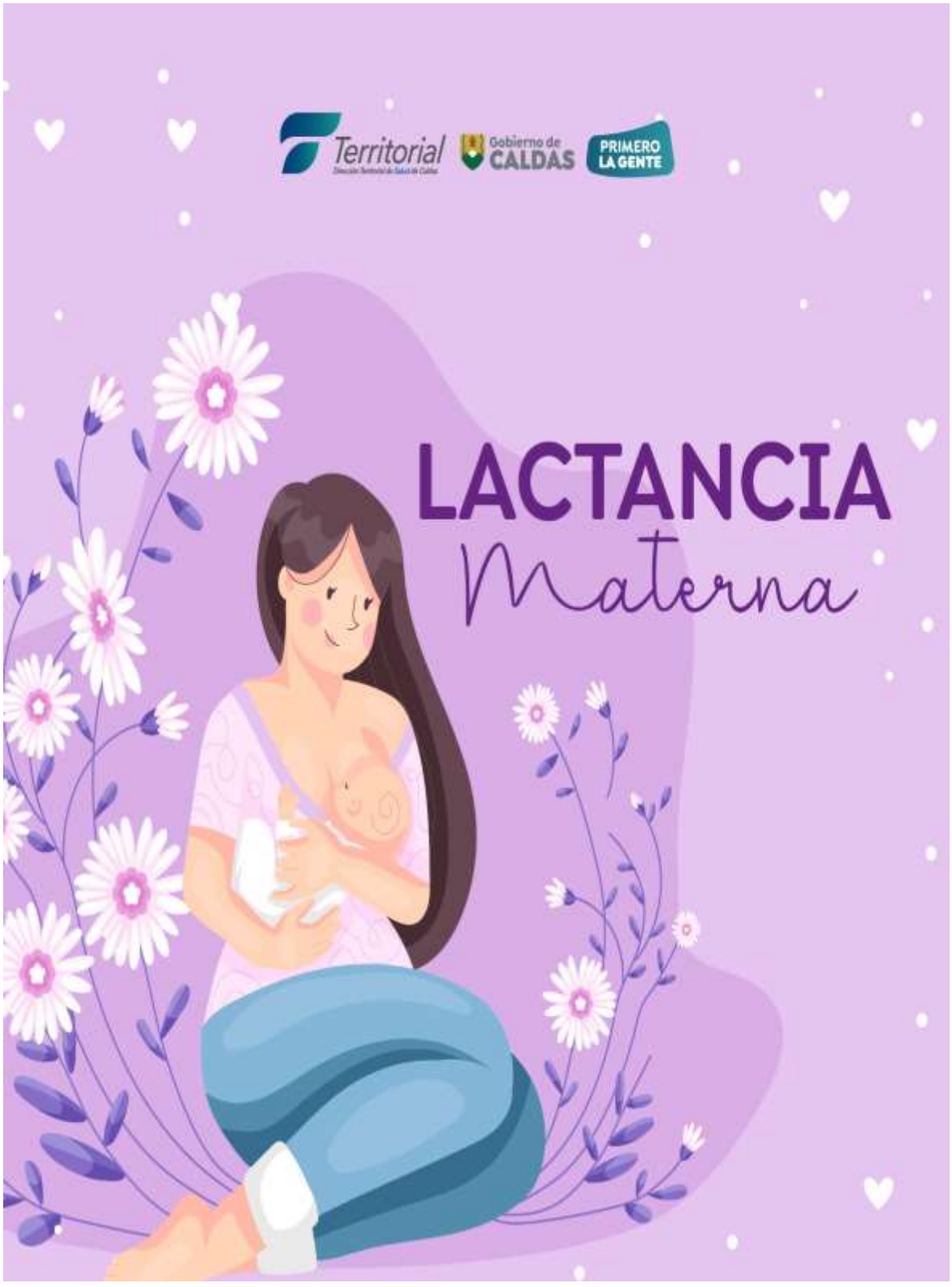
• Licencia de Maternidad (18 semanas remuneradas) (8 días hábiles para el padre del recién nacido.
• Espacio acondicionado y digno en el lugar de trabajo, para la extracción de leche durante su jornada laboral
• Los niños/as tienen derecho a una alimentación completa, equilibrada y balanceada.

APOYO A LAS MADRES GESTANTES O LACTANTES

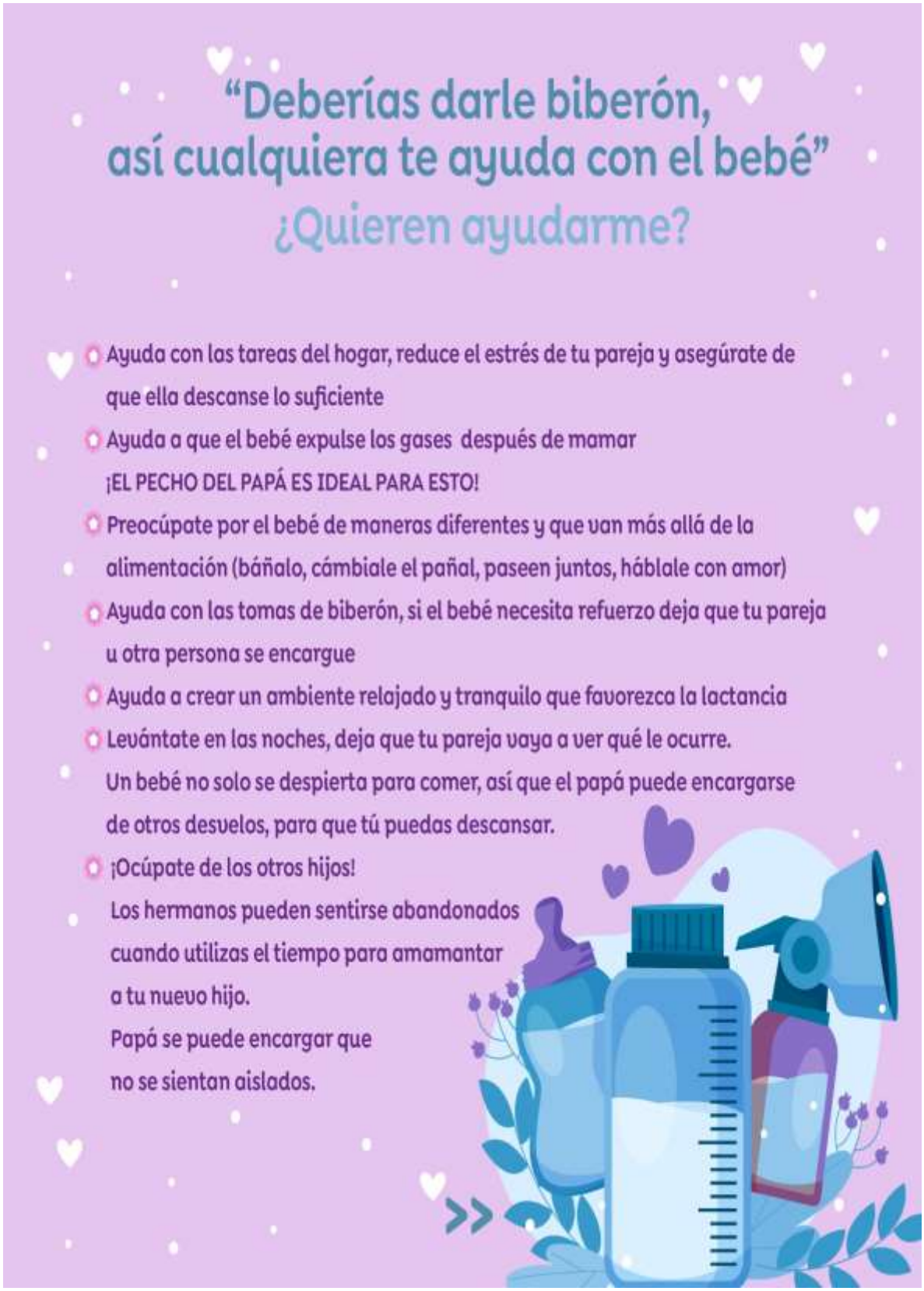
• Las madres que amamantan requieren que su decisión reciba el apoyo principalmente de su pareja, familia, comunidad, atención en salud, lugares de trabajo y normas que protejan la maternidad
• La primera red de apoyo es la familia, la participación del padre del bebe en los cuidados y crianza de su hijo/a estrecha los lazos de amor con su familia y lo motiva a compartir tareas con la madre en la rutina diaria del hogar y los cuidados que requiere la lactancia materna.

• El apoyo puede provenir de otras madres, o de los agentes de salud o comunitarios, de grupos y redes organizadas en la comunidad.
• Todas las formas de apoyo juntas, tienen un efecto positivo sobre la duración de lactancia exclusiva
• Los grupos de apoyo son invaluables, en ellos, las mujeres gestantes, madres en lactancia y sus familias, encuentran un sistema de apoyo que les permiten adaptarse a los cambios, que la maternidad y la lactancia demandan.
• En los grupos pueden compartir experiencias y orientar a otras madres sobre el manejo práctico de la lactancia materna.
• La consejería en lactancia materna brinda oportunamente y permite resolver dudas y prevenir problemas que pueden ser solucionados por los agentes de salud y comunitarios o el apoyo de madre a madre.

¡Muchas gracias por participar!


Territorial
Gobierno de CALDAS
PRIMERO LA GENTE
LACTANCIA
Materna


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.