



GRUPO DE APOYO A LA
LACTANCIA MATERNA

Sede:
C/ Lluís Santàngel s/n (CCC).
46191 Vilamarxant
VALENCIA
www.amamanta.es

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2020

2020 ha sido un año excepcional para nuestra asociación. La pandemia nos obligó a cesar nuestras actividades presenciales y a anular muchas de las que teníamos programadas. A pesar de ello, ha supuesto un reto para nosotras y una oportunidad de poner en marcha herramientas que no se estaban utilizando y que han demostrado un gran potencial de crecimiento y de alcance.

Amamanta pudo cumplir con su calendario de actividades hasta el 11 de marzo. Lo más relevante del año podemos resumirlo en:

- Firma del Convenio de colaboración con Conselleria de Sanidad y Salud Universal en febrero. Este convenio ampara nuestras actividades en los 8 departamentos de salud donde estamos presentes.
- Taller de lactancia Virtual iniciado en marzo, que nos permitió dar apoyo a las madres y embarazadas en un momento de gran vulnerabilidad como fue el confinamiento, además de permitirnos ampliar nuestro alcance a madres más allá de nuestro ámbito geográfico a nivel nacional e internacional. Una herramienta que hemos comprobado que funciona y que mantendremos en el tiempo.
- Lanzamiento de la nueva web de Amamanta. Una web optimizada, válida para diferentes dispositivos, con contenidos actualizados y ordenados, y bilingüe. Atendiendo a la demanda del momento.

El resto de actividades realizadas, viene recogida en los siguientes bloques:

1.- APOYO A MADRES EN EL VOLUNTARIADO EN HOSPITALES:

Voluntariado hospitalario todas las semanas en horario de mediodía en planta de maternidad de los **Hospitales la Fe, Manises, y Hospital Clínico de Valencia** para atender a las madres que solicitan nuestra intervención, que consiste en información, asesoramiento, escucha y apoyo emocional, en grupo (taller) o de forma individualizada en su habitación cuando la situación de la madre le impide acudir al taller.

Esta actividad quedó suspendida a partir del 11 de marzo por la situación sanitaria que no permitió que se retomara el resto del año.

Las asistencias realizadas hasta ese momento fueron:

- 19 días de asistencia al voluntariado en La Fe
- 26 días al de Manises
- 19 al del Clínico

A una media de 5 madres por día de asistencia podemos estimar un total de 320 madres atendidas presencialmente.

Cada hospital tiene asignada una **coordinadora** que se ha encargado de la organización de la plantilla de días de voluntariado, de la comunicación con el personal de planta y la participación en las reuniones que convoca el comité de lactancia de cada hospital.

Además de participar en esos 3 comités, se participa en los **Comités de Lactancia** del Hospital General y en el Hospital de La Ribera y se colabora con ellos en las Jornadas y cursos que organizan.

Las voluntarias tienen formación como asesoras en lactancia materna, están uniformadas e identificadas y están cubiertas por un seguro de Responsabilidad Civil y un seguro de Voluntariado.

2.- APOYO A MADRES EN LOS TALLERES DE LACTANCIA VINCULADOS.

Al igual que el voluntariado hospitalario, el 11 de marzo se suspendió toda actividad presencial por lo que los talleres de lactancia de nuestros 28 talleres vinculados quedaron inactivos.

Hasta esta fecha, los **talleres de lactancia** en centros de salud y espacios municipales estuvieron funcionando cada semana, ofreciendo apoyo a las madres y embarazadas, y organizando otras actividades grupales, formación y motivación como talleres temáticos, charlas itinerantes, bailes porteando, celebraciones, meriendas, etc. La participación media de madres a estos talleres se calcula en 10-12 por sesión, por lo que cerca de 2.300 madres han podido ser acompañadas en los talleres presenciales hasta el confinamiento.

El cese de la actividad presencial, nos llevó a reaccionar rápidamente y el lunes 16 de marzo pusimos en marcha una nueva herramienta: el **Taller Virtual** de lactancia para madres y embarazadas. Una forma de hacer llegar el apoyo y acompañamiento a las madres que visiblemente quedaban desamparadas de cualquier ayuda, tanto en el hospital como en los talleres de lactancia.

Su funcionamiento es similar a los talleres presenciales, se han publicitado a través de la web y las redes sociales y han tenido una gran acogida desde el primer día. Para participar por primera vez es necesario inscribirse por correo electrónico. Cada sesión cuenta con al menos 2 asesoras de lactancia (madres asesoras y profesionales sanitarias), y dos personas para su organización y soporte técnico. Se contrató la plataforma Zoom tras valorar las opciones disponibles.

Inicialmente se ofreció taller todos los días de lunes a viernes y en horario de mañana y tarde. Este horario se fue adaptando a la situación del estado de alarma y a la desescalada. Actualmente se realizan 8 sesiones de taller virtual, 5 por las mañanas y 3 por las tardes.

La participación de madres es bastante mayor que en los presenciales, teniendo un alcance territorial mucho mayor, ya que no son sólo madres locales, son también autonómicas, nacionales e internacionales.

Calculamos que cerca de 3000 madres se han conectado al taller virtual en 2020.

2.1 Talleres de talleres de lactancia

Amamanta se preocupa por la creación de nuevos talleres de lactancia. El Taller de talleres, es la herramienta de apoyo que ofrece Amamanta a los talleres de lactancia. Contamos con un grupo de correo electrónico donde participan las responsables de los talleres vinculados y reuniones que se realizan cada dos meses en la sede, para compartir dudas y recursos, tratar el funcionamiento de su taller, y dar apoyo cuando un taller nace o cuando encuentra dificultades en su funcionamiento.

En 2020 solo pudo haber una reunión presencial en febrero y otras virtuales en abril y septiembre. Al pasar al modo virtual, creamos un **grupo de whatsapp** para conectar a las asesoras que estaban llevando los talleres virtuales, esta conexión tan constante unido al hecho de compartir talleres, llevó a que se resolvieran dudas, y se compartiera de una forma muy dinámica, y nos permitió conocernos unas a otras.

Las voluntarias de hospital pasaron también a dar apoyo a las madres desde los talleres virtuales.

2.2 Listado de talleres de la Comunidad Valenciana

Herramienta de apoyo para profesionales, asesoras, voluntarias y madres que contiene los datos de Talleres de Lactancia que existen en la Comunidad Valenciana (lugar, hora, persona a cargo, departamento y fase de acreditación de la IHAN o vinculación a Amamanta).

Cada año se revisa y se publica en la web de la asociación. Este año no se pudo revisar debido a que la pandemia impidió la realización de talleres en centros de salud.

3.- FORMACIÓN Y CHARLAS

3.1 Curso de Asesoras

Es la actividad formativa más importante de Amamanta porque es la fuente de obtención de nuevas voluntarias que nutren sus talleres y los hospitales, además de contribuir a que las representantes de talleres adquieran los conocimientos en lactancia necesarios.

El **curso de asesoras de 2020** no se pudo realizar por los mismos motivos.

3.2 Asistencia a congresos y colaboración en formaciones

Se participa en congresos con la finalidad de aumentar la presencia, mejorar las relaciones externas, y adquirir conocimientos que después se comparten entre las voluntarias de Amamanta.

Durante este año, Amamanta no ha asistido a ningún congreso o simposium.

En febrero asistimos a la IV Jornada de asociacionismo y voluntariado del Hospital Clínico de Valencia, Eva Buset fue la responsable de presentar el voluntariado de Amamanta.

Participación de dos profesionales y voluntarias de Amamanta, Salomé Laredo y Nuria Benito, en el *Curso intensivo de formación completa teórico-práctica en lactancia materna para profesionales sanitarios* organizado por el CS de Moncada (centro con acreditación IHAN) en febrero.

3.3 Organización de charlas formativas

Charlas formativas presenciales y abiertas al público, solo se pudieron hacer:

- *“El efecto de las nuevas tecnologías en la infancia”*, a cargo de Psicólogas Abines, en la Casa de la Dona, en Mislata. En febrero.
- *“Lactancia prolongada”* a cargo de Lola Soler en la Plataforma Ruzafa. Febrero.

Hubo que anular varias charlas que estaban ya programadas para los meses siguientes.

El resto del año se organizaron varias **charlas online** que quedaron grabadas y accesibles desde nuestra web y canal de YouTube:

- *“Cuando perder la paciencia se convierte en una oportunidad de aprendizaje”* a cargo de Silvia Araque, en abril. Seguimiento en directo: 62 seguidores en YouTube y 15 en Zoom. Actualmente tiene 754 visualizaciones.
- *“BLW Alimentación autorregulada por el bebé”* a cargo de Deli García, en abril. Seguimiento en directo: 80 seguidores en Zoom y 65 en YouTube. Actualmente tiene 1312 visualizaciones.
- *“Suelo Pélvico en el embarazo y postparto”* a cargo de Lucía Berti, en mayo. Seguimiento en directo: 33 seguidores en Zoom y 52 en YouTube. Actualmente tiene 755 visualizaciones.
- *“Porteo seguro”* a cargo de Paula Gómez, en mayo. Seguimiento en directo: 60 espectadores en YouTube. Actualmente tiene 751 visualizaciones
- *“Embarazo y lactancia. Pasos para una lactancia feliz”* a cargo de María Gómez, matrona IBCLC, en julio. Seguimiento en directo: 13 conectadas en YouTube y 14 en Zoom. Actualmente tiene 584 visualizaciones
- *“Primeros Auxilios en la infancia”* a cargo Nuria Gómez Herrero, en julio. Seguimiento en directo: 61 conectadas en YouTube y 26 en Zoom. Actualmente tiene 481 visualizaciones.

- “*Conciliación familiar y laborar en tiempos de COVID*” a cargo de Nuria Benito, en octubre. 8 asistentes en zoom. 82 visualizaciones en diferido.
- “*Maternidad, derechos de la madre y del menor*” en diciembre. A cargo de Elena Martínez abogada de Aliter y Nuria Bixquert matrona, modera M^ºJosé Alamá abogada de Aliter y socia de Amamanta. Total 24 conexiones.

3.4 Charlas itinerantes en talleres de lactancia de Amamanta y Talleres temáticos.

Charlas itinerantes en talleres presenciales de Amamanta ofrecidas por socias voluntarias formadas, hasta marzo se realizaron:

- 3 “Porteo seguro”: Foios, Patraix y La Cañada
- 4 “Suelo pélvico”: Museros, Foios (2 sesiones) y Sedaví
- 2 “Ser madre desde el ser”: Liria y Foios
- 2 “Sueño infantil”: Paiporta y Turís
- 1 “BLW”: La Cañada
- 2 “Alimentación Complementaria”: Fuente San Luis y Benaguasil
- “Primeros auxilios” en Foios
- “Disciplina positiva” en Benimámet
- “Funcionamiento del taller de lactancia” en Picanya

Talleres temáticos

Son talleres abiertos y participativos que tratan sobre un tema en concreto.

- Taller temático sobre el papel de las abuelas en la lactancia, presencial en Benimámet, en marzo.
- Taller temático online para abuelas. 36 personas conectadas. Junio
- Taller temático online “Lactancia Múltiple”. Junio
- Taller temático online sobre el papel de la pareja en la lactancia. 35 conexiones dobles. Julio
- Taller temático sobre vuelta al trabajo. 33 conexiones. Septiembre.
- Taller temático para embarazadas. 62 conexiones. Octubre.
- Taller temático “Destetar sin llorar”. 50 conexiones. Noviembre.

3.5 Practicum y otras colaboraciones:

“*Practicum del grado de Psicología y del Máster de Salud Perinatal*” cada año se ofrecen varias plazas en función de los Convenios de Colaboración con la Universidad de Valencia, la Universidad Católica y la Universidad Europea, para que los alumnos de final de grado y del máster puedan hacer sus prácticas en los talleres de Amamanta, con una tutora externa de la propia asociación. En junio de 2020 terminaron sus prácticas 3 alumnas. Sus trabajos finales fueron recogidos en la web de Amamanta y se publicaron en redes sociales.

En septiembre dimos la bienvenida a los 4 alumnos que eligieron su Practicum en nuestros talleres para el curso 2020/2021, prácticas que realizaran en el Taller Virtual. La tutora externa realiza reuniones mensuales con ellos para orientarlos y acompañarlos en sus trabajos.

Colaboración en la difusión en la encuesta para el estudio *“Incidencia de la Covid19 en la maternidad”* realizado por la Universidad de Harvard a nivel mundial.

Prácticas en los Talleres Virtuales de los alumnos de Ciclo Formativo *“Auxiliar de Enfermería”* del Instituto de Formación Profesional de Mislata. Además a los talleres virtuales se han venido conectando residentes de matronas, enfermería y pediatría para completar su formación, así como profesionales con plaza para conocer esta actividad.

Colaboración con la Asociación Jaima Verde dentro de su proyecto *“Cuentos colaborativos”* elaborando un video-cuento sobre el cuento *“Mamá Naturaleza”*.

Firma del convenio de colaboración con Aliter Abogados en septiembre.

Colaboración de talleres en Estudio Investigación de la Universidad de Jaén y Sevilla.

Colaboración con Grup Nodriisa en reparto y difusión de sus carteles y trípticos en la asamblea de febrero.

Colaboración económica anual con la asociación **APILAM**, para ayudar en la investigación científica y cultural de la lactancia materna.

4.- PROMOCIÓN Y VISIBILIZACIÓN DE LA LACTANCIA MATERNA

4.1 Calendario.

Realización, presentación y reparto del calendario 2021. Cada año, se elige una temática para el calendario se buscan madres modelos, se realizan las fotografías, se editan y maquetan, y se imprime y distribuye.

La temática del 2021: *“Poderosas”*. Este calendario quiere mostrar una vez más la lactancia materna de una forma artística. En esta ocasión inspirándonos en personajes femeninos de cómic con súper poderes, hemos plasmado a madres poderosas que hacen todo lo posible para salvaguardar la salud de los bebés. Fue presentado en octubre en Silla.

En octubre se inicia la distribución del calendario. Cerca de 700 calendarios son enviados a los centros sanitarios con servicio de maternidad de la Comunidad Valenciana. Se reparten entre los 17 Hospitales públicos, 16 privados, y 313 centros de salud, centros de salud integrados y consultorios auxiliares, de las tres provincias. Un total de 346 centros con el objetivo dar visibilidad a la lactancia.

También se envía por correo a los representantes del Comité Ejecutivo, Comité Nacional y grupos de trabajo de la IHAN. 18 centros en total. Además de a los profesores del curso de asesoras del año anterior.

Por otra parte, los calendarios se regalan a las socias que acuden a los Puntos Informativos que en el último trimestre dispusimos para ello y se envían por correo a quien lo solicita. También se reparten entre las empresas colaboradoras del calendario.

4.2 Cartelería

En 2020 se diseñaron carteles y flyers para publicitar el Taller Virtual. Se aprovechó el reparto de calendarios para distribuir los carteles al mayor número de centros sanitarios posibles.

4.3 Web y redes sociales.

En el mes de marzo estrenamos nuevo formato de nuestra **web**, siendo más fresca y dinámica, adaptada a todos los dispositivos como móviles y tabletas, con nuevo contenido más claro y ordenado, con enlace directo a redes y opción bilingüe (castellano/valenciano)

Se publicaron artículos relevantes y actuales relativos a la pandemia para aclarar dudas, incertidumbre y miedos que se generaban entre las mujeres: Embarazo y parto en tiempo de COVID, Guías de la IHAN para profesionales y familias, Plan de parto en tiempos de COVID, Lactancia en espacios públicos y privados, o Compatibilidad de la vacuna COVID con la lactancia. Algunos de ellos gracias a la colaboración de nuestra abogada voluntaria Nuria Benito.

Se actualizó el apartado de la web: Asesoramiento Legal para acceder fácilmente a la colaboración que ofrecen tanto Aliter abogados como Nuria Benito. Nuria Benito como abogada y mediadora especialista en derecho laboral y familiar, ha atendido durante el año innumerables consultas de socias, es una de las ventajas que ofrecemos a nuestras socias.

Publicación de noticias en **redes sociales** y respuesta a consultas. También se conmemoran los días del calendario que consideramos relevantes para nuestra asociación.

Nuestras cifras de seguidores siguen creciendo: 19.900 seguidores en Facebook, 2.200 en Instagram y 7.100 en Twitter.

Campañas de visibilización de lactancia materna en redes:

- Teta Fallera: se lanzó pero se suspendió por la pandemia.
- Teta a la Fresca. Publicación de fotos de lactancia que nos enviaron las madres en verano. Julio, agosto y septiembre.
- Tetada Virtual, con motivo de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, con más de 100 fotografías de lactancia subidas por las propias madres a historias en el que hubiera sido el Día en que habríamos celebrado la SMLM en Viveros.
- Píldoras de lactancia: 18 videos realizados por profesionales sanitarios de la IHAN y de la Junta Directiva alegando motivos por los que la lactancia materna debe ser protegida, en octubre con motivo de la SMLM.
- Teta Tips, videos cortos con consejos de lactancia realizados por las asesoras de Amamanta. Noviembre.

→ Navidad y lactancia. Publicación de fotos de lactancia en Navidad enviadas por las madres que se conectan a los Talleres Virtuales, edición y publicación de un video con las fotos recibidas.

4.4 Medios de comunicación

Promoción de la lactancia materna a través de los medios de comunicación:

- ✓ En febrero, publicación de un artículo en El Meridiano (papel y digital), con entrevista a Esther Coronado que habla de lactancia y Amamanta.
- ✓ En marzo, publicación del artículo en la revista digital de Ser Padres, sobre Amamanta como grupo de apoyo madre a madre a cargo de Esther Coronado.
- ✓ Publicación del artículo en el periódico La Razón, sobre Amamanta 2.0. A cargo de Esther Coronado.
- ✓ En abril participamos en el vídeo que editó y difundió el Ayuntamiento de Mislata, junto a la concejalía de Igualdad, la Casa de la Dona y las asociaciones de mujeres de Mislata, para difundir el apoyo a la lactancia en estos tiempos.
- ✓ En mayo, reportaje en televisión sobre los Talleres Virtuales de Amamanta, en el programa La Sexta Noticias Noche.
- ✓ En junio, entrevista a Esther Coronado sobre Amamanta, en Radio Relax FM.

4.5 Documental “Mares de llet”

En 2020 no se pudo organizar ninguna actividad para promocionar el documental realizado por Amamanta.

4.6 Amamantitas

Se impulsa el proyecto de muñecas “Amamantitas”, formando un nuevo equipo de voluntarias, pese a las dificultades que supuso en la primera mitad del año el confinamiento.

Son muñecas artesanales que paren y amamantan a sus bebés, como alternativa a los muñecos con biberón, una forma de aprender jugando el modo en el que se alimentan los bebés humanos. Están hechas con telas, lanas,... y cosidas manualmente por un equipo de madres voluntarias. Hay 4 etnias diferentes para trabajar la multiculturalidad.

4.7 Espacios Amigos de la Lactancia

Un proyecto iniciado en 2020, que implantamos en el Barrio de Ruzafa (Valencia), para promover redes de espacios que protejan, respeten y visibilicen la lactancia materna. Locales que puedan ser reconocidos por una etiqueta colocada en lugar visible y que los identifica como espacios en los que una madre puede sentarse a amamantar de forma cómoda y visible sin necesidad de consumir o comprar.

El desarrollo de este proyecto se complicó por la pandemia, aun así durante 2020 se mantuvo varias reuniones con Javier Soriano, coordinador de centros de salud de la

IHAN, para estudiar la implementación de los Espacios Amigos de la Lactancia en el Departamento de salud del Hospital General (Valencia)

Se publicó en la web de Amamanta un mapa en el que se pudieran localizar los Espacios Amigos de la Lactancia del Barrio de Ruzafa y se realizó una encuesta de satisfacción entre los usuarios y comercios adheridos al proyecto.

4.8 Exposiciones fotográficas.

No se realizaron nuevas exposiciones.

4.9 Proyecto educativo “La lactancia materna la cole”

Consiste en acercar la lactancia materna a los centros de educación infantil, primaria, secundaria y ciclos educativos

En 2020 no se ha podido realizar visitas a ningún centro educativo por la pandemia.

4.10 Celebraciones y fiestas

Organización de actos para celebrar el Día de la Dona como la charla de Corresponsabilidad en la Casa de la Dona de Mislata, y baile de porteo en Quart de Poblet y Buñol.

El agosto, con motivo de la Semana Mundial de la lactancia materna se realizaron a lo largo de la semana diversas publicaciones en redes sociales. El octubre, con la celebración a nivel europeo, no pudo haber actividad presencial, por lo que se celebró de manera virtual, con la Tetada Virtual el 4 de octubre, y con la publicación de las Píldoras de lactancia.

En navidades los talleres no pudieron hacer sus meriendas y celebraciones tradicionales de grupo, pero se conectaron virtualmente un día, antes del inicio del taller, para celebrar juntas la llegada de la Navidad, con brindis, disfraz y foto de grupo.

4.11 Puntos de Información

En el último trimestre del año, para suplir la falta de presencialidad, se organizaron Puntos de Información, con el objetivo de acercarnos a nuestras socias, regalarles su calendario, y ofrecer información sobre Amamanta y sus actividades.

Para su realización se solicitó permiso a los ayuntamientos correspondientes y se adoptaron las medidas sanitarias recomendadas en cada momento. Se colocaron puntos en: Silla, Mislata, Valencia, Paiporta, La Pobla de Vallbona, Buñol, Alacuás (dos días) y Carcaixent.

CONCLUSIÓN

2020 ha sido un año muy complicado para Amamanta, tan habituada a la presencialidad y a la proximidad con sus madres y socias. Pese a ello, nos sentimos orgullosas de la respuesta que se ha dado a las necesidades de cada momento, y al agradecimiento que han demostrado las mujeres que han estado en contacto con nosotras, que se traduce en casi 100 socias nuevas (muchas de fuera de nuestra provincia), con ellas actualmente Amamanta cuenta con una familia de **462 socias**.

Además se ha mantenido y consolidado el grupo de **voluntarias** que hacen funcionar la asociación, **61** mujeres que de forma solidaria y altruista dedican su tiempo personal a apoyar a las madres y a la lactancia.

Todo un equipo humano que sin duda forma el más grande de los intangibles que mueven y hacen Amamanta.

AMAMANTA Grupo de Apoyo a la Lactancia Materna
Inscrita en el Registro de Asociaciones de la Generalitat Valenciana nº 12.622, C.I.F. G 97283717