

## MEMORIAS TALLER AMAMANTA PAIPORTA 2018

2018 ha sido un año fructífero para el taller de Paiporta, de crecimiento, actividad constante y apertura al centro de salud y al pueblo.

En enero de 2018 Esther Coronado y Tatiana Arquez tomaron el relevo en la coordinación del taller. Con las ideas y conceptos frescos por el Curso de Asesoras de Amamanta, las dos responsables constataron que el funcionamiento del taller distaba mucho del protocolo y funcionamiento del resto de talleres de Amamanta. Por eso se inició un proceso de cambios para para mejorar su funcionamiento, adaptarse al protocolo de talleres de Amamanta y mejorar el funcionamiento del taller.

A principios de año se propuso a Rosa Martí que formara parte del equipo de responsables del taller. Ante el embarazo de Esther y el regreso de Tatiana al País Vasco, era necesario un refuerzo del equipo. Rosa era una de las madres asiduas y más participativas, y su empatía y dulzura ayudarían a las futuras mamás que fueran viniendo.

A lo largo de 2018 ha habido numerosos cambios para mejorar el taller y el sentimiento del equipo de responsables es de orgullo al observar como ha prosperado. Si anteriormente el taller se desarrollaba “de espaldas” al centro de salud, una de las primeras medidas que se tomaron fue hablar con el coordinador general y con las matronas del centro de salud. Tras comprobar que no había diferencias que aclarar entre todos, se empezó a colaborar con las matronas: bien realizando las clases de lactancia en la preparación al parto, bien invitando a la matrona de lactancia a participar en el taller y acudiendo a ella ante cualquier duda surgida durante el desarrollo de los talleres. Por ello la relación actual con las matronas es muy buena. Si bien sigue habiendo dos talleres en el centro, (el martes por la tarde el de Amamanta y el jueves por la mañana, el de la matrona), muchas madres van a los dos talleres, y tanto la matrona interviene en nuestro taller y nos ayuda cuando se lo solicitamos, como nosotras en el suyo, si lo necesita. Creemos que tener dos talleres en horarios distintos ayuda a muchas madres que, por distintos motivos, no pueden acudir a uno o a otro. También hablamos con el área de pediatría, que al estar preparando la certificación como centro IHAN, nos ha solicitado documentación consultado dudas o enseñado documentos (como el de alimentación complementaria). A día de hoy, nos consta que tanto matronas como pediatras nos envían madres al taller, aunque no tantas como sería necesario y tampoco participamos en el comité de lactancia del centro, si es que lo hay.



Por otra parte hemos inscrito a Amamanta como asociación local en el ayuntamiento de Paiporta. Esto nos sirvió para poder mantener reuniones tanto con la alcaldesa como con el concejal de Bienestar Social, Igualdad y Participación Ciudadana, los cuales se mostraron muy interesados con la labor de Amamanta y han brindado la ayuda que el taller pudiera necesitar. De esta forma nos han cedido locales municipales para la realización de talleres durante las fechas de verano y festividades varias, cuando el centro de salud cierra por las tardes.

Como forma de reconocimiento del Ayuntamiento al papel de Amamanta en Paiporta, se nos invitó a formar parte en la mesa de la salud, un consejo permanente formado por representación de los distintos agentes de salud del municipio (asociaciones, AMPAs, centro de salud, polideportivo...) para las políticas de salud del pueblo.



En la dinámica del taller, para conseguir más visibilidad del mismo y que más familias nos conocieran, hemos organizado varios talleres temáticos, charlas itinerantes de Amamanta e incluso meriendas, para animar a las mamás veteranas que han bajado la frecuencia con la que vienen al taller. Así, las actividades realizadas en 2018 han sido:

- Taller temático “Múltiple y tándem” (17 de abril). Dado que teníamos en el taller varias madres con gemelos y algunas con bebés recién nacidos con hermanos que seguían lactando, decidimos hacer un taller temático al respecto.
- Taller temático “Destete respetuoso”(10 de Julio). Algunas mamás nos comentaron sus dudas con respecto a este tema, y consideramos que un taller temático ayudaría a las mamás a tomar la decisión en el momento adecuado y llevarlo a cabo desde el respeto.
- Recogida de muestras de leche para estudio (8 de mayo). Desde la Universidad Cardenal Herrera nos pidieron colaborar con un estudio que estaban realizando y quedamos una tarde con ellas para que nos dieran información del al respecto y de paso las mamás que quisieron y pudieron donaron leche para dicho estudio.
- Charla ‘Alimentación Complementaria’, con Cintia Borja (24 de abril). Que ayudó a muchas mamás y papás en sus dudas y miedos al llegar a este cambio en la alimentación de los bebés.
- Charla ‘Amor y Crianza’ con Silvia Araque (20 de febrero) Nos ayudó a entender el funcionamiento en el desarrollo emocional de los más pequeños
- Charla ‘Estoy perdiendo la paciencia’ con Silvia Araque (29 de mayo). Que ofreció herramientas para sobrellevar los conflictos generados durante la crianza.

- Charla 'BLW' con Deli García (6 de noviembre) Nos preguntaban mucho en el taller por cómo empezar la alimentación complementaria y que peligros había con dar trocitos y pensamos que esta charla les ayudaría mucho a resolver sus dudas y miedos.
- Chocolatada fallera (13 de marzo) Aprovechando las fechas organizamos un taller con chocolate y buñuelos
- Merienda de Verano aprovechando la inauguración del taller en la sala del polideportivo (24 de julio) cada una llevó algo para merendar y organizamos un pequeño picnic en la sala que nos cedió el ayuntamiento mientras el centro de salud permanecía cerrado por las tardes por vacaciones.
- Taller navideño, en el que las familias vinieron con sus atuendos de Papá Noel para la foto de la felicitación de Navidad
- Semana mundial de la lactancia materna:
  - o Estand informativo de Amamanta en la puerta del centro de salud de Paiporta.
  - o Concurso Fotografía sobre Lactancia Materna, que se expuso en el centro de salud desde el 4 de octubre y que tuvo la entrega de premios el 16 de octubre en el taller. La colaboración de varios comercios que nos ayudaron a conseguir premios muy interesantes y útiles, y la alta participación de mamás consiguió que, aunque lo preparamos con poco margen de tiempo, fuera todo un éxito, y estamos dispuestas a repetirlo y mejorarlo en los próximos años.
  - o Cuentacuentos Mamá Naturaleza, de la mano de su escritora Julia Pérez (4 de octubre) deleitó a niños y grandes con una historia maravillosa en la biblioteca pública de Paiporta.



Todas estas actividades han dado voz a un taller que ha crecido como la espuma este año, ya que hemos pasado de tener 2 o 3 mamás cada martes a llegar a talleres con 15 mamás, algunas acompañadas por el papá, cosa que nos encanta, y hacen mucho más dinámico e interesante el taller. Aunque esto también tiene una parte algo negativa, ya que se hacen corrillos y muchas veces no podemos escuchar y ayudar a mamás que llegan con muchas dudas, este punto vamos a intentar mejorarlo para el próximo año.

Para conseguir que las mamás siguieran viniendo al taller después de superar los primeros problemas de la lactancia, y que así pudieran ayudar con su experiencia a el resto de mamás que van llegando, instauramos el reparto de diplomas a los 6 meses, al primer año y a los 2 años, que ha tenido muy buena acogida. Las mismas madres nos solicitan los diplomas cuando se nos olvidan y les hace muchísima ilusión recibirlos delante del grupo, mientras hacemos un pequeño repaso de lo más significativo de esa lactancia. De hecho, en cada diploma, además de los nombres de madre e hijo y la fecha, hacemos una "mención especial" con una característica de esa lactancia tipo "la teta





curranta”, “no hay grieta que nos separe”, “una lactancia inesperada”, “la teta templá”...

El grupo de WhatsApp es una herramienta maravillosa para esas mamás que ya no pueden venir al taller físico puedan seguir brindando su apoyo a las nuevas que van llegando, y tenemos bastante

controlado las consultas que llegan por el grupo, para que no interfieran en las visitas al taller físico, ya que por el móvil ya saben que es muy difícil resolver problemas y solo queda para consultas puntuales y para contar anécdotas de las cosas que vamos viviendo. Nos hemos dado cuenta de que poder desahogarse también entre semana en horas fuera de taller, sirve a muchas madres para estrechar sus lazos con el resto de madres y hacer más tribu.

En resumen, estamos muy contentas con el funcionamiento del taller. Cada vez vienen más madres y padres llenos de dudas y miedos que poco a poco van empoderándose y se van quedando en el taller para crear esta tribu tan bonita.

