



TALLER DE LACTANCIA MATERNA CAP TORDERA

1-JUSTIFICACIÓN:

Según las recomendaciones de la OMS y del propio Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya, la lactancia materna es el alimento óptimo para el niño, de manera exclusiva hasta los 6 meses y complementada menos hasta los 2 años, con múltiples beneficios para la salud de la madre y del niño. Sin embargo, las tasas de inicio y duración de la lactancia materna siguen siendo muy bajas, influidas por una falta de cultura de lactancia tanto entre madres como profesionales.

Existe evidencia de que el apoyo profesional y de madre a madre es efectivo para mejorar estas tasas.

2-OBJETIVO:

- Mejorar los conocimientos y habilidades sobre el manejo de la lactancia materna de mujeres embarazadas y madres lactantes, tanto en lo referente al proceso normal de lactancia como en el manejo de problemas relacionados.
- Fomentar el apoyo de grupo de madre a madre, aumentando la seguridad y confianza en el proceso de lactancia.

3- MATERIAL:

Personas responsables:

- Anna Pol Pons, enfermera de pediatría / consultora certificada en lactancia materna-IBCLC.
- Meritxell Pérez Bartolomé, enfermera de pediatría.

Durante las vacaciones siempre queda una de las dos enfermeras y se realiza el taller con el apoyo de madres con formación de asesoras de lactancia.

Material de apoyo:

- Material general :,
 - o Ordenador con acceso a internet
 - o Muñecos / pecho de goma
 - o Colchones, almohadas, pelotas grandes
 - o Butaca
- Material específico:
 - o Extractores manuales y eléctricos, medidores de tamaño pezón.
 - o Pezoneras de diferentes tamaños
 - o Material para diferentes métodos suplementación: jeringas con sonda, vasitos, relactador, Haberman

Día y hora: Todos los miércoles, de 11 a 13horas, en la sala de educación sanitaria del CAP Tordera.

Normativa:

No es necesario apuntarse antes. Las mujeres embarazadas, madres y familias de lactantes, junto con los niños, pueden venir y participar en tantas sesiones y tanto tiempo como deseen.

El Taller está abierto a participantes de fuera de la población de Tordera.

El Taller no tiene ningún interés comercial y no aceptará hacer ninguna sesión por parte de la industria.

4- PLANIFICACIÓN DE LAS SESIONES:

Hay 9 sesiones planificadas que se exponen en calendario en los pósters informativos sobre el taller. Cada vez que se renueva el calendario también se envía a las guarderías de Tordera para que puedan hacer difusión.

Se hace una rueda con los siguientes temas, con presentación digital:

- a. Beneficios de la lactancia materna para la madre y el bebé. Hasta cuando dar el pecho?
- b. Cómo funciona la lactancia. Qué hacer cuando hay poca leche.
- c. Dolor en la lactancia. Posibles causas y soluciones.
- d. El sueño y la lactancia.
- e. Extracción de leche e incorporación al trabajo.
- f. Introducción de alimentos complementarios. (2 sesiones)
- g. Enfermedades de la madre. Medicación y lactancia.
- h. Lactancia y sociedad. Lactancia en tándem, lactancias prolongadas.

En todas las sesiones se aprovecha para hacer difusión de diferentes recursos de apoyo a la lactancia existentes en las redes: vídeos, webs, blogs ... (anexo 1)

A demanda del grupo de madres también se van trabajando otros temas que surgen.

5-METODOLOGÍA Y DESARROLLO DE UNA SESIÓN:

En cada sesión una de las dos profesionales conduce el grupo y la otra realiza apoyo en la consejería individual y grupal.

- Rueda de presentación de los participantes.
- Exposición de dudas, preguntas, observaciones.
- Consejería y apoyo individual y grupal de los temas surgidos.
- Desarrollo del tema teórico propuesto por el día o de otro tema prioritario en ese momento. Debate entre todos los participantes.
- En todo momento apoyo y ayuda a las madres lactantes que lo necesiten.

6- REGISTRO:

- Registro de los participantes en la hoja de registro y la agenda específica del Taller de Lactancia.
- Al terminar la sesión la enfermera responsable registra en la historia clínica de cada bebé y madre embarazada la actividad realizada (NIC: grupo de apoyo, ligado al diagnóstico NANDA: lactancia materna eficaz o el diagnóstico de embarazo), así como si hay alguna información relevante para el seguimiento posterior.

7- SEGUIMIENTO:

- Análisis de la asistencia: número asistentes por sesión y frecuentación.
- Encuesta evaluación satisfacción (anexo 2)

8- EVALUACIÓN

Anualmente la responsable del taller realizará una Memoria con el análisis de los resultados y acciones de mejora pertinentes.

9- BIBLIOGRAFÍA:

- OMS | Metas mundiales de nutrición 2025: Documento normativo sobre lactancia materna. WHO. 2017.
- McFadden A, Gavine A, Renfrew MJ, Wade A, Buchanan P, Taylor JL, et al. Support for healthy Breastfeeding mothers with healthy term babies. En: McFadden A, editor. Cochrane Database Syst. Rev., Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.; 2017.
- La alimentación de lactantes y niños pequeños: recomendaciones estándar para la Unión Europea. Entre otros, publicado por el Departamento de Salud, Generalitat de Catalunya. 2007
- Metodología Talleres de Lactancia. IHAN 2017. <https://www.ihan.es/doc/>

ANNEXO 1: RECURSOS EN LA RED

www.e-lactancia.org. Sobre la compatibilitat de la lactància amb medicaments, infusions i proves radiològiques

www.acpam.org. Associació catalana de suport a l'alletament matern. Material formatiu molt interessant, en especial fotos posicions.

www.ihan.es, en especial apartat de vídeos sobre continguts educatius i vídeos de promoció de la lactància: <https://www.ihan.es/videos/> i apartat de documents

<http://www.aeped.es/comite-lactancia-materna>: web del Comitè de lactància materna de l'AEPEd, amb múltiples informacions i un foro de consulta.

www.albalactancia.org. Web dels grups de suport "alba lactància", de Barcelona. Especial atenció en apartat "lactància" que desglosa molt bé informació útil per les famílies en la gestió de temes concrets relacionats amb la lactància.

<http://www.asociacionsina.org/> Web dels grups de suport Sina, de València. Múltiples documents i articles d'interès.

<https://apilam.org/blog/> Associació per la promoció i investigació científica i cultural de la lactància materna.

<https://www.maternidadcontinuum.com/> Múltiples vídeos i articles de divulgació. Blog d'una IBCLC

www.elpartoesnuestro.es Informació per un part respectat

<https://juliobasulto.com/> web del nutricionista Julio Basulto, interessant per alimentació complementària.

<http://www.carlosgonzalezpediatra.com/> web del pediatra i divulgador, expert en lactància materna Carlos González

<https://iboneolza.wordpress.com/> blog de la psiquiatra infantil Ibone Olza

<https://www.lactapp.es/blog/> app de lactància materna

<http://www.telasmos.org/espanol/> Museu virtual de la lactància materna: història, art, vinyetes, quadres, curiositats...

ANEXO 2: CUESTIONARIO de EVALUACIÓN

EVALUACIÓN TALLER DE LACTANCIA MATERNA CAP TORDERA

Como participante en el Taller de Lactancia Materna del CAP Tordera tu opinión nos es muy importante para poder evaluarlo y seguir mejorando.

Tienes más hijos? Si† No†

Les diste el pecho? Si† No† tiempo:

Valora por favor los siguientes aspectos del 1 a 10, teniendo en cuenta que el 1 es muy mal y el 10 es muy bien.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Lugar										
Horario										
Duración de cada sesión										
La dinámica del grupo: rueda de presentació, debate y apoyot entre participantes										
Temas tratados										
El material de utilizado: vídeos, presentaciones ordenador, webs, muñecos...										
La capacidad de comunicación de las enfermeras responsables										
Consideras que lo que has aprendido te servirá para mejorar tu cuidado y el de tu bebé?										

¿Qué es lo que te gusta más del Taller?

¿Qué es lo que no te gusta o te gusta menos?

¿Qué has echado en falta?

¿Quieres añadir algún comentario para mejorar las sesiones?

Firma:

MUCHAS GRACIAS POR TU APORTACIÓN!