ACTA N°

FECHA: 10 Noviembre 2025

HORA: 4:00 pm

LUGAR: JIC Mama Canguro

TEMA: Promoción y uso de la sala Amiga. SAFL.

ASISTENTES: Madres, padres de familia

ORDEN DEL DÍA: Bienvenida
Invitación uso SAFL.
Dudas e inquietudes
cierre.

DESARROLLO:

Al iniciar con la jornada se invito a las familias a seguir al espacio adecuado con sillas y cojines con el fin de que los participantes se sintieran comodos durante la socialización e invitación del uso de la sala amiga de la familia lactante y la importancia de la leche materna.

Posterior a esto, la docente encargada de la SAFL recordo nuevamente la finalidad de este espacio el cual es grantizar el derecho a las madres de amamantar o extraer su leche materna durante la jornada. Asimismo se compartio información sobre los beneficios

Powered by CamScanner

nutricionales, inmunologicos y afectivos de la lactancia materna. Se destaca la utilización frecuente de la SAFL debido a que contribuye al beneficio tanto de la madre como para él bebé.

Para terminar con la jornada se recordarón horarios del uso de la SAFL el cual esta a disposición y servicio de las familias y comunidad. Seguidamente se resolvieron dudas e inquietudes de algunas madres en cuanto a la lactancia materna.

Powered by CamScanner

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
	Maria Joya	10 - 11 - 2025.

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Yesica Morales	Mamá	JIC. Mamá Canguro	
Claudia Henao	Mamá	JIC. Mamá Canguro	Claudia Henao
Dayana Mateus	mamá	JIC Mama Canguro	
Yolanda Barrios	Abuela	JIC Mamá Canguro	Yolanda B.
Linda Barrios Hernandez	mamá	JIC. Mamá Canguro	
Fabián Rincón	Papá	JIC. Mamá Canguro	
Yaline Sanchez	mamá	JIC. mama Canguro	
Mauricio Delgado	Papá	JIC. Mamá Canguro	Mauricio D.
Karen Corrado	mamá	JIC mamá Canguro	KarenCorrado
Flor Reyes	mamá	JIC. mamá Canguro	FlorReyes
Mariana Tellez	Mamá	JIC mamá Canguro	Mariana Tellez
Jhon Castro	Papá	JIC mamá Canguro	Jhon Castro
Sandra Quintero	Mamá	JIC mamá Canguro	SandraQ.
Miguel Galan	Papá	JIC mamá Canguro	Miguel Galan
Tatiana Leon	Mamá	JIC mamá Canguro	Tatiana L.
Ana María Torres	Mamá	JIC mamá Canguro	Ana María Torres

Powered by CamScanner

INVITACIÓN ESPECIAL

EL JARDÍN INFANTIL MAMÁ CANGURO SE COMPLACE EN INVITARTE A HACER USO DE LA SALA AMIGA

Un espacio creado con amor y respeto,que garantiza comodidad , tranquilidad, privacidad y bienestar para las madres lactantes .



- Lactar con tranquilidad
- Extraer y conservar la leche materna
- Disfrutar de un espacio acogedor para ti y tú bebé

"No se te olvidé nuestra sala amiga está a tú disposición en los horarios que el jardín presta sus servicios.Te esperamos".

ACTA N°

FECHA: 12- Noviembre 2025

HORA: 4:00

LUGAR: JIC Mama Canguro

TEMA: Mitos y realidades de la (leche materna) lactancia Materna.

ASISTENTES: Padres de familias

ORDEN DEL DÍA: Bienvenida
socialización mitos y realidades
Cierre.

DESARROLLO:

Al iniciar con la jornada se da la bienvenida con un saludo a cada madre, padre de familia invitandolos así a participar de la socialización acerca de mitos y realidades de la lactancia materna con el fin de ofrecer claridad y apoyo a las familias en cuanto al tema y promover la lactancia materna.

Posteriormente, por medio de un folleto informativo se socializó los mitos y las realidades de la leche materna en la cual enfatizó en los siguientes mitos más comunes:

Powered by CamScanner

1 "No tengo suficiente leche, él bebe queda con hambre"

2 = Si amamanto, no puedo consumir ningún alimento "pesado" o condimentado".

3 = la leche es "aguada" y no alimenta lo suficiente"

4 = "Amamantar duele, es normal sin sentir dolor"

5 = Si estoy enferma o tomo medicamentos, debo suspender la lactancia

6 = Dar el pecho a cada rato malcria al bebé.

7 = Despues de los 6 meses la leche no alimenta.

Debido a lo anterior se explicó las realidades de la leche materna y el como amamantar, así mismo las experiencias que cada mujer puede tener en su proceso de lactancia.

Al finalizar con la jornada las familias manifestaron agradecimiento por el espacio de aprendizaje.

Powered by CamScanner

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
	Maria Joya	12-11-2025

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día:

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Dayanna Cortes	mamá	JIC mamá Canguro	
[illegible]	mamá	JIC. Mamá Canguro.	
Yessica Hernandez Barios	mamá	JIC mamá Canguro	
Monica [illegible]	[illegible]	JIC Mamá Canguro	
Yaline Sanchez	mamá	JIC mamá canguro	Yaline Sanchez
Mauricio Delgado	Papá	JIC Mamá Canguro	Mauricio D
Liliana Baron Hernandez	mamá	JIC. Mamá Canguro.	
Claudia Mejura.	Mamá	JIC Mamá Canguro.	Claudia M
Miguel Golan	Papá	JIC mamá Canguro	Miguel G

Powered by CamScanner

MITOS Y REALIDADES DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es el acto de amor más natural y el mejor regalo de salud que le puedes dar a tu bebé. Sin embargo, con frecuencia está rodeada de mitos y creencias que pueden confundir y dificultar esta hermosa etapa. La Secretaría de Integración Social, comprometida con el bienestar de las familias, te invita a conocer la verdad detrás de los mitos más comunes.

Mito 1: "No tengo suficiente leche, mi bebé se queda con hambre".

- **Realidad:** Es uno de los mitos más frecuentes. La producción de leche funciona bajo la ley de **oferta y demanda**: a más succión del bebé, más leche produce el cuerpo. La aparente "falta de leche" suele deberse a malas posiciones al amamantar o tomas poco frecuentes. **Confía en tu cuerpo:** un bebé que moja de 5 a 6 pañales al día, aumenta de peso y está alerta, está bien alimentado.

Mito 2: "Si amamanto, no puedo consumir ningún alimento 'pesado' o condimentado".

- **Realidad:** En general, **no es necesario llevar una dieta estricta**. La leche materna se produce a partir de los nutrientes de tu sangre, no directamente del estómago. La mayoría de los bebés toleran perfectamente la dieta de su madre. Solo en casos muy específicos (y bajo supervisión médica) se podría identificar un alimento que cause molestias al bebé.

Mito 3: "La leche es 'aguada' o 'floja' y no alimenta lo suficiente".

- **Realidad:** ¡Falso! La leche materna cambia su composición para adaptarse a las necesidades del bebé.
  - **Al inicio de la toma:** es más "aguada" (leche fore) para calmar la sed.
  - **Al final de la toma:** es más espesa y rica en grasa (leche hind) para saciar el hambre y ayudarlo a aumentar de peso.
  - **Conclusión:** Amamantar a libre demanda y permitir que el bebé vacíe un pecho antes de ofrecer el otro asegura que reciba la leche más nutritiva.





Mito 4: "Amamantar duele, es normal sentir dolor".

- **Realidad: El dolor es una señal de alerta, no es normal.** Puede indicar un **agarre incorrecto**. Un buen agarre significa que el bebé toma no solo el pezón, sino también gran parte de la areola, con la boca bien abierta. Si sientes dolor, busca ayuda de una consultora de lactancia o del personal de salud.

Mito 5: "Si estoy enferma o tomo medicamentos, debo suspender la lactancia".

- **Realidad:** En la gran mayoría de los casos, **puedes y debes continuar amamantando**. Los anticuerpos que produces al estar enferma pasan a la leche, protegiendo a tu bebé. Respecto a los medicamentos, la mayoría son compatibles con la lactancia. **Siempre consulta a tu médico** para que te recete uno seguro. Suspender la lactancia sin consulta es más riesgoso que continuarla.

Mito 6: "Dar el pecho a cada rato malcría al bebé".

- **Realidad:** Los bebés amamantados no se malcrían, se **consuelan y se alimentan**. El pecho no es solo comida; es calor, seguridad, protección y vínculo afectivo. Responder a las señales de tu bebé (llanto, chupeteo de manos) fortalece su seguridad emocional y favorece una producción de leche óptima.

Mito 7: "Después de los 6 meses, la leche ya no alimenta".

- **Realidad:** La leche materna **sigue siendo el alimento principal y más nutritivo** durante el primer año de vida. A partir de los 6 meses se introducen alimentos sólidos como **complemento**, pero la leche materna sigue proporcionando nutrientes esenciales, enzimas y defensas inmunológicas.

Conclusión

La lactancia materna es un proceso natural y aprendido. Rodéate de información veraz y busca apoyo si tienes dudas. Confía en tu instinto y en tu capacidad para alimentar a tu bebé.



ACTA N°

FECHA: 25 Noviembre 2025.

HORA: 4:00

LUGAR: JIC Mama Canguro

TEMA: Receta saludable (grupo de apoyo)

ASISTENTES: Padres de familia

ORDEN DEL DÍA: Bienvenida
Ejecución experiencia
Cierre.

DESARROLLO:

La jornada inicio en las horas de la tarde donde se fue brindando un saludo a cada madre, padre de familia según su orden de llegada, seguidamente se invito a que se acomodaran en el espacio organizado con el proposito de fomentar hábitos de alimentación saludable.
Durante la ejecución de la experiencia se entregaron a los padres de familia diferentes recortes de imagenes de alimentos, los cuales representaban frutas, verduras, proteinas, granos y bebidas saludables. A partir de este material se les oriento a seleccionar e identificar aquellos alimentos que conformaban una receta equilibrada y nutritiva.

Powered by CamScanner

Posteriormente, los participantes organizaron los recortes según su elección y elaboración de manera creativa una receta saludable, explicando los ingredientes seleccionados y su importancia para el bienestar de los niños. Durante esta se evidencia interés, disposición y participación activa por parte de los padres, quienes manifestaron entusiasmo al compartir sus propuestas y reflexionar sobre hábitos alimenticios en casa.

finalmente se socializaron las recetas elaboradas y asimismo se brindaron recomendaciones generales sobre una alimentación balanciada y la importancia de la lactancia materna exclusiva.

La experiencia concluyó con agradecimientos por generar espacios de aprendizaje significativo.

Powered by CamScanner




Comida Saludable





Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
	Yolima Mendez Mora Joya	25 NOV. 2023

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Carlos Moreno	Papá	J.I.C María Cangrejo	
Dayanna Cortes	mamá	J.I.C. María Cangrejo	
Marco Cortes	[illegible]	J.I.C. María Cangrejo	
Claudia Menjora	Mamá	J.I.C. María Cangrejo	Claudia Menjora
Liliana Baron Hernandez	mamá	J.I.C María Cangrejo	
Yenifer Joya	mamá	J.I.C María Cangrejo	
Yolima Sanchez	mamá	J.I.C. María Cangrejo	Yolima Sanchez
Mauricio Delgado	Papá	J.I.C. María Cangrejo	Mauricio D.

Powered by CamScanner