TÍTULO DE LA SESIÓN:
Conmemoración del Día Mundial de la Protección de la Lactancia Materna: “Lactar es Vida y Amor”

OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

Objetivo general:

Fortalecer los conocimientos, prácticas y actitudes positivas frente a la lactancia materna mediante actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a padres, madres y cuidadores del CDI AVENTURAS COLORIDAS del municipio de Gigante.

Objetivos específicos:

- Promover la importancia de la lactancia materna como práctica fundamental para el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de los niños y niñas.
- Desmitificar creencias erróneas relacionadas con la lactancia materna mediante dinámicas participativas de “Mito o Verdad”.
- Enseñar de manera práctica y vivencial las posiciones, tipos de agarre y pasos adecuados para una lactancia materna efectiva.
- Fortalecer los vínculos afectivos entre padres, madres, cuidadores e hijos a través de espacios de interacción y aprendizaje significativo.

GRUPO ETARIO Y ROL:
Padres de familia, madres gestantes y lactantes, cuidadores, niños y niñas pertenecientes al CDI AVENTURAS COLORIDAS del municipio de Tres esquinas, acompañados y orientados por el profesional en Nutrición y Dietética.

PLANEACIÓN DE LA SESIÓN

MOMENTO	DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES	RESPOSABLES	MATERIALES	TIEMPO
Apertura	Se realizó el saludo de bienvenida a los participantes, socializando el propósito de la actividad en conmemoración del Día Mundial de la Protección de la Lactancia Materna. Posteriormente, se desarrolló una actividad rompehielo basada en el intercambio de saberes, donde los padres de familia compartieron sus conocimientos, experiencias y percepciones acerca de la lactancia materna, fomentando la participación activa y el diálogo colectivo.	Nutricionista y talento humano del CDI	Parlante, micrófono, ambientación, material decorativo.	10 minutos
Activación	Se desarrolló la dinámica participativa “Mito o Verdad de la Lactancia Materna”, en la cual varias parejas conformadas por padres y madres se	Nutricionista y familias	cronómetro, preguntas dinámicas, incentivos,	20 minutos

¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!
Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.
PÚBLICA

	ubicaron en un espacio simulador. El profesional en nutrición realizó preguntas relacionadas con mitos y realidades de la lactancia materna; cada pareja contó con 10 segundos para responder. La actividad permitió aclarar dudas frecuentes y fortalecer conocimientos de manera lúdica, participativa y divertida hasta seleccionar la pareja ganadora.	participantes	micrófono, parlante, material decorativo.	
Actividad central	Se realizó la actividad experiencial “Lactar es Vida y Amor”, orientada por el profesional en nutrición, donde se explicó de manera dinámica y práctica: la importancia de la lactancia materna exclusiva, los tipos de leche materna (calostro, leche de transición y leche madura), tipos de agarre correcto al pecho, posiciones adecuadas para lactar (posición de cuna, cuna cruzada, balón de fútbol y acostada), así como los pasos básicos para una lactancia exitosa: higiene adecuada, postura cómoda, correcto agarre del bebé, libre demanda y extracción adecuada de gases. Las parejas participaron activamente realizando simulaciones y prácticas guiadas, fortaleciendo el aprendizaje significativo mediante una metodología lúdica y afectiva.	Nutricionista y familias participantes	Simuladores, muñecos, cojines, colchonetas, parlante, micrófono.	20 minutos
Cierre	Finalmente, se realizó una reflexión grupal acerca de la importancia de proteger, promover y apoyar la lactancia materna como acto de amor, nutrición y vínculo afectivo. Se motivó a las familias a continuar fortaleciendo prácticas saludables en el hogar y se agradeció la participación activa de todos los asistentes.	Nutricionista y familias participantes	Mensaje reflexivo, espacio de socialización, parlante, micrófono.	10 minutos

DESARROLLO DE LA SESION:

En el CDI AVENTURAS COLORIDAS del municipio de Tres esquinas, se llevó a cabo la actividad educativa y lúdico-pedagógica en conmemoración del Día Mundial de la Protección de la Lactancia Materna, contando con la participación activa de padres de familia, madres lactantes, cuidadores y niños y niñas de la modalidad. La jornada tuvo una duración aproximada de una (1) hora y estuvo orientada por el profesional en Nutrición y Dietética, con el propósito de fortalecer conocimientos, resolver dudas y promover prácticas adecuadas de lactancia materna desde el amor, el cuidado y la protección integral de la primera infancia.

La actividad inició con un espacio de bienvenida e integración, donde se desarrolló una dinámica rompe hielo basada en el intercambio de saberes. Durante este momento, los padres y madres compartieron experiencias, conocimientos previos, creencias y opiniones relacionadas con la lactancia materna, permitiendo identificar mitos frecuentes y percepciones culturales presentes en las familias. Este espacio favoreció la participación activa, la comunicación asertiva y la construcción colectiva del aprendizaje.

Posteriormente, se dio apertura a la dinámica “Mito o Verdad de la Lactancia Materna”, actividad participativa en la cual las parejas de padres y madres se ubicaron en un espacio simulador mientras el profesional en nutrición realizaba preguntas relacionadas con diferentes creencias alrededor de la

PÚBLICA

lactancia materna. Cada pareja disponía de 10 segundos para responder, promoviendo una participación dinámica, divertida y educativa. A través de esta actividad se aclararon dudas frecuentes y se reforzaron conocimientos importantes, abordando temáticas como:

- La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida.
- Los beneficios nutricionales, inmunológicos y emocionales de la leche materna.
- La importancia del contacto piel a piel entre madre e hijo.
- La libre demanda como factor clave para una adecuada producción de leche.
- Mitos frecuentes como “la leche materna no alimenta”, “si la madre tiene implantes no puede lactar”, “si el bebé llora es porque la leche no lo satisface” o “las madres deben suspender la lactancia cuando están enfermas”, los cuales fueron aclarados técnicamente por el profesional en nutrición.

PÚBLICA



Seguidamente, se desarrolló la actividad central denominada “Lactar es Vida y Amor”, orientada mediante una metodología experiencial y demostrativa.

Durante este espacio se brindó educación nutricional y orientación práctica sobre aspectos fundamentales de la lactancia materna, entre ellos:

Importancia de la lactancia materna

Se explicó que la lactancia materna constituye el alimento ideal para los niños y niñas durante los primeros meses de vida, debido a que aporta todos los nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento y desarrollo. Asimismo, fortalece el sistema inmunológico, disminuye el riesgo de enfermedades respiratorias y gastrointestinales, favorece el desarrollo cognitivo y fortalece el vínculo afectivo entre madre e hijo.

Tipos de leche materna

Se socializó información acerca de las etapas de la leche materna:

- **Calostro:** primera leche producida después del parto, rica en defensas, proteínas y nutrientes esenciales para proteger al recién nacido.
- **Leche de transición:** aparece días después del parto y aporta mayor cantidad de grasa y energía.
- **Leche madura:** contiene el equilibrio adecuado de nutrientes, agua y defensas necesarias para el crecimiento óptimo del bebé.

Tipos de agarre correcto

Se explicó la importancia de un buen agarre al pecho para evitar dolor, grietas y asegurar una adecuada extracción de leche. Se indicó que el bebé debe abarcar gran parte de la areola, mantener labios evertidos y realizar una succión efectiva.

Posiciones adecuadas para lactar

A través de simulaciones prácticas se enseñaron diferentes posiciones para amamantar:

- Posición de sentada.
- Posición de caballito.
- Posición balón de fútbol.
- Posición acostada o lateral.
- Posición biológica.

Se resaltó la importancia de mantener una postura cómoda para la madre y una adecuada alineación del bebé durante la lactancia.

Pasos para una lactancia materna efectiva

PÚBLICA

El profesional explicó recomendaciones básicas para una lactancia exitosa:

1. Lavado adecuado de manos antes de lactar.
2. Buscar un lugar tranquilo y cómodo.
3. Ubicar correctamente al bebé frente al pecho.
4. Verificar un agarre adecuado.
5. Alimentar al bebé a libre demanda.
6. Favorecer el contacto afectivo durante la lactancia.
7. Realizar extracción de gases después de alimentar al bebé.

Durante toda la actividad las familias participaron activamente en simulaciones, ejercicios prácticos y resolución de preguntas, fortaleciendo conocimientos de manera dinámica, afectiva y significativa.



Finalmente, se realizó un espacio de reflexión y sensibilización acerca de la importancia de proteger, promover y apoyar la lactancia materna como una práctica fundamental para la salud, nutrición, desarrollo integral y fortalecimiento de vínculos afectivos en la primera infancia. Asimismo, se motivó a las familias a continuar implementando prácticas saludables en el hogar y actuar como agentes protectores de los derechos de los niños y niñas.

OBSERVACIONES:

- Se evidenció alta participación e integración de las familias durante cada una de las actividades desarrolladas.
- Los participantes demostraron interés en resolver dudas y fortalecer conocimientos relacionados con la lactancia materna.
- La metodología lúdico-pedagógica facilitó el aprendizaje significativo y promovió espacios de interacción familiar.
- Se observó disposición positiva frente a la implementación de prácticas adecuadas de lactancia materna en el hogar.

CONCLUSIONES: La actividad desarrollada permitió fortalecer los conocimientos y prácticas relacionadas con la lactancia materna, promoviendo la importancia de protegerla como estrategia fundamental para el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de los niños y niñas. Asimismo, mediante las dinámicas participativas y experiencias prácticas, se logró sensibilizar a las familias sobre los beneficios nutricionales, emocionales y afectivos de la lactancia materna, fomentando entornos protectores y saludables en la primera infancia.

ELABORÓ:	REVISÓ:	FECHA DE ELABORACIÓN:
Daniel Alejandro Santacruz Guerrero Nutricionista Dietista – CORMIDI	CORMIDI CDI AVENTURAS COLORIDAS	Mayo-2026



Firma: _____

Cargo: Nutricionista Dietista
Entidad: CDI AVENTURAS COLORIDAS – Municipio de Tres esquinas

PÚBLICA

ACTIVIDAD: ACTIVIDAD LACTANCIA

FECHA: 26/05/2026

HORA INICIAL: 10:00 AM

HORA FINAL: 10:30 AM

LUGAR: CDI AVENTURAS COLORIDAS

DEPENDENCIA LIDER: CORMIDI

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	CARGO	ENTIDAD	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACION: PLANTA	TIPO DE VINCULACION: CONTRATO	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA	HUELLA
1	Diana M Diaz C.	1004767997.	mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3232611502		Diana M Diaz C.	
2	Kimberly D. Muñoz	1004147677	mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3103444491			
3	Erika cardenas	1077865314	mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3176290731			
4	Derly Vargas	1080188179	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3133219721			
5	Brigith Andrea	1080180819	mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3124524454		Brigith Andrea	
6	Lina Fabra	1073987726	Madre	CORMI	HUILA	GARZON			3016016520		Lina Fabra	
7	leidi Johana Durango	1048017298	mama	CORMI	HUILA	GARZON			3206294482		leidi Durango	
8	Kelly Quintero	1077874941	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3203077864			
9	Karina Zamora	1080158730	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			311269 7948		Karina Zamora	
10	Karina Bermeo A	1080186106	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3097517775		Karina Bermeo A.	
11	Jessica Flores	27.881.307	Mama	CORMI	HUILA	GARZON			3143049430		Jessica Flores	
12	Paula Sanchez	1077863866	Mama	CORMI	HUILA	GARZON			3222801189		Paula Sanchez	
13	Juliana Quiza.	1117786280	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3132146517		Juliana Quiza	
14	Estefania Amaya	1080182606	Mama	CORMI	HUILA	GARZON			3203535415.		Estefania Amaya.	
15	Laura camacho	1084923942	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3174946984		Laura camacho	
16	Paulo Plazas	1006460219	mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3133331331		Paulo Plazas	
17	Mamá Yuranis	1082215666	mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3144083463		Mamá Rivas	
18	Francisco Torres	1080183568	Papá	CORMI	HUILA	GARZON			3165985351		Francisco Torres.	
19	Joan C Tierradentro	79954710	papi	CORMI	HUILA	GARZON			3026039730		Joan C Tierradentro	
20	Karol Chimonja	1080181299	mama	CORMI	HUILA	GARZON			3122311300		Karol Chimonja	

Antes de imprimir este documento... piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

ACTIVIDAD: ACTIVIDAD LACTANCIA

FECHA: 26/05/2026

HORA INICIAL: 10:00 AM

HORA FINAL: 10:30 AM

LUGAR: CDI AVENTURAS COLORIDAS

DEPENDENCIA LEGAL: CORMIDI

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	ENTIDAD	MODALIDAD	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN: PLANTA	TIPO DE VINCULACIÓN: CONTRATO	TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA: AM	FIRMA: PM
1	FRANCY MRR	1080 187523	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3143845153			
2	Karen Ocampo Lara	1080187182	Mamá	CORMI	HUILA	GARZON			3132460778			
3	Lina Graffe	100074617	Mama	CORMI	HUILA	GARZON			3219541205			Lina Graffe
4				CORMI	HUILA	GARZON						
5				CORMI	HUILA	GARZON						
6				CORMI	HUILA	GARZON						
7				CORMI	HUILA	GARZON						
8				CORMI	HUILA	GARZON						
9				CORMI	HUILA	GARZON						
10				CORMI	HUILA	GARZON						
11				CORMI	HUILA	GARZON						
12				CORMI	HUILA	GARZON						
13				CORMI	HUILA	GARZON						
14				CORMI	HUILA	GARZON						
15				CORMI	HUILA	GARZON						
16				CORMI	HUILA	GARZON						
17				CORMI	HUILA	GARZON						
18				CORMI	HUILA	GARZON						
19				CORMI	HUILA	GARZON						
20				CORMI	HUILA	GARZON						

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.