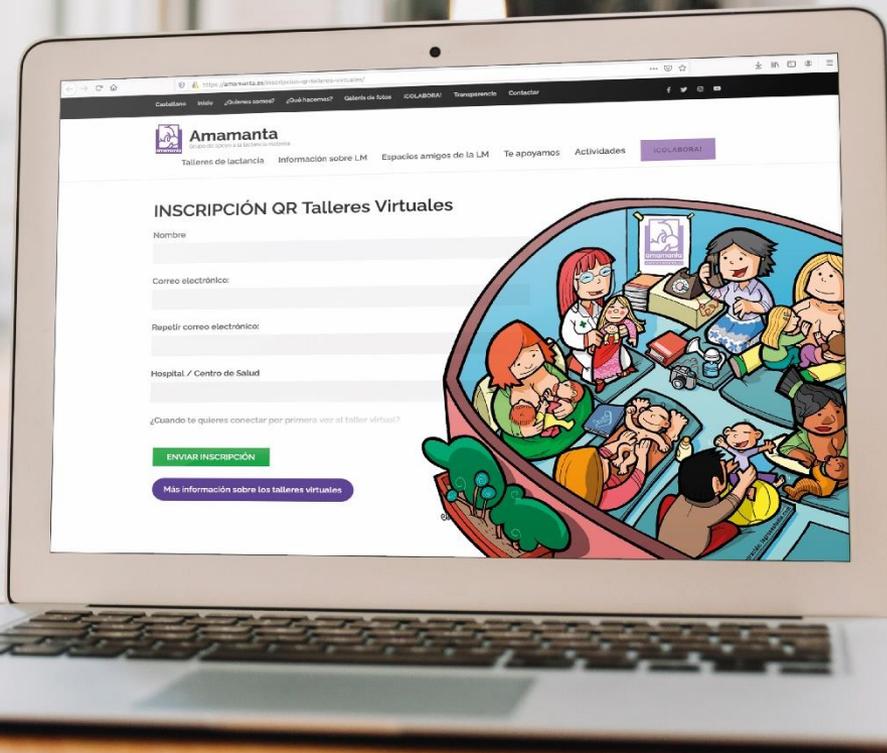


# TALLER VIRTUAL DE LACTANCIA MATERNA para madres y embarazadas

*¡¡ apúntate,  
es gratis!!*



## TALLERES VIRTUALES DE LACTANCIA ACOMPañAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

WEBINAR: LACTANCIA MATERNA EN PANDEMIA  
LECCIONES APRENDIDAS Y RETOS PARA EL FUTURO

Bárbara Birigay. Amamanta Grupo de Apoyo a la Lactancia Materna



GRUPO DE APOYO A LA  
LACTANCIA MATERNA

Nuestra asociación está formada por personas voluntarias que con una enorme generosidad se han formado y ofrecen apoyo a las madres desde los talleres de lactancia y realizando un voluntariado en hospitales.

### Talleres de Lactancia

Es el espacio público donde se reúnen cada semana las madres lactantes, embarazadas y familiares para disfrutar, compartir, aprender y vivir con gozo la experiencia de amamantar.



### Voluntariado Hospitalario

Ofrece apoyo, información y escucha a las mujeres en el hospital, realizando un taller en la planta de maternidad o atendiendo a la madre en su habitación, en colaboración con el personal sanitario.



### Formación, Difusión, Promoción y mucho más.

Además, Amamanta realiza otras actividades importantes de apoyo a la lactancia ofreciendo formación y difundiendo y promocionando la cultura de la lactancia materna.



# AMAMANTA

grupo de apoyo a la lactancia materna, lleva acompañando a las madres desde el año 2000

- ✓ 28 Talleres de lactancia materna
- ✓ Voluntariado hospitalario en 3 hospitales de Valencia
- ✓ Comité de lactancia de 5 hospitales
- ✓ Equipo de voluntarias formado por madres y profesionales
- ✓ Convenio de colaboración con la Conselleria de Sanidad y Salud Pública

[www.amamanta.es](http://www.amamanta.es)

facebook



twitter



## MARZO 2020

La situación sanitaria, nos lleva a adelantarnos a la declaración del Estado de Alarma, y nos obliga a tomar una decisión de responsabilidad nueva para nosotras.

**Amamanta**  
Grupo de apoyo a la lactancia materna

Talleres de lactancia   Información sobre LM   Espacios amigos de la LM   Te apoyamos   **Actividades**   ¡COLABORA!

RESPECTO AL COVID-19:  
Por prudencia y responsabilidad con nuestras voluntarias y familias:  
Queda cancelada toda actividad pública de AMAMANTA hasta que la alerta sanitaria remita



**AMAMANTA cancela toda su actividad pública hasta que la alerta sanitaria remita**

 **11 marzo, 2020**

En un ejercicio de prudencia y responsabilidad con nuestras voluntarias y las familias atendidas, y dado que la actividad de AMAMANTA se enmarca principalmente dentro de centros sanitarios, queda cancelada toda actividad pública de AMAMANTA hasta que la alerta sanitaria...

lactancia materna  
19945 Views

PLAN DE PARTO EN TIEMPOS DE COVID-19  
14710 Views

Finaliza la 3ª edición del Curso de Asesoras de Lactancia Materna  
12870 Views

**NUESTROS FOLLETOS**



## ¿Y ahora qué?

Nos enfrentamos a 2 realidades:

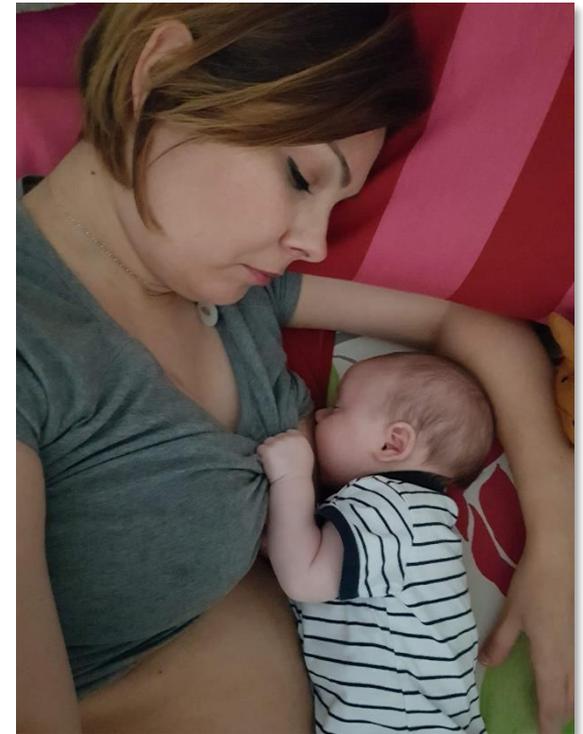
**NO** podíamos realizar **APOYO PRESENCIAL** a las madres como llevábamos 20 años haciendo.

**NO** podíamos dejar a las madres **SOLAS** en un momento de gran vulnerabilidad para ellas

- ✓ Sin voluntariado hospitalario
- ✓ Sin talleres de lactancia
- ✓ Sin educación maternal
- ✓ Sin consultas presenciales
- ✓ CONFINADAS

Requería una reacción inmediata

**TALLER VIRTUAL**



# AMAMANTA 2.0

RE-INVENTAMOS EL APOYO A LA LACTANCIA

El 16 de MARZO  
ponemos en marcha  
nuestro primer

## TALLER VIRTUAL DE LACTANCIA



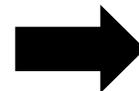
Apoyo individual y acompañamiento en taller virtual  
Nuestras asesoras te apoyan desde casa

## NO ESTÁS SOLA



# Acompañamiento en forma de taller a través de plataformas de videoconferencia

Elección de plataforma



Planificación y publicación de horarios

- Todos los días
- Mañana y tarde

TALLERES	MAÑANA	TARDE
LUNES 23	11:00H	17:30H
MARTES 24	11:00H	17:30H
MIÉRCOLES 25	11:00H	17:30H
JUEVES 26	11:00H	17:30H
VIERNES 27	11:00H	17:30H
FIN DE SEMANA	—	—

## Equipo de asesoras y apoyo técnico



## Difusión



WWW.AMAMANTA.ES

**AMAMANTA 2.0  
APOYO VIRTUAL**

Nos reinventamos para seguir apoyándote



**DE LUNES A VIERNES**  
11h MAÑANA  
17:30h TARDE

inscripciones@amamanta.es  
www.amamanta.es



## DIFICULTADES INICIALES Aesoras y Madres:

- ✓ Inexperiencia en este modo de acompañamiento
- ✓ Habilidades tecnológicas, wifi, cobertura
- ✓ Resistencia al modo virtual
- ✓ Incertidumbre inicial, sobre quien podía estar detrás de una pantalla, seguridad informática, ....

### Zoom meetings are just modern seances



"There's someone who wants to join us."  
"Elizabeth, are you there?"  
"We can't hear you."  
"Can you hear us?"

# METODOLOGÍA del Taller

**INSCRIPCIONES:** cuenta de correo para las inscripciones al taller. Control y organización. Recordatorios semanales.

**COORDINADORA**  
del TV comparte con las asesoras la información sobre las incorporaciones nuevas antes de cada sesión



- Nombre de la madre
- Desde dónde se conecta
- Cuál es su situación
- Preferencia de horario

**Magda De la Cuadra**

Hola @Flor AMAMANTA Benimamet, @Raquel Sarabia, @Melanie (Buñol) Bono vendrell y @ZE4M7m Mamen López Gómez, esta tarde tenéis 2 mamis nuevas apuntadas al taller (las 2 se llaman Esther pero una está aquí cerca en Sueca y la otra en México!) Ana Vicente también se conectará con vosotras



X14t: Esther Pérez (Sueca, bebé prematuro): Buenas tardes me gustaría saber si en vuestros talleres podría obtener ayuda específica a mi problema, tengo una nena de 1 mes y 1 semana que fue prematura de 31 semanas, nada mas nacer inicié la extracción de leche para que se le pudiera administrar, a medida que la nena evolucionó se le fue retirando la sonda y en la tomas que yo no estaba se le daba biberón de mi leche y cuando yo estaba me la ponía al pecho con pezonera pues no era ni es actualmente capaz de engancharse ... [Leer más](#)

16:21

Grupo de WhatsApp con las asesoras..... **CONEXIÓN EN TODO MOMENTO**, para compartir, informar, darnos apoyo, etc.

Cada taller es conducido por al menos **DOS ASESORAS**. Apoyo técnico.

Las matronas y enfermeras hacen **EQUIPO** con las madres asesoras.



# METODOLOGÍA del Taller

**FUNCIONA** como los  
Talleres presenciales



Adaptación del **PROTOCOLO** de  
talleres presenciales al formato  
virtual.

**PARTICIPACIÓN** Abierta y gratuita

- Horario fijo establecido
- Periodicidad semanal
- Participación abierta
- Ronda de participación
- Prioridad a las urgencias
- Aquí y ahora al inicio
- Amadrinamiento de embarazadas
- Recogida de datos



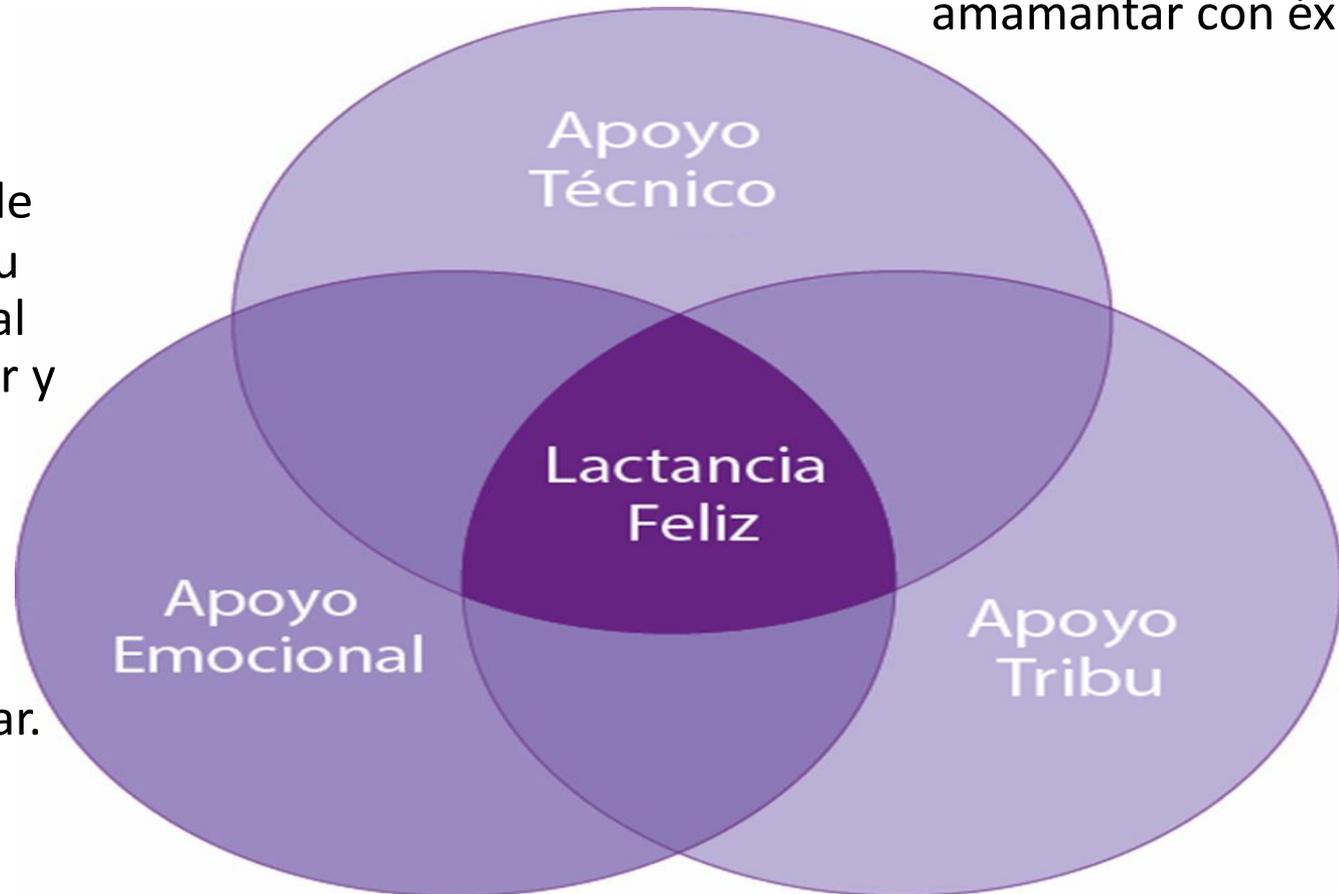
*Tu Madrina de  
Lactancia*

**REFUERZO** mediante grupos de  
WhatsApp de cada taller y atención  
individual

# OBJETIVOS del Taller

Proporciona los **CONOCIMIENTOS** teórico-prácticos necesarios, para amamantar con éxito.

Refuerza la **CONFIANZA** de las madres en su habilidad natural para amamantar y para tomar sus propias decisiones. Permite reconocerse, aceptar, conectar.



Proporciona **ACOMPAÑAMIENTO** emocional a las mujeres. Apoyo entre iguales. Mujeres se escuchan, respetan y empatizan. Un espacio donde dar y recibir. Formar tribu.

# EVALUACIÓN

Lo que hemos vivido a través de los talleres...

- Embarazadas llenas de dudas y MIEDOS en parto y lactancia materna por la COVID-19
- INSEGURIDAD y falta de información en la madre
- Problemas EMOCIONALES: miedo, soledad, aislamiento
- DOLOR, grietas, mastitis
- Lactancias MIXTAS
- Obstáculos en la lactancia
- Interferencias: medicas, de la pareja, de la familia
- CANSANCIO físico y emocional



## RESULTADO en cifras

360 Talleres → 3.836 Conexiones

(15 madres de media)

875 Nuevas ← → 490 Embarazadas

↓  
2.471 Repiten (64%)



Imágenes de la campaña  
en rrs 'La teta a la fresca'

# RESULTADO

Increíble **ALCANCE** más allá de nuestro ámbito de actividad

Conexiones desde **TODA ESPAÑA**:  
Madrid, Alicante, Granada, Murcia, etc.

Y de **FUERA DE NUESTRO PAÍS**:  
Alemania, Inglaterra, Francia, Italia,  
Atlanta (EEUU)



# RESULTADO

El taller como **Espacio de formación**

## Equipo de Apoyo:

- 2 Enfermeras
- 8 Matronas
- 19 Madres asesoras en Lactancia

**Madres veteranas** de los talleres entienden la importancia de devolver lo recibido.

- 4 alumnas del prácticum de Psicología
- Residentes de matrona y enfermería
- 7 Alumnas del ciclo de TCAE

Las profesionales sanitarias empiezan a hacer taller desde sus consultas con el apoyo de las madres



Se forman para convertirse en asesoras

Amamanta les ofrece **Formación** interna y externa para potenciar a estas madres y convertirlas en nuevas asesoras



## CONCLUSIONES

- ✓ Reacción inmediata de los **GRUPOS DE APOYO**.
- ✓ La pandemia ha hecho que aprendamos habilidades **TECNOLÓGICAS**. Brecha para las familias sin recursos.
- ✓ El **TALLER VIRTUAL** ha demostrado ser una herramienta de acompañamiento muy potente y de gran alcance.
- ✓ Promover **EQUIPO** de madres y personal sanitario.
- ✓ La soledad y el confinamiento ha puesto en valor lo que el **TALLER DE LACTANCIA** aporta. Un recurso a potenciar desde la Sanidad Pública.



4 domingo  
de octubre



#tetadavirtual

Sube tu foto amamantando  
el DOMINGO 4 de OCTUBRE  
y participa en la  
**TETADA VIRTUAL 2020**

menciónanos y etiquétanos  
en tus redes con  
**#tetadavirtual**

f @AMAMANTA

📷 @amamanta\_valencia

🐦 @Amamanta\_



**iHAN**

Iniciativa para la humanización de la  
asistencia al nacimiento y la lactancia.

unicef | para cada niño

