

2 Entrenamiento

Ofrezca Entrenamiento al Personal para Apoyar a la Lactancia

Entrene a todo el personal sobre prácticas pro-lactancia.

Asegurarse de que todo el personal pueda apoyar y cuidar adecuadamente a bebés lactantes es un componente vital para implementar y mantener un programa de cuidado de niños pro-lactancia. Todo el personal, incluyendo quienes tienen puestos administrativos, debe recibir entrenamiento pro-lactancia para poder crear un entorno de apoyo y reforzar la normalización de la lactancia.

Los entrenamientos se pueden ofrecer en persona o a través de videos en línea. El programa BFSH ha desarrollado cuatro videos, disponibles en inglés y en español, los cuales cubren información esencial para la implementación de prácticas pro-lactancia.

Ofrecer un entrenamiento en persona para proveedores de cuidado de niños es una excelente opción. Los entrenamientos en persona ofrecen una oportunidad para responder preguntas, aclarar mitos y proveer asistencia técnica adicional, componentes valiosos del proceso de aprendizaje. Invite a colaboradores de la comunidad, tales como las oficinas locales de WIC o coaliciones de lactancia, para colaborar proveyendo su experiencia en el tema o recursos para el entrenamiento. Involucre a la agencia local de Recursos y Referencias de Cuidado de Niños para ofrecer y promover entrenamientos.

Ya sea en persona o en línea, los entrenamientos son una excelente manera de reclutar a proveedores de cuidado de niños para participar en el programa.

Los entrenamientos incluyen: los beneficios de amamantar, el manejo y almacenamiento de la leche materna, cómo crear un entorno que apoye la lactancia, desarrollo e implementación de políticas y procedimientos, y como involucrar y apoyar a los padres.

Asegúrese de que los entrenamientos ofrecidos a los proveedores de cuidado de niños cumplan con los siguientes objetivos de aprendizaje:

- Conocer los beneficios de apoyar a familias y bebés que amamantan. Entender el valor de ser un proveedor de cuidado de niños pro-lactancia.
- Apreciar la diferencia entre la composición de la leche materna y la fórmula.
- Aprender a almacenar y preparar de manera segura la leche extraída con sacaleches.
- Explicar las particularidades de los patrones alimenticios y las estrategias para alimentar con botella al bebé lactante.
- Discutir estrategias e ideas para crear un espacio para amamantar y usar el sacaleches.
- Aprender sobre los recursos disponibles para apoyar a las familias que amamantan.

Ofrezca Entrenamientos en Persona

Considere lo siguiente al ofrecer entrenamientos en persona:

IDIOMA:

Si implementa un programa de cuidado de niños pro-lactancia en un área donde se hablan múltiples idiomas, utilice un presentador bilingüe u ofrezca servicio de traducción cuando sea posible.

RESPETO:

Reconozca las normas de lactancia, consideraciones culturales y experiencias personales de los participantes. Cree un ambiente seguro escuchando y reconociendo sus comentarios. Responda con información basada en evidencias.

UBICACIÓN:

Seleccione un espacio cómodo con acceso a suficientes opciones de estacionamiento y transporte. Considere seleccionar un espacio que sea familiar a los proveedores de cuidado de niños. Colabore con organizaciones que tengan juntas para proveedores de cuidado de niños para determinar la ubicación. Cuando trabaje con centros de cuidado para niños, ofrezca dar el entrenamiento en sus instalaciones.

HORA:

Seleccione una hora que sea conveniente para la mayoría. Como muchos proveedores de cuidado de niños ofrecen sus servicios durante el día, considere ofrecer el entrenamiento en la noche o en fin de semana. Planee suficiente tiempo para una discusión y preguntas. BFSd pidió dos horas para entrenamiento.

INCENTIVOS:

Si le es posible a la organización, ofrezca refrigerios, una rifa para los asistentes al entrenamiento, un certificado u otra manera de incentivar la asistencia.

CUIDADO DE NIÑOS:

De ser posible, ofrezca cuidado de niños gratuito durante el entrenamiento. Esto removerá obstáculos para que los proveedores de cuidado de niños que también sean padres puedan asistir al entrenamiento.

DÉ SEGUIMIENTO:

Haga que los asistentes firmen una lista de asistencia e indiquen si les interesa recibir más información. Si su organización ofrece ayuda técnica, ofrezca formularios de inscripción en el entrenamiento.

"El entrenamiento fue extremadamente útil y siento que mis empleados tienen un mejor entendimiento de cómo apoyar a madres que amamantan. Hemos incorporado la lactancia en nuestros planes de alimentación y les hemos hecho saber a todas las familias que amamantar en nuestras instalaciones es bienvenido. ¡Siempre estamos buscando formas de apoyar el desarrollo infantil y apoyar a la lactancia es otra manera de hacer justo eso!"

— Administrador de un Centro de Cuidado de Niños, Escondido, CA

Material de Entrenamiento

En seguida se encuentra el material utilizado en entrenamientos de Pro-Lactancia San Diego (BFSD por sus siglas en inglés). Estos materiales provienen de organizaciones como Mujeres, Bebés y Niños (WIC por sus siglas en inglés), el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés), Breastfeed LA, y la Coalición de Trabajo y Familia de California. Todos los recursos están disponibles en inglés y en español.

La Leche Materna Tiene Mayor Cantidad de Todo lo que Necesitan los Bebés (WIC)

- [Alimentando a mi bebé](#)

Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (WIC)

- [Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela \(inglés\)](#)
- [Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela \(español\)](#)

Patrones de Comidas Actualizados del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP por sus siglas en inglés): Comidas de Bebés (USDA)

- [CACFP Patrones de Comidas para Bebés \(inglés\)](#)
- [CACFP Patrones de Comidas para Bebés \(español\)](#)

Seis Leyes Clave de California para Padres de Familia

- [Seis Leyes Clave para Padres de Familia \(inglés\)](#)
- [Seis Leyes Clave para Padres de Familia \(español\)](#)

Permita que Su Bebe Marque el Ritmo para Alimentarlo con Botella (WIC)

- [Permita que Su Bebé Marque el Ritmo para Alimentarlo con Botella](#)

Señales de Hambre (Breastfeed LA)

- [Señales de Hambre de los Bebés \(inglés\)](#)
- [Señales de Hambre de los Bebés \(español\)](#)

Materiales del Programa BFSD

- [Volante del Programa](#)
- [Elementos Básicos para Guarderías Pro-Lactancia](#)
- [Muestra de una Política Pro-Lactancia para el Cuidado de Niños](#)
- [Plan de Alimentación para Niños](#)