



TALLER VIRTUAL DE LACTANCIA AMAMANTA

PROTOCOLO DE FUNCIONAMIENTO

ASPECTOS TÉCNICOS

- ✓ Se realizan de forma virtual usando la plataforma Zoom, con la misma ID y contraseña para todos los horarios.
- ✓ Los horarios se mantienen siempre actualizados en la web. Es la primera noticia de la página y del perfil de Facebook de Amamanta.
- ✓ Se ofrece siempre horarios fijos de mañana 11h y de tarde 17.30h
- ✓ Duración aproximada dos horas (depende de la asistencia)
- ✓ El taller es conducido por dos asesoras de lactancia como mínimo. Teniendo una persona que siempre está accesible por si hay problemas técnicos.
- ✓ Control de inscripciones. Las personas que quieren entrar por primera vez al taller virtual, envían una solicitud al correo de inscripciones, aportan su teléfono y primer día de conexión y reciben las indicaciones para conectarse y participar.
- ✓ Después de la primera conexión pueden repetir el día que quieran sin necesidad de avisar.
- ✓ Las coordinadoras del Taller Virtual (TV), organizan las inscripciones, intentando que no se acumulen demasiados casos iniciales en una misma sesión.
- ✓ Las asesoras responsables de cada taller virtual están comunicadas por un grupo de WhatsApp. Al inicio del taller se presentan como tales y se renombran en su pantalla añadiendo Amamanta a su nombre.
- ✓ Los talleres virtuales NO se graban, y en caso de hacer alguna captura de pantalla (foto de taller) se pide permiso a todas las asistentes.
- ✓ Si falla el audio o la cámara, se recomienda salir de la aplicación y volver a entrar, o quitar la cámara para mejorar el sonido.
- ✓ Es recomendable acceder a la aplicación desde un PC ya que permite ver todas las pantallas al mismo tiempo. Si no es posible, se puede acceder también desde una Tablet o móvil (en estos casos solo se ve la pantalla de quien habla en cada momento)

PARTICIPACIÓN

- ✓ Es abierta, para madres de inicio, embarazadas y madres veteranas. Pueden estar acompañadas de la pareja o de algún familiar.
- ✓ Participación gratuita
- ✓ Pueden conectarse personas en formación: residentes de matronas, alumnado del Practicum de psicología... Estas personas asisten como observadoras y pueden intervenir en materias referidas a sus estudios, sin perjudicar el funcionamiento del taller
- ✓ Asesoras de LM: personas con formación en LM: matrona, pediatra, enfermera de pediatría, madre con formación. Dinamizan el taller, lo reconducen, atienden los casos clínicos.

DINÁMICA DEL TALLER

- ✓ Antes de iniciarse el taller, la coordinadora del TV envía por el grupo de asesoras la información de las madres que se van a conectar por primera vez en esa sesión, con la explicación que hayan dado al inscribirse (el motivo para participar y desde donde se conectan). El lugar es importante porque nos permite derivar a esas madres a otros apoyos de su zona si con la atención virtual no es suficiente.
- ✓ La asesora abre la sesión y va admitiendo a las participantes (o deshabilita la sala de espera). Nombra coanfitrionas a las otras asesoras.
- ✓ Se silencian todos los micros y se inicia con el “Aquí y ahora”, cinco minutos de meditación, para que las madres aparquen las preocupaciones del día y se centren en el momento presente para que puedan ser capaces de dar y recibir. Es recomendable que las que llegan más tarde se incorporen realizando su propia meditación antes de entrar.
- ✓ Se explica el funcionamiento del taller virtual, y sobre Amamanta.
- ✓ Ronda rápida de presentación: para conocer el nivel de urgencia de las asistentes y dar la palabra priorizando los casos más urgentes, como son:
 - Una madre con un bebé de menos de 6 semanas
 - Una madre que llega informando que tiene un problema que requiere solución urgente
 - Una madre que participa por primera vez

Se aprovecha la ronda para renombrar a las madres, si en su pantalla no aparece su nombre.

- ✓ El formato virtual permite compartir con las madres pantalla para mostrar imágenes o vídeos que refuercen situaciones que se estén explicando.
- ✓ Si alguna asistente no tiene abierta la cámara se le pregunta si tiene algún problema de conexión. Es frecuente que durante la sesión alguna participante veterana la apague mientras no participa.
- ✓ Cómo se espera que actúen las madres:

El taller crea el ambiente necesario para que la madre tome sus decisiones basadas en referencias internas (apropiadas a su situación actual, a sus experiencias, limitaciones...) No es dar soluciones a la madre, es ayudar a que ella las encuentre. Para ello:

-las madres escuchan a quien habla de forma activa, mirándola a los ojos, asintiendo. Virtualmente a veces no ocurre porque en casa pueden tener que atender otras cosas (hermanito, la pareja, la comida, el teléfono...), si la situación se va a alargar es mejor apagar la cámara.

-empatizan con la madre, se ponen en su piel, piensan cómo se siente, antes de decir nada

-permiten que sea la madre la que tenga su propia respuesta, que busque dentro de ella, que su instinto le dé la respuesta

-tras las aportaciones que pueda dar la asesora, se invita a las otras madres a responder contando su propia experiencia, cómo resolvieron

-se actúa siempre desde el respeto, cualquier opción que una madre elige es válida porque es la que ella desea seguir. Se puede dar información sin tratar de convencer

- ✓ En el taller virtual no se forman corrillos y se respeta muy bien el turno de palabra. Las madres activan y desactivan sus micros para participar. Si alguien se lo deja abierto y se generan ruidos, las asesoras se lo cierran.
- ✓ Se hace uso del chat para añadir información, compartir enlaces, pedir un turno de palabra, salirse de la reunión, etc, sin interrumpir la marcha del taller.

- ✓ La asesora sólo interviene cuando la situación lo requiere, reorganizando las respuestas dadas, o reconduciendo o aclarando cuando una respuesta se sale del contexto.
- ✓ Cuando hay una dificultad clínica de enganche, mastitis, frenillo, ... Es decir, una situación que requiera de mayor observación y atención, la asesora puede atender a la madre individualmente usando la sala de reuniones o contactando en privado al finalizar el taller para continuar dándole apoyo (que puede ser presencial o virtual, según la situación lo requiera y la asesora pueda)
- ✓ Se invita a las asistentes a continuar conectándose en otras sesiones.
- ✓ Se intenta que las participantes se unan a un grupo de WhatsApp de taller, para que no estén solas y si es posible, se ofrece madrina de lactancia a las embarazadas.
- ✓ Para finalizar el taller, se hace una lectura de cierre, de forma colectiva entre todas, o la asesora lee para todas (volviendo a cerrar los ojos y concentrándose nuevamente en la respiración). La anfitriona es la encargada de finalizar la sesión de zoom.
- ✓ Las asesoras comparten con la coordinadora los datos de conexión del taller, para evaluar la actividad, y utilizan el grupo de asesoras para compartir dudas o situaciones surgidas.
- ✓ Puesto que las aportaciones de las madres al taller son libres, y basadas en sus experiencias y creencias, Amamanta no se hace responsable de los comentarios que éstas madres puedan hacer.
- ✓ El taller favorece la Parentalidad positiva, se pone el centro de atención en atender las necesidades del menor, favoreciendo una crianza basada en el respeto, el vínculo afectivo, la educación, el juego, la comunicación, la no violencia,... que fomenten su autoestima. Donde además las familias puedan compartir y exteriorizar sus miedos, frustraciones, logros, etc en todo lo relacionado con la crianza del bebé. También se observan posibles situaciones de violencia contra las mujeres, para tratar de orientarlas, escucharlas, y actuar en consecuencia si es posible.

CUESTIONES QUE TENEMOS EN CUENTA EN LOS TALLERES

MEDICAMENTOS

Ninguna madre prescribe medicamentos a otra, sólo en caso de ser la profesional sanitaria del taller (matrona, pediatra o enfermera).

Sí que se informa de la compatibilidad de lactancia y medicamentos a través de la web de www.e-lactancia.org

COMERCIALES

Desde el taller no se promueve la compra de marcas comerciales, aunque las participantes pueden comentar aquello que han utilizado y les funciona.

No se permite la participación de agentes comerciales ni promotores de marcas.

RECURSOS PARA ACOMPAÑAR VIRTUALMENTE

Las asesoras contamos con recursos para acompañar desde un taller virtual:

- Documento con enlaces a vídeos cortos, infografías o imágenes, que faciliten las explicaciones que se le da a una madre (disponible en la web).
- Documento con lecturas para el inicio y cierre del taller (disponible en la web)
- Documento con listado de otras asociaciones que apoyan situaciones especiales: prematuros, madres adolescentes, madres monoparentales, duelo, fisios para terapia cráneo sacral... (documento interno)