



LIGA DE LA LECHE
ARGENTINA

Taller de Consejería y Lactancia

Que es La Liga de La Leche

- **La Leche League International (LLLI)**, fundada en Estados Unidos en 1956, es la organización más antigua y grande en su género. Cuenta con un consejo consultor profesional formado por más de 50 especialistas en pediatría, obstetricia, nutrición, psicología y derecho. Actualmente LLLI está presente en 70 países.
- Es una asociación civil sin fines de lucro cuyo objetivo es promover y proteger la lactancia materna, a través del apoyo de madre a madre, buscando recuperar la cultura del amamantamiento. Esto se realiza en grupos de apoyo madre a madre, apoyo telefónico y por mail, también en domicilios.



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



- LLLI participa activamente en diversas organizaciones internacionales, siendo miembro consultor de UNICEF y de la Organización Mundial de la Salud (WHO/OMS), y miembro fundador de WABA (Alianza Mundial Pro Lactancia).
- **En nuestro país** funcionamos desde 1978.
- Somos mas de 70 voluntarias con 35 GALMS,
- Integramos la Comisión Asesora en Lactancia Materna del Ministerio de Salud de la Nación, y participamos activamente en la Subcomisión de Lactancia Materna de la SAP
- Además LLLA contribuye con el monitoreo del cumplimiento del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna. <http://www.ibfan-alc.org/codigo.htm>





LOS OBJETIVOS DE LA SMLM 2015 SON

1) Unir los esfuerzos multi-dimensionales de todos los sectores para facilitar que las mujeres puedan trabajar y amamantar en todo lugar.

3) Informar sobre los últimos avances en la tutela y protección de los Derechos de Maternidad en todo el mundo y crear conciencia sobre la necesidad de fortalecer las legislaciones nacionales y su aplicación.

5) Comprometer y trabajar con grupos específicos, por ej, de Derechos de las Trabajadoras, de Mujeres, de Jóvenes y Sindicatos para proteger los 5 derechos de lactancia materna de las mujeres en sus lugares de trabajo.

2) Desarrollar acciones por parte de empleadores/as que sean Amigables con las Familias/Bebés/ y Madres, y que apoyen activamente a las madres trabajadoras para que continúen amamantando.

4) Compartir, facilitar y fortalecer las prácticas que ayudan a la lactancia materna de las mujeres que trabajan en los sectores informales.





GRUPOS DE APOYO DE LIGA DE LA LECHE.

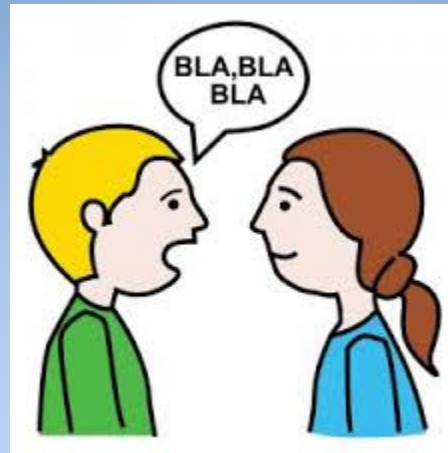
En los Grupos de Apoyo de Liga de La leche compartimos información actualizada sobre lactancia materna y crianza, en un marco de respeto por las decisiones de cada familia.

Desde el embarazo, y hasta el destete, invitamos a las madres a participar de nuestros Grupos para compartir experiencias con otras mamás en distintas etapas de la lactancia. La Mamá puede venir acompañada de quien lo desee, pareja, abuelos, hijos pequeños, etc.

Las reuniones no son aranceladas.



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



La palabra comunicación deriva del latín *communicare*, que significa “*compartir algo, poner en común*”.

La comunicación es una práctica que tiene muchos significados, entre ellos *saber escuchar a quien nos habla*



Cuales son las dificultades que enfrentamos quienes acompañamos madres y familias lactantes



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



Las mujeres como *Lo Otro* históricamente han sufrido la exclusión y la insignificancia negándoles *la palabra* y la existencia.

La lactancia es un acto femenino



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



“No se nace mujer, se llega a serlo”
(Simone de Beauvoir, *El segundo sexo*. 1949)



Las Historias de Lactancia se *Construyen*.

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



• HISTORIAS DE LACTANCIAS (EN PLURAL)

- Gilles Deleuze quiere **“arrancar la diferencia de su estado de maldición”, apoyar lo “no idéntico”, a lo especial concreto, en su autonomía,** en contraposición con la tradición filosófica occidental que subordina lo especial a lo general.



La lactancia no sólo es un proceso orgánico sino también un proceso social, cultural e históricamente situado. Vale decir, la lactancia es un estado que no se halla disociado de la acción humana, la interpretación cultural y la evolución moral.



La lactancia no es sólo un ‘hecho objetivo’ sino que también está atravesado *por la subjetividad humana, los juicios de valor de la época, la cultura, las instituciones, los saberes, las prácticas, el lenguaje, los intereses, las relaciones de poder, etc., etc., etc.*



La lactancia carga con un repertorio de prácticas y construcciones discursivas que condensan parte de la trayectoria de las mujeres lactantes, pero también condensan una oportunidad para desarrollar y legitimar políticas públicas, canalizan ansiedades sociales de todo tipo, facilitan y justifican el uso de ciertas tecnologías, descubren condiciones materiales de existencia y aspectos de las identidades individuales y colectivas, sancionan valores culturales y estructuran la interacción entre las 'madres' y los proveedores de atención a la salud.



?

?

?

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



Habilidades de Comunicación

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



Escuchar y Aprender

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



**Es necesario hacer un esfuerzo para
*escuchar de adentro hacia afuera.***

**Saber escuchar es algo eficaz y
poderoso sólo si es *auténtico.***



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015

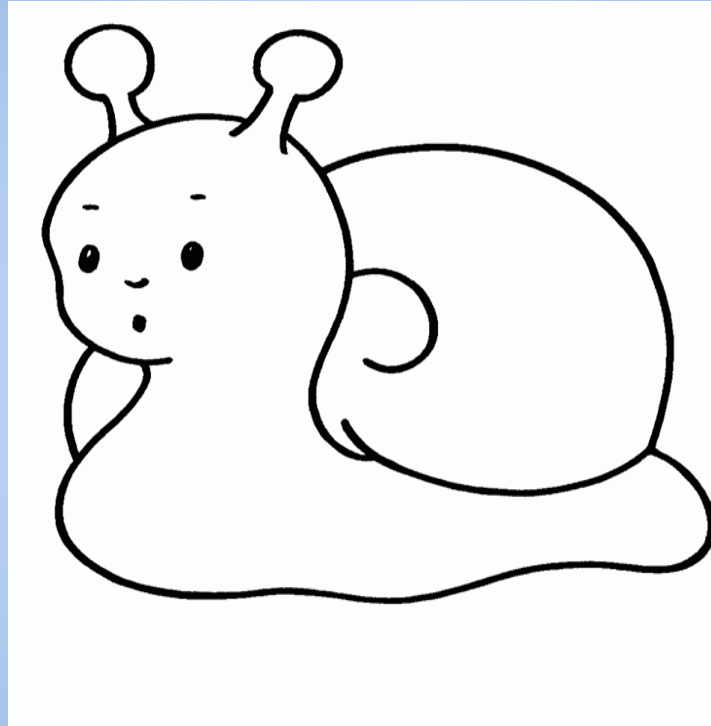


Comunicación no verbal

- Observar a la madre y observarse a si mismo.
- Sentarnos al mismo nivel que la madre.
- Quitar barreras físicas
- Evitar distraernos (mirar el celular, escribir, atender el teléfono)
- No mostrar el apuro (mirar el reloj)
- Solo tocar el cuerpo del otro si estamos seguros de lo que es apropiado para ella. No tocar senos ni bebé sin permiso.



Cada quien lleva a cuestas mucho mas que sus palabras



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



Los otros condensan en sus respuestas aspectos que van más allá de lo explicitado: *miedos, fantasías, fobias, ansiedades, expectativas, inquietudes, deseos, valores, principios, trayectorias personales, historias familiares, etc.*



Los tipos de **relación** fundamentales según Martin Buber

YO - ELLO

YO - TU



No es el *Tema* el que define la relación es el *Modo*, la manera, la postura que se asume con el otro

"Todo medio es un obstáculo, sólo cuando todos los medios están abolidos se produce el encuentro"



• Preguntas Abiertas

- Preguntas que empiezan con ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Porqué? Nos ofrecen la posibilidad de aprender de las razones por las que la madre esta en la situación particular.
- Las preguntas que llevan a respuestas de si o no, además de ofrecer poca información pueden hacer pensar al otro que hay una respuesta correcta.



Alentar a la madre a hablar, mostrar interés y retroalimentar.

- Asentir con la cabeza, usar expresiones como “ajá”, intercalar con una pregunta abierta, o un “y entonces?” , incluso parafrasear, son estrategias útiles para que la madre pueda expresar todo lo que le pasa y esto nos da un panorama completo de la situación.
- No adelantarse a dar explicaciones antes que la madre termine de contar... preguntar preguntar preguntar.



Empatía

La empatía es un proceso que permite que podamos ponernos en el lugar del otro; luego de haber identificado como el otro se siente.

Cuando la madre termina de contarnos, podemos hacer un resumen e identificar hechos y sentimientos.

“cuando pasa esto y esto, te sentis así y así”

Esto nos da la oportunidad a nosotros de ver si entendimos lo que la madre quiso decir, y a la madre la oportunidad de corregir... “ no no me siento así, me siento así”

Entonces cuando sabemos como se siente podemos identificarnos, porque nosotros seguramente nos hemos sentido así en muchas situaciones de la vida... y podemos decir “ Usted se siente enojada, triste, angustiada, contenta cuando esto pasa”



Habilidades para entender cabalmente el mensaje que nos quieren comunicar

INQUIRIR

Para saber

PARAFRASEAR

para aclarar

RECONOCER

los sentimientos del otro

LA EMPATIA ES UN VIAJE NO UN DESTINO



Evitar el juzgar.

- La madre no está ahí consultando sus situaciones para aprobar un examen. Palabras como “bien”, “mal”, “suficiente”, “adecuado”, “problema” nos ponen en un lugar de superioridad y saber. Esto muchas veces hace que la madre se cierre o bien, la pone en un lugar de alcanzar un estándar.



"Entre lo que pienso, lo que quiero decir, lo que creo decir, lo que digo, lo que quieres oír, lo que oyes, lo que crees entender, lo que entiendes, existen nueve posibilidades de no entendernos"



Dar Confianza y Apoyo

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



Cuando hables, procura que tus palabras sean
mejor que tu silencio. Proverbio Indio

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



Aceptar lo que la madre piensa y dice.

- Aceptar lo que la madre dice es diferente a confirmar que sus pensamientos sean correctos.
- Aceptando lo que la madre dice, para luego dar información correcta.



Reconocer y elogiar

- Reconocerle a la madre cada vez que se pueda las cosas que ella está haciendo aun instintivamente que la llevaran a conseguir su objetivo.



Elogiar no es un juicio?

Es importante decir al menos una vez durante la conversación algo como “por lo que me dices, estas haciendo un gran trabajo como madre”

Esto es una caricia positiva, un pequeño recurso que ayuda a la persona que lo recibe a ganar confianza en si misma.



Dar ayuda práctica

- Ofrecer dos o tres opciones posibles y concretas, si las hubiere, para llegar al resultado que la madre espera alcanzar.

Dar información relevante en lenguaje sencillo

- no sobrecargar con información y hablar en lenguaje coloquial.



Entonces damos Órdenes o...

- Ofrecemos información y alternativas.
- La madre tiene siempre la última palabra.
- Cuando la madre es quien decide, se apropia de la información, se siente mucho mas confiada para continuar tomando sus propias decisiones.



Cada Madre es la que mejor conoce a su hijo/a, por lo que nosotros esperamos que se sientan libres de tomar de la consulta las ideas que ellas evalúen pueden funcionar para ella y su familia.



Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015

Habilidades de Comunicación

Escuchar y Aprender

- Comunicación no verbal
- Preguntas Abiertas
- Mostrar Interes y Parafrasear
- Describir hechos y sentimientos
- No juzgar

Dar Confianza y Apoyo

- Aceptar lo que la madre piensa y dice.
- Reconocer lo que la madre está haciendo en camino de su objetivo.
- Dar opciones de acciones practicas para la situacion planteada
- Utilizar lenguaje sencillo
- Hacer una o dos sugerencias.
- No dar ordendes.





Hay una tercera historia

La que construimos cuando el monólogo es
sustituido por el diálogo

La persona supera el argumento

El encuentro crea un nosotros

Entonces nos conocemos, porque
aprendimos a escuchar



APOYO / CONSEJO

INFORMACION COMPARTIDA

EMPATIA

UNO SOSTIENE LO QUE ELIGE

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



La Palabra es mitad de quien la
pronuncia, mitad de quien la
escuchar. Montaigne

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015



MUCHAS GRACIAS

Liga de La Leche Argentina
Congreso de Pediatría Social y Lactancia
Agosto 2015