



# Lactancia Materna, una experiencia fundante.

## Información, apoyo y redes en el territorio: pilares para una Lactancia adecuada.

### **i** Información general

#### **Síntesis**

Este proyecto se fundamenta en la generación de espacios colectivos destinados a promover y reflexionar sobre la importancia de la lactancia materna en nuestros barrios. Consiste en la capacitación mutua, entre estudiantes, docentes de la Facultad de Ciencias Médicas y trabajadores de la salud junto a la comunidad en su conjunto, bajo la forma de talleres, destinados a trabajar a nivel global para que la lactancia sea entendida como la forma natural e ideal de alimentar a los niños/as pequeños. El camino de la lactancia no siempre es fácil. A veces la decisión de querer amamantar no es suficiente. Cuando se presentan problemas, es importante que el equipo profesional esté preparado para ayudar de manera eficaz y competente. Esto nos genera un llamado constante a la capacitación y el conocimiento, pero también a la empatía y al acompañamiento de las familias que consultan.

#### **Convocatoria**

Convocatoria Ordinaria 2018

#### **Palabras Clave**

Promoción salud

APS

Salud Comunitaria

Salud Publica

Nutrición

#### **Línea temática**

SALUD INTEGRAL Y COMUNITARIA

**Facultades y/o colegios  
participantes**

---

**Destinatarios**

Mujeres en edad reproductiva, gestantes, puérperas, familias que concurren al centro de salud N° 15, y Hospital Gutiérrez de la Ciudad de La Plata, provenientes de los barrios Mercadito, Barrio Nuevo, Churrascho, La Unión, y La Bajada de la Ciudad de La Plata. En su mayoría jóvenes de bajo nivel socio económico, con dificultades de acceso a espacios de reflexión sobre la importancia de los cuidados materno infantiles.

---

**Localización geográfica**

El centro de salud N° 15, y Hospital Gutiérrez de la Ciudad de La Plata. Ambos funcionan como centros de referencia para la asistencia en salud de los barrios Mercadito, Barrio Nuevo, La Unión, Churrascho y La Bajada, pertenecientes a la delegaciones de Tolosa y Ringuelet.

---

**Centros Comunitarios de Extensión Universitaria**

- Centro Comunitario de Extensión Universitaria N°6 "El Mercadito"
- 

**Cantidad aproximada de destinatarios directos**150

---

**Cantidad aproximada de destinatarios indirectos**400

---

## ☰ Detalles

---

### **Justificación**

La lactancia materna es fundamental en cualquier plan de salud materno-infantil. La leche materna es el único alimento que el niño necesita para los primeros seis meses de vida. Durante ese período no es necesario brindar agua ni otros alimentos.

Hablar de la lactancia materna es algo mucho más importante que un alimento o medicina. Es lo que madre e hijo están instintivamente preparados para hacer. La lactancia es una demostración física de afecto; es contacto contra la soledad, consuelo ante la pena, un momento de calma en la vorágine del día. La mujer que desea dar de mamar se siente única, irremplazable, plena.

Es una de las intervenciones más costo efectivas en salud pública. Disminuye la morbimortalidad infantil de manera muy significativa y el riesgo de enfermedades crónicas y oncológicas tanto en la madre como en el niño/a a lo largo de su vida. Reduce los costos económicos y sociales asociados a la enfermedad y muerte, cuida al planeta ya que no genera residuos ni basura, y hace que la madre y el niño/a se sientan únicos y valiosos.

Todos estos beneficios son tangibles y materializables en resultados concretos en la salud de las poblaciones en su conjunto; sin embargo, los indicadores de lactancia materna distan de ser ideales en nuestro país. Una proporción importante de niños/as inician la lactancia materna (95%), pero sólo un 30% de los bebés llega a los 6 meses de edad tomando pecho en forma exclusiva. Si bien la lactancia materna exclusiva es sumamente importante, no es menos importante la recomendación de continuar ofreciendo el pecho hasta por lo menos los dos años de vida del niño. En este sentido se observa que entre los 12 y 15 meses el porcentaje de niños lactantes decae a 61% y se reduce más aún (29%) al llegar a los 24 meses.

En ese sentido el rol de la Universidad en el territorio es fundamental para difundir con acciones concretas en la comunidad los beneficios de la lactancia y los riesgos de su abandono temprano, así como fomentar y acompañar el inicio temprano de la lactancia materna y su mantenimiento hasta los 2 años de vida.

---

### **Objetivo General**

- Generar espacios integrales de promoción de la lactancia materna para las familias de los barrios de la región, instituciones y a la sociedad en su conjunto.
  - Contribuir al fortalecimiento del vínculo entre la Facultad de Ciencias Médicas de la Plata y el primer nivel de atención través de actividades colectivas centrada en los derechos de la madre y el niño.
- 

### **Objetivos Específicos**

- 1. Brindar talleres con información a embarazadas, madres de lactantes y sus grupos familiares sobre los beneficios de la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, y de forma complementaria a los alimentos hasta los 24 meses. A su vez, incorporar consejería saludable en alimentación complementaria de forma oportuna.
- 2. Utilizar toda oportunidad de contacto con embarazadas, madres y bebés para apoyar la lactancia materna. Asesorar sobre técnicas de extracción y conservación de leche a todas las madres, especialmente a las que trabajan y/o deban separarse de su bebé. Informar sobre los derechos que las protegen
- 3. Promover a través de folletería la legislación vigente: Ley Nacional N° 26.873, de Promoción y Concientización Pública sobre la Lactancia Materna; Ley de Contrato de Trabajo (N° 20.744 y sus modificatorias) que protege a las mujeres durante el embarazo y la lactancia y la Ley 25.929 sobre los Derechos de los Padres y de la Persona Recién Nacido.
- 4. Elaborar material didáctico destinado al equipo de salud y a otros actores sociales de la comunidad, con el objeto de fomentar acciones que contribuyan a la promoción de la lactancia materna y el cumplimiento de una alimentación adecuada para los primeros años de vida.
- 5. Capacitar al equipo de salud del CAPS/Hospital sobre los beneficios de la lactancia materna por medio de espacios formativos, permitiendo el intercambio y el enriquecimiento, valorizando los saberes de cada uno/a desde una perspectiva interdisciplinaria.
- 6. Brindar especial apoyo a embarazadas y madres con riesgo de abandono precoz y/o dificultades en la lactancia materna a través de dispositivos de trabajo en conjunto con los médicos/as y enfermeras del CAPS.
- 7. Brindar información a la sociedad en su conjunto sobre el Banco de Leche Materna del HIGA San Martín de La Plata y los beneficios de la donación de leche materna.
- 8. Estimular la formación de grupos de apoyo de lactancia materna y vincular a las madres con los mismos.
- 9. Generar una sistematización de datos útiles y actualizados, acerca de Hospitales y Centros de Salud amigos de la madre y el niño.
- Brindar talleres con información a embarazadas, madres de lactantes y sus grupos familiares sobre los beneficios de la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, y de forma complementaria a los alimentos hasta los 24 meses. A su vez, incorporar consejería saludable en alimentación complementaria de forma oportuna.
- Utilizar toda oportunidad de contacto con embarazadas, madres y bebés para apoyar la lactancia materna. Asesorar sobre técnicas de extracción y conservación de leche a todas

las madres, especialmente a las que trabajan y/o deban separarse de su bebé. Informar sobre los derechos que las protegen.

- Promover a través de folletería la legislación vigente: Ley Nacional N° 26.873, de Promoción y Concientización Pública sobre la Lactancia Materna; Ley de Contrato de Trabajo (N° 20.744 y sus modificatorias) que protege a las mujeres durante el embarazo y la lactancia y la Ley 25.929 sobre los Derechos de los Padres y de la Persona Recién Nacido.
- Elaborar material didáctico destinado al equipo de salud y a otros actores sociales de la comunidad, con el objeto de fomentar acciones que contribuyan a la promoción de la lactancia materna y el cumplimiento de una alimentación adecuada para los primeros años de vida.
- Capacitar al equipo de salud del CAPS/Hospital sobre los beneficios de la lactancia materna por medio de espacios formativos, permitiendo el intercambio y el enriquecimiento, valorizando los saberes de cada uno/a desde una perspectiva interdisciplinaria.
- Brindar especial apoyo a embarazadas y madres con riesgo de abandono precoz y/o dificultades en la lactancia materna a través de dispositivos de trabajo en conjunto con los médicos/as y enfermeras del CAPS.
- Brindar información a la sociedad en su conjunto sobre el Banco de Leche Materna del HIGA San Martín de La Plata y los beneficios de la donación de leche materna.
- Estimular la formación de grupos de apoyo de lactancia materna y vincular a las madres con los mismos.
- Generar una sistematización de datos útiles y actualizados, acerca de Hospitales y Centros de Salud amigos de la madre y el niño.

---

## **Resultados Esperados**

- Modificación en la prácticas de amamantamiento.
- Prácticas sostenidas de lactancia materna.
- Participantes capaces de multiplicar la importancia de la lactancia materna.
- Identificación de los niveles de lactancia materna por parte de la población.
- Mayores niveles de conocimiento sobre la práctica de la lactancia y derechos durante la maternidad.

---

## **Indicadores de progreso y logro**

- Encuestas realizadas por las mujeres gestantes luego de cada taller.
  - Presentismo a las planificaciones y a los talleres por parte de los extensionistas.
  - Producción de material audiovisual y folletería sobre los beneficios de la lactancia materna para divulgación en la comunidad e instituciones de salud.
  - Aumento de los niveles de lactancia por parte de la población destino.
  - Mayor articulación entre la comunidad y el banco de leche del hospital San Martín.
  - Eleva el nivel de conocimiento de los trabajadores de los CAPS sobre lactancia materna.
- 

## **Metodología**

Se realizarán talleres interdisciplinarios de frecuencia quincenal, de dos horas de duración. Los mismos serán planificados por el equipo de trabajo.

Temas a tratar:

1) Mitos, creencias y costumbres en torno a la lactancia.

Definición de mito, distintos ejemplos de creencias falsas sobre la lactancia, estrategias para abordar dichas creencias.

2) Preparación para la lactancia durante el embarazo

Características de los trimestres del embarazo relacionadas a la lactancia, Calostro: momento de aparición durante el embarazo y función, manejo de los pechos. Maniobra de extracción de calostro, tipos de pezones. cuidado de los pezones.

3) Beneficios de la lactancia materna

Ventajas de la lactancia materna, beneficios: para la mamá, para el bebé, para la familia, la sociedad y ecológicas.

4) Necesidades del recién nacido – Primera puesta al pecho. Curso normal de la lactancia durante la internación. Buena Prendida

Similitud entre las necesidades intra y extra uterinas. Necesidades básicas del recién nacido. Teoría de crianza con apego. Importancia de la red de sostén. Manejo de la lactancia durante las primeras 24 hs de vida, y durante el resto de la internación. Primera puesta al pecho, hora de oro. Postura, prendida, succión. Libre demanda. Uso de tetinas y chupetes. Manejo de información según el día de internación. Manejo de la bajada de leche.

5) Leche humana vs leche de fórmula

Composición de la leche materna, diferencias en la composición de la leche, el calostro, la leche de transición y la leche madura, variaciones de la composición de la leche a lo largo de la toma, composición de la leche de fórmula, comparación de ambas.

6) Posiciones para amamantar. Manejo de bajada de leche

Sostén. Ofrecimiento. Acople. Succión. Posiciones. Bajada de leche, manejo.

-Fomentar la creación de grupos de apoyo a la Lactancia Materna y referir a éstos a las embarazadas y madres del barrio.

Un grupo de apoyo a la Lactancia Materna es un grupo de mujeres (generalmente embarazadas y madres en período de amamantamiento) que se reúnen con el fin de

intercambiar información, reflexionar y darse apoyo en todo lo que se refiere a la lactancia materna. Es conveniente que estos grupos sean coordinados por mujeres que previamente hayan recibido capacitación y tengan experiencia positiva de amamantamiento.

-Las actividades propuestas para la maternidad del Hospital Gutiérrez de La Plata dependerá del espacio físico donde se realice y el público convocado. La modalidad de la actividad será planificada por los extensionistas previamente. Serán propuestos talleres generales sobre promoción y beneficios de lactancia materna y Jornadas de visibilización. Los espacios donde se brindaran las actividades serán la sala de espera de los consultorios de obstetricia, la sala de espera de la guardia de pediatría, la sala de internación conjunta de púerperas con recién nacidos sanos y la sala de neonatología de dicho hospital.

-Se realizará una encuesta individual a cada embarazada según el modelo adjunto para recabar información de la población y a su vez poder ofrecer a cada paciente , según su respuesta, la información necesaria para favorecer la lactancia. También se utilizará para evaluar el proyecto y posteriormente utilizar estos datos como material para trabajos científicos.

---

## **Actividades**

- 1. Jornada de conocimiento del equipo de trabajo.
- 2. Reuniones de equipo: planificación de los talleres.
- 3. Encuentros de capacitación del equipo.
- 4. Participación en las mesas de gestión barrial para favorecer el intercambio con referentes barriales y otras instituciones.
- 5. Elaboración de folletería informativa sobre la importancia de la lactancia materna.
- 6. Difusión y convocatoria de la comunidad para la participación en los talleres.
- 7. Reuniones de planificación y monitoreo de las actividades.
- 8. Talleres quincenales (15).
- 9. Reuniones de coordinación con los equipos de trabajo de los CAPS.
- 10. Jornada de evaluación del proyecto.
- 11. Sistematización de la experiencia.
- Jornada de conocimiento del equipo de trabajo.
- Reuniones de equipo: planificación de los talleres.
- Encuentros de capacitación del equipo.
- Participación en las mesas de gestión barrial para favorecer el intercambio con referentes barriales y otras instituciones.

- Elaboración de folletería informativa sobre la importancia de la lactancia materna.
  - Difusión y convocatoria de la comunidad para la participación en los talleres.
  - Reuniones de planificación y monitoreo de las actividades.
  - Talleres quincenales (15).
  - Reuniones de coordinación con los equipos de trabajo de los CAPS.
  - Jornada de evaluación del proyecto.
  - Sistematización de la experiencia.
-



## Cronograma

Duración: 1 año.

Los talleres serán quincenales (2 talleres mensuales) con planificación previa y producción de material didáctico para el mismo. A su vez se realizará la convocatoria al mismo junto con el personal de salud de las instituciones que articulen con el proyecto de extensión.

Actividades/ Meses	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Jornada de conocimiento del equipo de trabajo	X											
Reuniones de equipo: planificación de las actividades			X	X	X	X	X	X	X	X		
Encuentros de capacitación del equipo		X	X	X								
Participación en las mesas de gestión barrial para favorecer el intercambio con referentes barriales y otras instituciones	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Elaboración de folletería informativa sobre la importancia de la lactancia materna		X										
Difusión y convocatoria de la comunidad para la participación en los talleres			X	X	X	X	X	X	X	X		
Reuniones de equipo: monitoreo de las actividades				X	X	X	X	X	X	X	X	
Talleres quincenales (15)				X	X	X	X	X	X	X	X	
Reuniones de coordinación con los equipos de trabajo de los CAPS				X	X		X	X		X		
Jornada de evaluación del proyecto											X	
Sistematización de la experiencia												X

## Bibliografía

- 1.Efectos a largo plazo de la lactancia materna: una revisión sistemática. Organización Mundial de la Salud. 2013
2. La alimentación de los niños menores de 2 años Resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Ministerio de Salud Presidencia de la Nación.2010

3. Indicadores UNICEF. 2017

4. Breastfeeding and the Use of Human Milk. American Academy of Pediatrics. PEDIATRICS Volume 129, Number 3, March 2012

5. Ley 26.873. Lactancia Materna. Promoción y Concientización Pública. 2013.

6. Consejería en Lactancia Materna. Curso de Capacitación 2012. Ministerio de Salud de Nación

7. Pronap 2009 Módulo 1. Bancos de leche Humana Pasteurizada. Dr. Gustavo Sager

---

### **Sostenibilidad/Replicabilidad**

La sostenibilidad está garantizada por la concurrencia de las mujeres embarazadas del barrio el mercadito a sus controles obstetricos en el CAPS 15 y al Hospital Dr. Ricardo Gutierrez de la PLata donde sucederá el nacimiento y posterior internación conjunta con su bebe donde se realizaran los talleres mencionados.

---

### **Autoevaluación**

- Es importante realizar los talleres de promoción de beneficios de lactancia materna para fortalecer la articulación de la Facultad de Ciencias Médicas con el primer nivel de atención.
- Desarrollar estrategias de promoción de la importancia de la lactancia materna para mejorar a corto, mediano y largo plazo la salud de nuestros niños/as .

## Participantes

<b>Nombre completo</b>	<b>Unidad académica</b>
Sager, Gustavo Hugo (DIRECTOR)	Facultad de Ciencias Médicas (Profesor)
Sisú, Maria Guadalupe (CO-DIRECTOR)	Facultad de Ciencias Médicas (Graduado)
Arturi, Analia Susana (COORDINADOR)	Facultad de Ciencias Médicas (Profesor)
Suarez, Ghigliazza Agustina Flo (COORDINADOR)	Facultad de Ciencias Médicas (Graduado)
Garcia, Joaquin (PARTICIPANTE)	Facultad de Ciencias Médicas (Alumno)
Neme, Luna (PARTICIPANTE)	Facultad de Ciencias Médicas (Alumno)
Fernandez, Marisol (PARTICIPANTE)	Facultad de Trabajo Social (Graduado)
Ardans, Marina Veronica (PARTICIPANTE)	Facultad de Ciencias Médicas (Graduado)
Galimberti, Lucia (PARTICIPANTE)	Facultad de Ciencias Médicas (Graduado)

## Organizaciones

<b>Nombre</b>	<b>Ciudad, Dpto, Pcia</b>	<b>Tipo de organización</b>	<b>Nombre y cargo del representante</b>
CAPS N°15,	La Plata, Buenos Aires	Organismo gubernamental municipal	Mariano Salerno , Medico
BANCO DE LECHE DEL HIGA SAN MARTIN	La Plata, Buenos Aires	Organismo gubernamental provincial	Ana Tabuena, Medica
HOSPITAL MATERNO-INFANTIL DR. RICARDO GUTIERREZ	La Plata, Buenos Aires	Organismo gubernamental provincial	Analia Arturi, Medica