



AMAMANTA. GRUPO DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA.

“LA LACTANCIA MATERNA... AL COLE”

PROYECTO PARA INTRODUCIR LA LACTANCIA MATERNA EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

1.- INTRODUCCIÓN:

AMAMANTA, grupo de apoyo a la lactancia materna, trabaja desde el año 2000 para difundir la cultura de la lactancia materna en todos los ámbitos, el sanitario, el social y también el educativo.

Desde el principio de su andadura, la asociación tuvo clara la importancia de que los niños conocieran la lactancia materna como la base de la nutrición natural humana, y para ello, la escuela se hacía el lugar idóneo, por constituir el espacio de la educación, la base cultural de la sociedad, donde se forman los que serán padres y madres en el futuro.

También hay que entender que la escuela ha de promover una síntesis creativa de todos los elementos educativos y sanitarios que configuren el medio natural, social y cultural con el objeto de proyectarlo hacia el futuro. ¿Cómo llevarlo a cabo? Es muy importante el trabajo conjunto entre el equipo docente, los profesionales de la salud y los padres. El sanitario (matrona, enfermero pediátrico, pediatra, médico de familia, ...) colabora activamente en la educación para la salud, en las áreas de educación sexual y afectiva, en la alimentación sana y saludable, en la promoción de una vida sin adicciones (alcohol, drogas, etc) ya que se considera que la escuela es un ámbito privilegiado de conciencia y un instrumento fundamental para el cambio dentro de la sociedad.

2.- DESARROLLO TEÓRICO Y OBJETIVOS:

Para llevar a cabo nuestro trabajo, buscamos articular nuestro proyecto “La lactancia...al cole” con el Currículo de Educación Infantil y Primaria de la Comunidad Valenciana. Encontramos que podemos desarrollar nuestro trabajo centrándonos en dos apartados del citado documento;

A) Identidad y Autonomía Personal

B) Medio Físico y Social.

A) IDENTIDAD Y AUTONOMIA PERSONAL:

Se hace referencia a las relaciones que establecen los niños, la comunicación entre ellos y el conocimiento de su propia imagen.

Objetivos:

- 1) Autoconfianza y una imagen ajustada y positiva de sí mismos .
- 2) Respeto hacia las características y cualidades de las otras personas aceptando y valorando la variedad de sexos, etnias, creencias o cualquier otro rasgo diferenciador.
- 3) Hábitos relacionados con el bienestar y la seguridad personal, con la higiene y la salud.

Contenidos

1) El cuerpo:

- La exploración e identificación de las características del propio cuerpo .
- El reconocimiento de los cambios físicos del propio cuerpo.

2) La imagen de sí mismo:

- La adquisición de autoestima, especialmente en la satisfacción de necesidades corporales, el vestido, la comida ,etc.
- La utilización de la capacidad de pensar, reflexionar y anticipar la acción y las diferentes tareas que conllevan las actividades que quieren realizar, así como la de evocar, imitar, imaginar y recordar tanto en el juego simbólico y dramático como en actividades y tareas.

3) *La salud como satisfacción de necesidades:*

- La percepción de los deseos y las necesidades fisiológicas (hambre, frío).
- El hábito de realizar una alimentación sana, reconociendo la influencia de algunos tipos de alimentos, del exceso o defecto de ellos, aceptando la imposibilidad de tomar algunos de ellos en ciertas situaciones, etc.

4) *Conocimiento personal:*

- El conocimiento cada vez más sistemático de la historia personal y de los acontecimientos vividos en lo referente a la vida familiar y escolar como a la vida social y a las experiencias más significativas.

B) MEDIO FISICO Y SOCIAL

En el proceso de interrelación, exploración y actividad continua se planifica situaciones de enseñanza-aprendizaje en los que se aprovechen las experiencias más próximas y directas.

Objetivos:

- 1) Conocer el comportamiento social, establecer *vínculos* fluidos de relación interpersonal.
- 2) Conocer la organización de la vida humana, valorando su utilidad y participando progresivamente en alguna de ellas.

Contenidos:

1) *Las personas en su contexto social y cultural:*

- El conocimiento de otros modelos de vida en el propio entorno.
- El contacto y el reconocimiento con vestigios materiales del pasado y el conocimiento por fuentes orales o visuales del pasado de la propia familia y sociedad.

2) *Seres vivos:*

- La exploración, la observación y el descubrimiento, tanto en el entorno social y natural como en el propio centro de diversos seres vivos.
- El descubrimiento y conocimiento de la existencia de una amplia variedad de seres vivos (mamíferos superiores, seres humanos) y la valoración de su diversidad.
- El conocimiento de los rasgos comunes (a las mismas especies y géneros) y de los rasgos diferenciales.

Todo lo comentado, avala actividades con currículo oculto de lactancia, es decir, es posible trabajar la lactancia materna a través de todas ellas si existe predisposición del educador con las siguientes actividades:

- La **historia personal** :los niños traen fotos y objetos de bebé, con comentarios aprendidos y visita de las madres que pueden contarles su experiencia en la lactancia.
- Alimentación: se puede trabajar el tema de **los lácteos como alimento fundamental** en la infancia y explicar su evolución: **la primera es la leche de mamá.**
- Estudio comparativo de seres vivos (mamíferos y otros) sobre la alimentación y su ciclo vital.
- Conocimiento del cuerpo en base al sexo, en que nos parecemos y en que somos diferentes y porqué.

-Evolución del entorno social: sociedades con tradición de lactancia materna y diferencias con las “evolucionadas” que han roto esa tradición.
-*Juegos simbólicos*: recreaciones del ambiente familiar, donde entran los hábitos higiénicos y alimentación: jugar a cocinitas, muñecas (que no se alimentan del biberón, sino del pecho), y a “mamá y papá”.

3.- DESARROLLO PRÁCTICO:

El plan de trabajo a desarrollar por parte del profesional de la salud consistiría :

1.- Motivación y formación del personal docente:

Es preciso unificar criterios de todo el equipo docente para que el proyecto adquiera entidad y todos tengan los mismos conocimientos. Para ello, el profesional de la salud debe entrar en contacto con el Claustro de profesores realizándose reuniones donde se informe y se motive ante la importancia de que la lactancia materna constituya, en el futuro, una asignatura transversal que contemplen los planes de educación.

Para ello, se facilita el material didáctico adecuado como, artículos y escritos sobre la importancia de la lactancia materna para nuestra especie, sobre las ventajas que suponen para el bebé, la madre, la familia y la sociedad, complementados con un audiovisuales realizados en un taller de lactancia donde se muestra como maman los bebés. Los profesores pueden contactar también con las madres-asesoras en lactancia materna para intercambiar la información que sea necesaria.

2.- Trabajo con los niños:

Las actividades a desarrollar con los niños dependerán de la edad de los niños y de la motivación que les podamos dar. Se proponen las siguientes actividades:

1.- Visita de madres lactantes con bebés a las aulas y de una madre embarazada:

Esta actividad está más orientada al ciclo de infantil.

Se observa el hecho del amamantamiento en directo, los niños preguntan y observan.

El trabajo personal para cada casa sería que la mamá le contara como fue amamantado y criado.

2.- Visita de una matrona y/o una asesora de LM al aula:

Pensado para el ciclo de primaria. Las profesionales pueden hablar a los niños sobre las ventajas de la LM, conocimientos básicos, desmitificar errores populares y responder a las preguntas de los alumnos. Tras la visita se le propone al alumno que trabaje sobre lo aprendido o complete la información desde casa.

3.- Visita de los alumnos a un taller de lactancia:

Se puede organizar un calendario de visitas de los alumnos al taller de lactancia de su centro de salud más próximo. Donde los alumnos vean en qué consiste y para qué sirven estos talleres.

4.- Dibujos y trabajos:

Proponemos actividades como colorear un dibujo de una mamá y un bebé amamantando, o bien dibujo libre sobre el tema. Adjuntamos un modelo en el Anexo I.

Para los niños de primaria actividades tipo pasatiempos y juegos relacionados con la lactancia, dibujar, modelar con plastelina, etc.

Adjuntamos también una adivinanza y un cuento corto para los niños que ya saben leer o bien para que los lea el profesor y luego se comenten en la clase. Se puede proponer que los niños escriban sus propios cuentos sobre lactancia.

Todo ello se encuentra en el Anexo I.

ANEXO I



amamanta

ADIVINANZA: LA PÓCIMA MÁGICA

Adivina, adivinanza
sobre qué trata este cuento.
Para poder descubrirlo,
debes estar muy atento.

Es un líquido tan rico,
tan bueno y maravilloso,
que todo el mundo conoce,
y que gusta hasta a los osos.

¡Será la miel! Pensarás,
que agrada a osos y a osas.
Pues, siento decirte que no.
No va por ahí la cosa.

La pócima de la que hablo,
es mágica y milagrosa.
No la fabrica la abeja
que de flor en flor se posa.
Ni es fruta de ningún árbol,
pero sí, igual de sabrosa.

La toma el perro y el gato,
el delfín y hasta el león,
desde que son pequeñitos,
para crecer un montón.

Está siempre calentita,
dispuesta para tomar.
Y aunque zampes día y noche,
nunca se va a terminar.

¿Cómo es posible tal cosa?,
con asombro pensarás.
Pues sigue uniendo las pistas,
y pronto lo entenderás.

Te ayuda a crecer más
fuerte,
previene la enfermedad,
y aunque te llenes de ella,
jamás te vas a empachar.

Es blanca como la nieve.
Y el hambre te calmará.
Si no lo has adivinado,
pregúntale a tu mamá.

Ella sin duda lo sabe,
porque en sus pechos está.

Julia Pérez Villegas

CUENTO INFANTIL



Érase una vez un Rey que llamó ante su corte a todos los líquidos del reino. Cada uno debía explicar qué servicio prestaba y de qué manera beneficiaba a sus habitantes.

El más importante recibiría un premio especial, mandó el Rey que todo el pueblo fuera notificado y se constituyó un jurado.

Muchos líquidos se apuraron a presentar sus atributos con la esperanza de ganarse el galardón.

El primero en llegar fue el mar.

"-Yo soy el mejor, vuestra majestad, por mis profundas aguas navegan los grandes barcos que llevan en sus bodegas los productos que se comercializan en los puertos, también en mis aguas habitan grandes peces y animales nadadores que con su pesca se alimenta vuestro pueblo y como si fuera poco, poseo un valioso mineral tan beneficioso como la sal"...

"-De ninguna manera, yo soy el mayor de los líquidos, -interrumpió el agua dulce- lleno los lagos, corro por ríos, arroyos, existen peces, plantas y otras criaturas que sin mi morirían, y lo que es más importante, lleno los pozos de donde beben los sedientos. Soy la única que aplaca la sed del hombre"

"-Perdón majestad, no debéis olvidar a los jugos de frutas, también satisfacemos la sed de los hombres y gracias a nuestro sabroso producto, se fortalece su cuerpo con las vitaminas que le aportamos"

A esa altura, se notaba el entusiasmo de los líquidos por presentar sus beneficios, pero seguían llegando a las puertas del palacio muchos más.

El salón principal se iba llenando de cortesanos, hombres, mujeres y niños discutían tomando partido por el que creían era el mejor. Así se escuchó una voz que decía:

"-Yo anuncio que el vino es el mejor, brinda alegría al corazón y alivia las penas"...

"-No señor, yo creo que la lluvia es la mejor, riega nuestros campos, gracias a ella florecen las plantas, mantiene los árboles del bosque, aumenta el caudal de los ríos"...

"-Y que me dicen de las lágrimas, -dijo otra voz- son ellas las que permiten desahogar nuestras angustias y dolores, además brotan tanto de un corazón quebrantado como de uno alborozado"...

Y el tumulto estaba fuera de control, el Rey observaba afligido lo que su idea había provocado.

En un costado del colmado salón, un niño pequeño, asustado por los gritos de los cortesanos, rompió en llanto, su madre, que no lo podía calmar, serenamente le susurró algo al oído, se desabrochó la blusa y lo colocó en su seno, un tibio manantial brotó de él, que de inmediato calmó al pequeño.

El silencio se extendió por el salón, todos volvieron su mirada hacia la mujer, el Rey, abriéndose paso entre la gente, llegó hasta ella, sonriendo y sin desprender al niño del pecho de su madre, los condujo hasta el trono, allí, ante los asombrados súbditos declaró:

"-No nos cabe la menor duda, es la leche materna el líquido más importante del reino, por lo tanto, la coronó y ordeno que sus virtudes sean transmitidas por todo el reino y reinos vecinos, que de aquí en más, ninguna mujer deje de amamantar a sus hijos, por la salud, el bienestar, la higiene, la economía y sobre todo por el vínculo amoroso que crea entre madre e hijo, al que cada niño que nace en este mundo tiene derecho"...

Sonaron las trompetas, repicaron las campanas, la fiesta continúa, se repite de generación en generación.

Mariantonia Medici, cuentacuento.

ANEXO II.

LACTANCIA EN EL MUNDO ANIMAL:

SOMOS MAMIFEROS





Conclusión

Este proyecto comenzó a desarrollarse por el grupo de apoyo Amamanta en el año 2003, en los colegios de Vilamarxant: Horta Major y San Francisco y Santo Domingo. Desarrollándose el plan de trabajo tal y como se ha descrito con anterioridad. Para ello, se contó con todas las figuras citadas: el profesional sanitario en la figura de la matrona del Centro de Salud de Vilamarxant, Rosario Rozada, y la presencia de las madres del taller de lactancia de Amamanta.

Aunque en el deseo de todos está el contemplar la lactancia dentro de los Proyectos Curriculares Educativos, la realidad es que no es así. Nos planteamos el buscar la manera de materializar la presencia de la lactancia materna cada curso académico, para conseguir dos objetivos:

1.- Que esta actividad fuera un hecho anual, de manera que no cayera en el olvido una vez realizada.

2.- Que fuera creciendo con los niños según pasaran los cursos académicos, lo cual permite trabajarla de distintas maneras según la madurez de los alumnos.

Amamanta realizó la experiencia por primera vez, en octubre de 2003, culminándola en un acto lúdico para la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, un acto festivo para todos los niños de los colegios participantes, con la colaboración del Excelentísimo Ayuntamiento de Vilamarxant, que se desarrolló con tremenda alegría por parte de todos los participantes, los niños, los docentes, los profesionales sanitarios y todas las componentes de Amamanta, que habíamos comprendido que no es suficiente con seguir contando las alabanzas a la lactancia materna, hay que transmitirla como algo más: la base de una sociedad más sana y saludable.

Este proyecto fue presentado en el III Congreso de Lactancia Materna celebrado en octubre de 2005 en Santander. Recibiendo grandes elogios por parte de los asistentes, tanto de los profesionales de la medicina como de otros grupos de apoyo a la lactancia de toda la geografía española, grupos que con posterioridad han venido contactando con Amamanta pues han tratado de aplicar este proyecto de “La lactancia materna ... al cole” a los centros educativos de su entorno.

Bibliografía

- “Lactancia materna y aspectos biopsicosociales”- María Fuentes Caballero.
- Revista Cuadernos de Pedagogía.
- Currículo de Educación Infantil y Primaria de la Comunidad Valenciana. Conselleria d’Educació.