



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

GUIA TECNICA PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA AMOR DE MAMÁ CON SABOR A LECHE

1. INTRODUCCIÓN

La educación sobre lactancia materna contribuye a aumentar tanto el inicio de esta práctica como la duración de la misma, hacer que las madres y sus familias reconozcan la leche materna como el primer alimento natural para los niños y niñas y sus múltiples beneficios como: fomentar el desarrollo cognitivo, proteger al niño de las enfermedades infecciosas y contribuir a la salud y al bienestar de las madres, uno de los principales objetivos que plantea esta estrategia.

En este documento los profesionales encontrarán la orientación metodológica para el desarrollo de las acciones educativas que se realizarán con las familias a través del uso del calendario de lactancia materna “Amor de mamá con sabor a leche”, que contiene información útil, cercana y de fácil entendimiento para ellas.

La implementación de esta herramienta se realizará en el marco de las acciones y dinámicas propias del servicio, los profesionales emplearán su creatividad para lograr que las familias apropien los conceptos y los incorporen durante la práctica de la lactancia materna, generando de esta manera beneficios a corto, mediano y largo plazo en el núcleo familiar.

2. OBJETIVO

Las mujeres gestantes y lactantes lograrán:

Información:

- Reconocer la lactancia materna como una práctica natural que trae beneficios tanto para la madre como para el niño a corto, mediano y largo plazo.

Educación:

- Comprender que la lactancia materna no es solo una acción biológica, si no que involucra factores emocionales, familiares, sociales y económicos.

Comunicación:

- Incorporar en su cotidianidad la práctica de la lactancia materna de manera exclusiva hasta los 6 meses y de manera complementaria hasta los dos años y más.

3. GLOSARIO

Asamblea Mundial de la Salud – AMS: máximo órgano de decisión para determinar las principales políticas de la Organización Mundial de la Salud.

Organización Mundial de la Salud – OMS: es el organismo de la Organización de las Naciones Unidas especializado en gestionar políticas de prevención, promoción e intervención en salud a nivel mundial.

Lactancia materna: es la forma ideal de aportar a los niños y niñas pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables (OMS).



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

GUIA TECNICA PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA AMOR DE MAMÁ CON SABOR A LECHE

Lactancia materna exclusiva: es la alimentación del lactante mediante leche materna sin ningún otro suplemento sólido o líquido, incluyendo el agua, según la Organización Mundial de la Salud¹

Lactancia materna continua: es la alimentación del lactante mediante alimentación complementaria y leche materna.

4. DESCRIPCIÓN

a. Marco teórico o conceptual

Para la construcción e implementación de la herramienta pedagógica relacionada con la promoción de la práctica de la lactancia materna, se toma como base el documento Guía técnica de lactancia materna de la Secretaría Distrital de Integración Social. De este documento, se resalta:

La práctica de la lactancia materna es ancestral y constituye un escenario fundamental de la humanidad que trasciende al plano cultural y social de las familias. Como lo plantea el lineamiento técnico de alimentación y nutrición para la primera infancia de cero a siempre “Desde el inicio de la humanidad la alimentación de los recién nacidos con la leche de sus madres ha sido garantía de su supervivencia” por lo cual resulta invaluable proteger su continuidad y sostenibilidad, por el gran valor que representa no solamente desde el punto de vista biológico, sino también como un legado de construcción social.²

También es relevante destacar que existe una creciente evidencia científica que sustenta la recomendación de promover la lactancia materna como una práctica vital y saludable, potenciadora del desarrollo y del bienestar infantil que irradia a la familia y a la sociedad en su conjunto. Es así como en las resoluciones de la Organización Mundial de la Salud – OMS- y en innumerables documentos científicos e investigaciones se ratifican los amplios e incomparables beneficios de la práctica de la lactancia materna.

La decisión de la madre sobre amamantar o no debe ser acompañada a través de información que le permita a ella y a su familia realizar la alimentación infantil libre de riesgos. Esta información incluye: inicio temprano, buen agarre y posiciones para amamantar, beneficios de la práctica de la lactancia materna, extracción y conservación de la leche materna.

¹ Organización Mundial de la Salud (OMS). (2003). *Estrategia Mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño*. Ginebra.

² Secretaría Distrital de Integración Social (2018). *Guía de Lactancia Materna*. Bogotá.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

GUIA TECNICA PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA AMOR DE MAMÁ CON SABOR A LECHE

Para materializar las acciones de promoción es necesario que los servicios sociales que tienen contacto con las mujeres gestantes y en periodo de lactancia realicen actividades relacionadas a la información, educación y comunicación que se establecen con el público general, acerca de las prácticas de alimentación de las niñas y los niños menores de dos años, garantizando que la información proporcionada sea precisa y completa.

La promoción está basada en la “Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y del Niño Pequeño”, ratificada por todos los países de la Unión Europea (UE) en la 55ª. Asamblea Mundial.

b. METODOLOGÍA

Población a quien va dirigida

Mujeres gestantes, lactantes y sus familias, participantes de los servicios sociales que atienden primera infancia.

Número de Integrantes

- 1 Familia en sesión individual.
- 20 participantes en sesiones grupales, en los cuales podrán participar padres de familia y cuidadores de los niños y niñas.

c. RECURSO FÍSICO Y HUMANO

Físico:

- Sesiones Individuales: Se requiere de un espacio cómodo, material donde se pueda desarrollar la actividad con la mujer gestante, lactante y su familia. (calendario impreso)
- Sesiones grupales: Se requiere de un salón, sillas suficientes, material (calendario impreso) y un profesional de la Secretaria de Integración Social, según sea el servicio al que pertenezca el niño.

Humano:

Profesionales salud de la secretaria de integración social, donde atiendan niños y niñas de la primera infancia.

d. TIEMPO

El desarrollo de esta actividad se divide en 5 sesiones, durante el año, las cuales deberán ser incluidas en la planeación mensual de las acciones establecidas para los encuentros individuales y grupales propias de cada servicio.

Cada sesión tendrá una duración de 1 hora distribuida así:



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN
SOCIAL

GUIA TECNICA
PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA
AMOR DE MAMÁ CON SABOR A LECHE

No	DURACION	ACTIVIDAD
1	5 minutos	Bienvenida y presentación de la actividad
2	5 minutos	Presentación de los objetivos de la actividad
3	15 minutos	Diálogo de saberes
4	30 minutos	Desarrollo de los temas planeados.
5	5 minutos	Retroalimentación de la actividad

Desarrollo del Taller

Actividad 0. Actividades previas (Una semana antes)

- Identificar los temas que están dispuestos en el calendario.
- Planeación de las temáticas abordar en cada una de las sesiones.
- Realizar convocatoria a las mujeres gestantes, lactantes y sus familias.
- Preparar material para el desarrollo de la sesión (Calendario de lactancia materna impreso. Si se considera necesario, puede incluir otro material para el desarrollo de la actividad)
- Confirmar asistencia el día anterior al desarrollo de la sesión

Sesiones. Cada sesión cuenta con la misma estructura, teniendo en cuenta que en la actividad 4, se mencionan los temas que deben ser abordados en las sesiones. El profesional puede seleccionar los temas de acuerdo a las necesidades de las familias, siempre y cuando se asegure de abordar todos los temas en las 5 sesiones. **(1 Hora)**

ACTIVIDAD No 1: Bienvenida y presentación de la actividad (Duración 5 minutos)

- Se da la bienvenida a las mujeres gestantes, lactantes y sus familias.

ACTIVIDAD No 2: Presentación de los objetivos de la actividad (5 minutos)

- Se realiza la presentación de los objetivos a trabajar según la temática seleccionada en el calendario.

ACTIVIDAD No 3: Dialogo de saberes (15 minutos)



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

**GUIA TECNICA
PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA
AMOR DE MAMÁ CON SABOR A LECHE**

Para iniciar, se indaga con los participantes sus intereses o inquietudes frente a la lactancia materna, generando el diálogo que permitirá reforzar o aclarar los temas a través del uso del calendario.

ACTIVIDAD No 4: Desarrollo de los temas planeados (duración 30 minutos).

De acuerdo a las necesidades, intereses o inquietudes identificadas en las familias, el profesional selecciona y desarrolla de los temas planeados asegurando que todos sean abordados en las 5 sesiones. Para esta actividad se debe usar el calendario como base para el desarrollo de cada tema.

A continuación se listan los temas que pueden ser abordados en cada una de las sesiones.

- Importancia de la lactancia materna
- Producción de la leche materna
- Recomendaciones para un buen agarre
- Técnicas de extracción de la leche materna
- Conservación de la leche materna
- Duración de la lactancia materna
- Beneficios de la lactancia materna para la madre
- Beneficios de la lactancia materna para el bebé
- Beneficios de la lactancia materna para la sociedad
- Mitos de la lactancia materna
- Consecuencias del uso de biberones
- Bancos de leche

ACTIVIDAD No 6: Retroalimentación de la actividad (Duración 5 minutos)

- El profesional en salud realiza la retroalimentación del tema, motivando a los participantes a comentar sobre la actividad realizada ¿cuál es la importancia de conocer sobre la lactancia materna?, ¿cómo los temas trabajados han generado algún cambio en torno a la lactancia?, y aclarar información relacionada con mitos y creencias que existen sobre la lactancia materna.
- Al finalizar cada sesión, se motivará a la madre a firmar su compromiso con la lactancia materna a través del formato sugerido en la primera página del calendario o el que el profesional disponga.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

**GUIA TECNICA
PROMOCIÓN, PROTECCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA
AMOR DE MAMÁ CON SABOR A LECHE**

Como madre de mi hijo y conociendo los beneficios de la lactancia materna, YO _____ me comprometo a lactarlo de manera exclusiva durante los primeros 6 meses de vida y como alimento complementario hasta los 2 años de edad como un acto de amor. De esta manera contribuiré a que mi bebe crezca sano y fuerte, así mismo ayudare a que Bogotá sea una ciudad saludable y comprometida con la salud de los niños y las niñas.

e. Administración de la guía

Dirección de Nutrición y Abastecimiento - Subdirección de Nutrición.

f. Aprobación del documento

	Elaboró	Revisó	Aprobó
Nombre	Jennifer Katherine Sierra Malaver Kelly Johana Ramírez Alvarado Erika Jazmín Tovar González Ángela Patricia Ramírez	Patricia Guzmán Andrea Aguiar	Martha Moreno Liliana Huertas
Cargo/Rol	Psicóloga – Subdirección de Nutrición Enfermera – Subdirección de Nutrición Nutricionista Dietista – Subdirección de Nutrición Comunicadora – Dirección de Nutrición y Abastecimiento	Nutricionista Subdirección de Nutrición.	Subdirectora de Nutrición