



GRUPO DE APOYO A LA
LACTANCIA MATERNA

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

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2021

2021, segundo año de Pandemia. Vuelve a ser otro año excepcional para nuestra asociación. La pandemia nos ha hecho más fuertes, hemos ganado en confianza, nos hemos hecho más grandes. La pandemia nos ha enseñado a gestionar grupos mediante las plataformas digitales y de esta forma hemos podido llegar a más madres.

Pese a que se retomó cierta actividad presencial, hemos ido adaptando nuestra actividad reforzando el apoyo virtual según imponía la situación sanitaria.

Las actividades realizadas, viene recogida en los siguientes bloques:

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

No ha sido posible retomar el Voluntariado en hospitales aunque durante el año mantuvimos contacto con las gerencias esperando que la situación sanitaria mejorara.

Hemos participado en las reuniones de los **Comités de Lactancia** del Hospital de Manises, H. Universitario la Fe, H. Clínico, H. General y H. de La Ribera.

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

Durante este año, tratamos de reanudar los **talleres de lactancia presenciales** suspendidos por la pandemia. Algunos de ellos (Chiva, Barrio del Cristo, Quart de Poblet y Fuente San Luis), se volvieron a ofrecer antes de verano (mayo), en espacios abiertos, contemplando las medidas sanitarias que imponía la situación.

Después de verano, se reiniciaron: Museros, Mislata, Silla, La Cañada, Benimámet, Torrent y Vilamarxant.

En Navidad se suspendieron nuevamente los talleres presenciales, por prudencia, debido a la elevada incidencia de casos de la sexta ola.

En total se realizaron 11 talleres semanales, con una media de 8 madres por taller. Con un equipo de 22 asesoras voluntarias: madres y profesionales sanitarias.

Además contamos con el imprescindible recurso del **Taller Virtual**, que ha adaptado sus horarios según las necesidades de cada momento. Los talleres virtuales se realizan a diario. Contamos para ello con un equipo de 15 asesoras de lactancia.

Se han realizado un total de 297 talleres, con 3.967 madres conectadas, de las cuales 745 lo hicieron por primera vez. Con conexiones desde toda España, Holanda, Alemania, Italia, Reino Unido, Francia, Polonia, Estonia, Suiza, EEUU, Colombia, México.

En marzo se celebró el aniversario de los Talleres Virtuales, con una campaña en redes, poniendo en valor cada día de la semana el trabajo de acompañamiento realizado por las asesoras.

El taller es un espacio desde el que se acompaña el embarazo y la lactancia, para transmitir conocimientos, resolver dudas, ofrecer un espacio de escucha, crear redes de mujeres, en torno a la lactancia materna. En el taller se tratan otros temas como la crianza respetuosa, la parentalidad positiva, la co-responsabilidad de la pareja en la crianza y se trabajan situaciones de violencia en la mujer.

Los talleres son abiertos y gratuitos.

2.1 Talleres de talleres de lactancia

Para apoyar la creación y funcionamiento de los Talleres de lactancia, se organizan periódicamente Talleres de talleres de lactancia. En 2021 se han realizado en formato online en mayo, julio, septiembre y noviembre.

Para mantener la conexión de nuestras asesoras voluntarias de talleres contamos con un grupo de correo electrónico y un grupo de WhatsApp.

3.- FORMACIÓN Y CHARLAS

3.1 Formación en Lactancia

Entre enero y febrero, realizamos una **Formación Interna de Asesoras en lactancia**, para que las madres veteranas que se conectaban a los talleres virtuales tuvieran conocimientos en lactancia para acompañar a las madres. Hubo 42 participantes. La formación estuvo a cargo de Cintia Borja, Carolina Martínez y Natascha Bellver

En abril, Amamanta financió parte de la inscripción al **Curso Básico de Lactancia ofrecido por la IHAN**, pudieron realizarlo 5 de las madres veteranas de los talleres.

En septiembre dio comienzo la **XI edición del Curso de Asesoras** en lactancia materna. Es la actividad formativa más importante que organiza 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 y actualizados.

El curso de asesoras de 2021 se realizó por primera vez de forma online, contó con la colaboración de la EVES. La duración fue de septiembre a diciembre, con una parte teórica, otra práctica y la presentación de un trabajo final.

Se matricularon 45 alumnas, de las cuales 15 se han incorporado como asesoras a los talleres virtuales y 7 dan apoyo en los presenciales.

Además se realizaron 10 sesiones a cargo de M^aJosé Lerma, como psicóloga y coacher, para voluntarias asesoras, un espacio pensado para cuidar a quienes cuidan.

3.2 Asistencia a congresos y colaboración en formaciones

En marzo asistimos virtualmente a la **I Jornada LactApp Medical**. Laura Herráiz, Eva Buset y Pilar Escriche presentaron el Poster *“Talleres Virtuales, reinventando el acompañamiento a madres lactantes en tiempos de la Covid19”*

En abril, Amamanta participó en el **Webinar organizado por la IHAN y Ministerio de Sanidad** bajo el título Lactancia materna en pandemia: lecciones aprendidas y retos para el futuro. Presentamos la ponencia: *“Talleres virtuales de Lactancia: Acompañar en tiempos de pandemia”*, a cargo de Bárbara Birigay.

Este webinar tuvo una enorme repercusión mediática, ya que hubo 5.200 inscripciones al mismo, con un seguimiento en directo de 1.000 visualizaciones, 7.400 diferidas en YouTube y 11.689 seguidores en el boletín posterior.

En Julio asistimos a la Entrega de **Diplomas de Agentes de Salud de la EVES** para nuestra compañera Amparo García Escribano, voluntaria de Amamanta, que obtiene con esta formación el título de Agente de Salud de Base Comunitaria. Acude Pilar Abad en representación de Amamanta.

Dentro de la **colaboración con la Asociación Fem Dinamo**, en su Proyecto Maternando, para madres adolescentes, se impartieron 2 charlas presenciales sobre Primeros Auxilios en la Infancia, a cargo de Cintia Salazar, en enero y marzo. Además participamos en la convocatoria del Consejo de Centro de de Fem Dinamo. Acudiendo Magda La Cuadra en representación de Amamanta.

Colaboramos con la **Asociación Crecer en la Coma** y en junio les ofrecimos una charla en sus instalaciones para las madres de su grupo, sobre *“Lactancia y cuidados”* a cargo de Ana Vicente.

3.3 Organización de charlas formativas

Charlas en formato online en marzo y abril:

“Autocuidado de la mujer” a cargo de Belén Pontes y Neus Doménech, estudiantes del Prácticum, 25 conexiones

“Miedos durante y después del embarazo. Su gestión” a cargo de Fran Crespo y Estíbaliz Polo, estudiantes del Prácticum. 25 conexiones.

“Vínculos afectivos, la importancia de la estimulación temprana” a cargo de Estíbaliz Polo, estudiante del Prácticum. 22 conexiones.

“Empoderamiento y liderazgo personal en la maternidad y la lactancia” a cargo de Fran Crespo, estudiante del Prácticum.

En Junio:

“Criando en Igualdad” en colaboración con la asociación InteRed, 12 conexiones.

En Octubre:

“Alimentación complementaria”, charla presencial a cargo de Deli García, en el Taller de lactancia de Barrio del Cristo, con motivo de la Semana Mundial de la Lactancia Materna.

En Noviembre:

“Sexualidad en el postparto y la lactancia” a cargo de Lucía Berti, noviembre, 36 conexiones.

En Diciembre:

“Taller masaje infantil” online, organizado por el taller de la Cañada a cargo del matrn del CS Javier García, 18 conexiones.

3.4 Talleres temáticos.

Son talleres online, abiertos y participativos que tratan sobre un tema en concreto:

- *“Lactancia Múltiple.* Mayo, 29 conexiones
- *“Alimentación regulada por el bebé”* septiembre a cargo de Deli García, 31 conexiones.
- *“Familias Monoparentales”* a cargo de Nuria Benito y Elena del taller de Mislata, octubre, 20 conexiones. Además se publicaron recursos de apoyo para estas familias en la web, preparados por Nuria Benito.
- *“Violencia Obstétrica y lactancia”* organizado por el taller de Mislata, noviembre, 15 conexiones.

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, la Universidad Europea y/o la UNED, 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 2021 terminaron sus prácticas 4 alumnos. Sus trabajos finales fueron recogidos en la web de Amamanta y se publicaron en redes sociales.

En septiembre dimos la bienvenida a las 3 alumnas que eligieron su Practicum en nuestros talleres para el curso 2021/2022, prácticas que realizaran en el Taller Virtual y Presencial. La tutora externa, M^aJosé Lerma, realiza tutorías mensuales con ellas para orientarlas y acompañarlas en sus trabajos.

Colaboración con estudio de investigación de la Universitat de València en el doctorado de Endocrinología y Nutrición, para valorar el **“Impacto de las Redes de Apoyo en la Lactancia Materna”**, dirigido por Gladys Luque.

En noviembre y diciembre, firma del proyecto de colaboración en el estudio **“Bienestar de las madres durante el primer año de vida del bebé: un estudio longitudinal sobre el papel de los grupos de apoyo a la lactancia (BIENMAGA)”**, responsable Paz Viquer Seguí (Profesora titular del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universitat de València)

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

Colaboración con el **Banco de Leche de la Fe** de Valencia, en diferentes momentos del año en el que nos solicitan llamamiento para ayudar a recuperar sus reservas de leche materna donada.

4.- PROMOCIÓN Y VISIBILIZACIÓN DE LA LACTANCIA MATERNA

4.1 Calendario de lactancia.

Realización, presentación y reparto del calendario 2022. 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 2022: **“Para Lactancias, colores”**. Este calendario quiere mostrar una vez más la lactancia materna de una forma artística, amamantar es la manera más sana y natural de alimentar a un bebé, implica un tipo de vínculo especial, pero también un cúmulo de experiencias, vivencias y sentimientos, distintas para cada maternidad y cada madre.

Fue presentado en octubre en Quart de Poblet, reuniendo a las modelos, colaboradoras y socias. Amenizando el acto con un grupo artístico que unía la magia, la música y monólogos divertidos para todas las familias.

A finales de octubre se inicia la distribución del calendario. Cerca de 749 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 de que estos espacios den visibilidad a la lactancia.

También se envía por correo a los representantes del Comité Ejecutivo, Comité Nacional y grupos de trabajo de la IHAN. 22 centros en total. Además de a los 11 profesores del Curso de Asesoras.

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 (141 repartidos). También se reparten entre las empresas colaboradoras del calendario.

En total más de 1000 calendarios distribuidos en 2021. El reparto continúa en 2022.

4.2 Cartelería

En 2021 se reeditaron carteles y folletos para publicitar el Taller Virtual y el Taller Presencial.

Se aprovechó el reparto de calendarios para distribuir los carteles al mayor número de centros sanitarios posibles.

4.3 Web y redes sociales.

Mantenimiento de nuestra **web**, como siempre, 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 gracias a la colaboración de nuestra abogada voluntaria Nuria Benito: documentos importantes para las Familias Monoparentales y sobre Derecho del menor a ser acompañado en la asistencia sanitaria.

Además 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.

En este último año más de 28.300 usuarios distintos han visitado nuestra web, con un total de más de 71.600 páginas vistas. Unas visitas que proceden en un 75,8% de España, pero con un importante 7,7% de México y un 3,6 % de Colombia, países en los que Amamanta también presta apoyo a través de los talleres virtuales.

Publicación de noticias en **redes sociales** y respuesta a consultas. También se conmemoran los días mundiales que consideramos relevantes para nuestra asociación y se hace difusión de nuestras actividades.

Nuestras cifras de seguidores siguen creciendo: 20.963 seguidores en Facebook, 3.347 en Instagram, 7.200 en Twitter y 650 en el Canal de YouTube.

Desde las redes sociales se han realizado **Campañas de visibilización** de lactancia materna en diferentes momentos del año:

- Teta a la Fresca. Publicación de fotos de lactancia que nos enviaron las madres en verano. Cerca de 100 imágenes que se fueron publicando cada día.
- Tetada Virtual, con motivo de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, con 45 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. Con todas las fotos, hicimos un video musical, con la canción de Nestior: “La teta power”, que nos dio permiso para usar su música.
- Teta Navideña. Se publican imágenes diarias de lactancia con motivos navideños, desde el 20 de diciembre al 9 de enero, enviadas por las, edición y publicación de un video con las fotos recibidas. Así mismo se publica el video-felicitación navideña de Amamanta y postal que se envía a socias por email y se publica en redes. Lo enviamos también a organismos oficiales, grupos de apoyos, matronas y profesores.

4.4 Medios de comunicación

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

- ✓ En agosto, participación en el Programa de À punt, “Bona Vesprada”. Patricia Guirao (asesora del taller virtual) y Alba Font (madre del taller de Mislata)
- ✓ Entrevista a nuestra Presidenta, Esther Coronado sobre Lactancia Materna y Amamanta para Radioplaza.

4.5 Documental “Mares de llet”

En 2021 no se pudo organizar ninguna actividad para promocionar el documental realizado por Amamanta.

4.6 Amamantitas

Se impulsa el proyecto de muñecas “Amamantitas”. 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. El equipo de voluntarias se reorganiza a lo largo del año, haciendo quedadas mensuales en la sede para coser e intercambiar materiales. Las muñecas se ofrecen cuando hay stock o bajo pedido. En 2021 se han entregado cerca de 20 muñecas. Una de ellas fue parte de los premios de la asociación Oro Blanco de Ciudad Real, en su concurso fotográfico de lactancia.

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.

En octubre, firma del proyecto de colaboración con la fundación de la Comunitat Valenciana para la promoción estratégica, el desarrollo y la innovación urbana (LAS NAVES) en el marco de 'Ciudad Cuidadora', para crear un espacio de lactancia materna en sus instalaciones.

4.8 Exposiciones fotográficas.

Exposición fotográfica sobre lactancia y empoderamiento en las Jornadas de la Salud de Paiporta en el mes de junio.

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 2021 no se ha podido realizar visitas a ningún centro educativo por la situación sanitaria.

4.10 Celebraciones y fiestas

Conmemoramos en redes las siguientes celebraciones:

8 marzo: día de la Dona

2 mayo: día de la Madre

5 mayo: día de la Matrona

19 mayo: día de la donante de leche (se difunde un power point explicativo en cada taller virtual durante esa semana, para promocionar la donación de leche)

1 agosto: día de la Lactancia Materna

2 agosto: día de la Asesora de Lactancia

17 noviembre: día del Bebé prematuro

5 diciembre: día del voluntariado

En Junio participamos en el acto de entrega de los **Galardones IHAN** a los 8 Centros de Salud del Departamento del Hospital General de Valencia. Asisten Salomé Laredo, Esther Coronado y Bárbara Birigay.

Este mes colaboramos en el **Homenaje** organizado con motivo de la jubilación de Carmen M^a Pons, matrona del CS de Benimámet, responsable del taller de lactancia, profesora del Curso de Asesoras y socia de Amamanta.

Además participamos en la **Semana de la Salud** organizada por el Ayuntamiento de Paiporta en el día de la infancia, con un stand informativo, exposición fotográfica sobre

Lactancia y empoderamiento y la charla de Jose M^a Paricio: “Cuidados de la crianza de 0 a 3 años”.

En octubre, con motivo de la **Semana Mundial de la lactancia materna** a nivel europeo, se realizó la Tetada Virtual el 3 de octubre. Además el Taller de lactancia del Barrio del Cristo organizó actividades el día 4 y 7, y una charla de Alimentación Complementaria a cargo de Deli García.

En noviembre participamos en las **Jornadas Saludables**, organizadas por el Ayuntamiento de Silla, colocando un Punto de Información.

En diciembre, participamos en la FESTICOOP organizada por el Ayuntamiento de Xirivella, una feria de asociaciones solidarias. Con un punto de información, taller de chapas y cuentacuentos a cargo de Julia Pérez Villegas, también colaboramos en la recogida de alimentos y de ropa de abrigo y mantas para personas sin hogar.

Además participamos en la FIRA JOVE DE NADAL organizada por el Ayuntamiento de Alborai, pusimos un punto de información y ofrecimos un taller de chapas y dibujos en la jim kana organizada por Juventud para los peques que asistieron a la feria.

4.11 Puntos de Información

Tienen el objetivo de acercarnos a nuestras socias, regalarles su calendario, y ofrecer información sobre Amamanta y sus actividades, a todas aquellas personas que se acercan para interesarse. En los Puntos de información se ofrece además el merchandising de Amamanta (calendarios, chapas, imanes, espejos, mascarillas, libros, muñecas, agendas...)

Para su realización se solicitó permiso a los ayuntamientos correspondientes y se adoptaron las medidas sanitarias recomendadas en cada momento.

En 2021 se colocaron puntos en: Museros, Paiporta, Quart de Poblet, Silla, Mislata, Torrent, Xirivella y Alborai.

5 ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DEL ASOCIACIONISMO Y EL VOLUNTARIADO

Se ofreció por primera vez el **Carnet de Socia** anual y personalizado que reconoce la antigüedad de cada socia. Este carnet se hace nuevo cada año, y se envía por correo electrónico tras el pago de la cuota. Se promocionó en redes la última y la primera socia del año.

A lo largo del año se les ha hecho entrega, a las nuevas socias que lo han pedido, la camiseta de Amamanta. Además del calendario de socia que se les da cada año.

Algunas socias se han beneficiado del asesoramiento Jurídico de Nuria Benito y han podido acceder al curso de asesoras.

Se promovió el **Teaming** en las redes, para aquellas personas que quieren realizar una aportación mensual a Amamanta sin hacerse socias.

Durante el año se han publicado en la web de Amamanta los **Agradecimientos** que han ido llegando y nos muestran el grado de satisfacción de las madres que atendemos. En 2021 se han publicado 30 agradecimientos en la web.

Se ha preparado el **Certificado del Voluntariado**, que certificará las horas prestadas al voluntariado, en forma de documento que podrá ser incluido en el Curriculum Vitae de las asesoras. Se reconocerán las horas del voluntariado de 2020 y se entregará en 2022.

Este año se subvencionó la chaqueta de asesora de Amamanta, para aquellas que la solicitaron. Identificada con el logo y el nombre de la asesora.

CONCLUSIÓN

2021 ha vuelto a ser 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, a 31 de diciembre, con una familia de **542 socias**.

Además se ha mantenido y consolidado el grupo de **voluntarias** que hacen funcionar la asociación, **65** 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.