



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

Datos Generales de Proyecto

Descripción:

Una nutrición y alimentación adecuada durante la infancia y niñez temprana, es fundamental para el completo desarrollo del potencial humano. Para conseguirla, se debe iniciar una adecuada alimentación en las madres embarazadas, así como prácticas adecuadas de alimentación en el primer año de vida del bebé, donde el lactante sea alimentado durante sus primeros 6 meses de vida sólo con la leche de su madre, lo que se conoce como lactancia materna exclusiva (LME) y a partir de este momento iniciar la introducción de alimentos sólidos y líquidos de forma paulatina como complemento a la leche materna. El proyecto de extensión docente "Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de un año en la comunidad" (PROLAMANCO) busca contribuir con la salud de los niños y niñas menores de un año a través de la promoción de la lactancia materna y de una adecuada introducción de los alimentos, diferentes a la leche materna, durante el primer año de vida para favorecer un adecuado crecimiento, desarrollo y estado nutricional en esta etapa de la vida. Ante la pandemia del COVID-19 se hace necesario trabajar en el ámbito comunitario la orientación de las madres y familias sobre la importancia de mantener la lactancia materna. Asimismo, se debe capacitar a los profesionales de salud para que brinden orientación oportuna y actualizada sobre el manejo de la lactancia materna en una madre positiva por COVID-19 con un niño alimentado con leche materna. Como parte del trabajo, el Proyecto PROLAMANCO desarrolla el curso de Educación para la Salud "Preparación para la lactancia materna y alimentación del bebé durante el primer año de vida" orientado a público en general el cual busca fomentar y proteger la lactancia materna en la comunidad.

Observaciones:

Sin observaciones

Encargados VAS:

- Claudia Lorena Castro Sandi

Temáticas:

- Salud : Nutrición saludable
- Derechos humanos : Enfoque de derechos en niñez y adolescencia

Modalidades:

- Educación Permanente

Tipo de financiamiento:

- Presupuesto Ordinario

Encargados de Proyecto

Nombre Completo: Lilliam Marin Arias

Grado Académico: Doctorado Académico

Estado en Régimen: INTERINO LICENCIADO(A)

Tipo	Horas Prop	Horas Adic	Fecha Inicio	Fecha Fin	Tipo Financiamiento	Descripción Financ. Adic.	Justificación Finac. Adic.	Observaciones
Responsable	10,0	0,0	01-01-2022	31-12-2022	None	Sin dato	Sin Dato	



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

Nombre Completo: Karina Ugalde Gonzalez

Grado Académico: Sin Datos

Estado en Régimen: No Aplica

Tipo	Horas Prop	Horas Adic	Fecha Inicio	Fecha Fin	Tipo Financiamiento	Descripción Financ. Adic.	Justificación Financ. Adic.	Observaciones
Colaborador	5,0	0,0	01-01-2022	31-12-2022	None	Sin dato	Sin Dato	

Antecedentes del proyecto

La alimentación es una de las necesidades fundamentales de los seres humanos y es considerado uno de los factores determinantes en la formación, desarrollo y progreso de las sociedades (Jaquenod De Zsögön, 2019). No obstante, el Estado de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el Mundo 2020 (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2020) señala que la prevalencia de la subalimentación en el mundo es del 8,9% para el año 2019. En la región de América Latina, el número de personas con hambre, se ha incrementado en 9 millones entre 2015 y 2019. En el caso de América Central, 16,6 millones de personas padecen hambre. En general, y sin tener en cuenta los efectos del COVID-19, las tendencias previstas de la subalimentación cambiarían drásticamente la distribución geográfica del hambre en el mundo. Ante esta situación, se estima que la pandemia del COVID-19 puede añadir entre 83 y 132 millones de personas al número total de personas subalimentadas en el mundo en 2020. Esta situación es preocupante, debido a que la situación de hambre en la población, impacta directamente a las mujeres en edad reproductiva y sus hijos. Según el Estado Mundial de la Infancia 2019 (UNICEF, 2019) señala al menos uno de cada tres niños no está creciendo bien debido a que padece malnutrición en sus formas más visibles: retraso en el crecimiento, emaciación y sobrepeso. A nivel mundial, al menos uno de cada dos niños padece hambre oculta, es decir, carencias –a menudo invisibles– de vitaminas y otros nutrientes esenciales. Una nutrición adecuada durante la infancia y niñez temprana, es fundamental para el desarrollo del potencial humano de cada niño. Se sabe que el periodo entre el nacimiento y los dos años de edad es crítico para el crecimiento, la salud y el desarrollo óptimos de las personas. Por tal razón, la lucha contra la desnutrición infantil debe iniciar desde la etapa prenatal, fomentando una adecuada alimentación y control de salud en las madres embarazadas, así como prácticas adecuadas de alimentación en el primer año de vida, donde la lactancia materna exclusiva (LME) sea la única forma de alimentación durante los primeros seis meses de vida y con una correcta introducción de alimentos de forma paulatina a partir de esa edad, como complemento a la leche materna. No obstante, la Encuesta de Mujeres, Niñez y Adolescencia (Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Estadísticas y Censos & Fondo de Naciones Unidas para la Infancia, 2018) realizada en Costa Rica el año 2018 muestra información alarmante sobre lactancia materna. Se observa que sólo el 27,5% reciben lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de vida, y solo el 50% de los niños llegan alimentados con leche materna al año de edad. Los niños de la zona rural son alimentados en mayor proporción con LME (35,3 %) que los niños de la zona urbana (24,3%). En el caso de la situación nutricional de los niños y niñas menores de 5 años en Costa Rica, se observa que también tenemos problemas, pues un 3% presenta bajo peso para la edad y un 7% presenta sobrepeso para la edad. Los datos actuales sobre Lactancia Materna no difieren de la información recolectada por los proyectos de investigación realizados en el INISA. Los resultados del proyecto de investigación sobre situación alimentaria y nutricional de los niños y niñas de 5 años y menos que residen en las comunidades de San Antonio de Nicoya y Damas de Desamparados, realizado en conjunto con la Escuela de Nutrición en el 2010, muestran que el 31,9% de los niños de esas comunidades son alimentados exclusivamente con leche materna, sin embargo, cuando se analiza por ubicación geográfica, los niños y niñas de San Antonio de Nicoya tiene una mayor prevalencia de LME (39,7%) que los de Damas de Desamparados (24,1%), cifras cercanas mostradas por la Encuesta de Mujer, Niñez y Adolescencia. Asimismo, los resultados del proyecto de investigación mencionados anteriormente, muestran que los alimentos diferentes a la leche materna son introducidos tempranamente, siendo frecuente encontrar que los alimentos líquidos (sucedáneos de la leche materna, agua de arroz, infusión de manzanilla) se brindan a los niños recién nacidos. Para los alimentos sólidos existen casos donde los lactantes han recibido este tipo de



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

alimentos desde el primer mes de vida. Otro proyecto de investigación realizado en el INISA sobre los Factores individuales y familiares que inciden en la práctica de la lactancia materna en un grupo de mujeres costarricenses residentes en una zona urbana y en una zona rural de Costa Rica (Marín-Arias Lilliam, Gutiérrez O Yamileth, 2012), muestran que poseer conocimientos generales sobre lactancia materna y una actitud positiva hacia la lactancia son factores personales que inciden positivamente en la práctica de la lactancia materna. Entre los factores que inciden negativamente se encuentran el estrés de la madre, el trabajo o estudio, complicaciones propias del proceso de amamantamiento y la estética de la madre, la falta de apoyo familiar, la responsabilidad de alimentación del bebé que recae sobre la madre. Ante el complejo panorama sanitario, social y económico que actualmente vive Costa Rica como consecuencia de la Pandemia del Covid-19, se debe retomar la importancia de la Educación para la Salud en la Comunidad como una forma de hacer efectivo el derecho humano de acceso a la salud, a la alimentación y a un ambiente sano. La seguridad alimentaria y nutricional son una parte de las garantías que debe ofrecer el Estado a los ciudadanos. Para ello será necesario impulsar reformas estructurales junto con políticas públicas centradas en las personas y en las comunidades que permitan una adecuada educación de la población. Se debe reconocer que el acceso de la población a la información actualizada y veraz sobre la importancia de la lactancia materna en la alimentación de los niños y las niñas, contribuye al desarrollo saludable de estos y de su potencial como adultos sanos. En este sentido, las Universidad de Costa Rica puede contribuir a divulgar adecuadamente el conocimiento científico sin la influencia de intereses comerciales o industriales, para el beneficio y la salud de la población. Asimismo, la divulgación de su labor por los medios de comunicación puede ayudar a que los actores sociales comiencen a incorporar en la agenda política los problemas relacionados con esta temática.

Justificación del proyecto

El proyecto PROLAMANCO nace en el año 2011 como respuesta a la necesidad de Educación para la Salud que presentan las madres y familiares de niños pequeños así como profesionales de la salud en el tema de lactancia materna y alimentación del niño durante el primer año de vida. Esta necesidad se hizo evidente en el trabajo de campo se que realizaba en el Proyecto ED-2190 Madres ayudando a madres, en el cual se trabajó con mujeres en la comunidad de Los Guido, Desamparados. Asimismo, el proyecto de investigación 742-A9-323 Factores individuales y familiares que inciden en la práctica de la lactancia materna en un grupo de mujeres costarricenses residentes en una zona urbana y en una zona rural de Costa Rica, realizado en el INISA se concluye que la orientación adecuada sobre el tema de lactancia materna y el apoyo que la familia les brinde a las madres es indispensable para lograr el éxito de la práctica de la lactancia materna. En consonancia con las directrices nacionales e internacionales que en el tema de alimentación del lactante y el niño pequeño existentes actualmente, es que se propone este proyecto. El mismo fue favorecido en la quinta convocatoria del Fondo Concursable para el Fortalecimiento de la Relación Universidad- Sociedad 2011, lo cual permitió la adquisición de materiales necesarios para la realización de los cursos de Educación para la Salud propuestos y nos ayudo a consolidar el proyecto. A continuación, se esbozan los contenidos que sustentan el proyecto PROLAMANCO. 1. INICIATIVAS INTERNACIONALES Y NACIONALES EN EL TEMA DE ALIMENTACIÓN INFANTIL. Durante el primer año los niños y niñas experimentan un rápido crecimiento y desarrollo, como en ninguna otra etapa de la vida, por lo que es importante asegurarles una alimentación suficiente y adecuada, que satisfaga sus necesidades de energía y nutriente de este período. Asimismo una alimentación apropiada desde el primer año de vida, favorece la creación de buenos hábitos alimentarios que permite mantener un estado de salud adecuado y prevenir estados de deficiencia y enfermedades crónicas en etapas posteriores. En el ámbito internacional y nacional se han desarrollado e implementado una serie de iniciativas o estrategias que buscan que los países garanticen una adecuada alimentación y nutrición durante la infancia y niñez temprana, así como promoción de la salud materno infantil como el medio para alcanzar el desarrollo. A. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) Los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) conocidos como Objetivos Mundiales se pusieron en marcha en el año 2016 y pretenden que los países adopten medidas para poner fin a la pobreza y el hambre, proteger al planeta y que las personas gocen de salud y paz para el año 2030. Estos objetivos se basan en los logros obtenidos en los Objetivos de Desarrollo del Milenio desarrollados entre los años 2000-2015. El Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) es el organismo que presta apoyo a



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

los gobiernos para que integren los ODS en sus planes y políticas nacionales de desarrollo. No obstante, para el logro de los ODS se requiere no sólo la colaboración de los gobiernos sino también de la sociedad civil y el sector privado. Los ODS son 17 y se enuncian a continuación: Objetivo 1: Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo. Objetivo 2: Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible. Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar en todas las edades. Objetivo 4: Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. Objetivo 5: Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas. Objetivo 6: Garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos. Objetivo 7: Garantizar el acceso a una energía asequible, segura, sostenible y moderna para todos. Objetivo 8: Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenido, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos. Objetivo 9: Construir infraestructuras resilientes, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación. Objetivo 10: Reducir la desigualdad en y entre los países. Objetivo 11: Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles. Objetivo 12: Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles. Objetivo 13: Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos. Objetivo 14: Conservar y utilizar en forma sostenible los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible. Objetivo 15: Proteger, restablecer y promover el uso sostenible de los ecosistemas terrestres, gestionar los bosques de forma sostenible, luchar contra la desertificación, detener e invertir la degradación de las tierras y poner freno a la pérdida de la diversidad biológica. Objetivo 16: Promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficaces, responsables e inclusivas a todos los niveles. Objetivo 17: Fortalecer los medios de ejecución y revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible. Específicamente, el proyecto PROLAMANCO pretende contribuir con los ODS pues el trabajo que desarrolla en la comunidad incide directamente en los objetivos 3, 4, 15 y 16. Si logramos que un niño reciba lactancia materna se estará contribuyendo a la disminución de la mortalidad infantil y favorece la salud materna. Para lograr que esto sea una realidad, y que la mayoría de niños puedan recibir lactancia materna en sus primeras horas de vida debemos educar y orientar sobre el tema no sólo a las madres, sino también a la familia y a los profesionales en salud u otros profesionales que se relacionan con la madre y su hijo. Asimismo, si un niño recibe leche materna y una alimentación complementaria a la leche materna de calidad contribuye de manera significativa al desarrollo mental y cognitivo, y de este modo, ayudan el aprendizaje, pues con ello se promueve el derecho a la alimentación que es a la vez, es un derecho humano. B. Estrategia Mundial para la Alimentación del Lactante y el Niño Pequeño La Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2003) han preparado conjuntamente esta estrategia con el objetivo de crear un entorno en todo el mundo que permita a las mujeres amamantar a sus hijos durante los primeros seis meses y a continuar la lactancia materna por dos años o más. Ésta es la alimentación óptima para los lactantes y los niños de corta edad, y la mejor forma de comenzar la vida. Una alimentación basada en la lactancia materna sirve para mejorar la condición nutricional, el crecimiento y el desarrollo, la salud y, en consecuencia, la supervivencia de lactantes y niños pequeños, y esto a la vez, está estrechamente vinculada a la nutrición y salud de la madre, pues forman un conjunto que determina los resultados en materia de salud materna y neonatal. El proyecto PROLAMANCO busca contribuir con la salud de los niños y niñas menores de un año a través de la promoción de la lactancia materna y de una adecuada introducción de los alimentos diferentes a la leche materna durante el primer año de vida para favorecer un adecuado crecimiento, desarrollo y estado nutricional en esta etapa de la vida. C. Política Nacional de Lactancia Materna (Costa Rica) El Ministerio de Salud de Costa Rica en coordinación con la Comisión Nacional de Lactancia Materna y en conformidad con las directrices y políticas de salud nacional e internacional establece la Política Pública de Lactancia Materna en el año del 2008. Dicha política tiene como objetivo maximizar la salud integral de las madres, niños y niñas, jóvenes, familias y población en general. La Política Pública de Lactancia Materna señala en su punto 1: "El amamantamiento es la norma biológica que debe orientar la alimentación del niño y de la niña, por lo que las instituciones públicas y privadas prestadoras de servicios a la niñez, deben garantizar las condiciones necesarias para que este grupo poblacional sea alimentado con lactancia materna, de manera exclusiva hasta los seis meses de edad y de forma complementaria hasta los dos años o más, con alimentos saludables, autóctonos y producidos en su comunidad." En el punto 2 y 5 señala: "Las instituciones públicas y privadas deben velar por el cumplimiento de la normativa vigente (Guías Clínicas, Guías de Atención, Normas, Protocolos, entre otros) relacionada con las buenas prácticas de lactancia materna, en



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

todos los escenarios donde se tenga contacto con los niños, las niñas, sus madres y las familias." "Las instituciones públicas y privadas de todos los sectores (Salud, Educación, Industria, Economía, Comercio, entre otros) deben apoyar, coordinar y realizar actividades alusivas a la celebración de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, con el fin de promocionar en la población, la alimentación al seno materno, de manera exclusiva hasta los seis meses de edad y de forma complementaria hasta los dos años o más." El proyecto PROLAMANCO busca a través de las diversas actividades programadas poner en práctica lo establecido en la Política Pública en Lactancia Materna en Costa Rica, la cual es de acatamiento obligatorio por las instituciones públicas y privadas del país. 2. LA ALIMENTACIÓN EN EL PRIMER AÑO DE VIDA: LA IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA Y LA ADECUADA INTRODUCCIÓN DE ALIMENTOS EN LOS BEBÉS Las recomendaciones internacionales y nacionales sobre alimentación indican que se debe alimentar a los niños y niñas sólo con leche de sus madres durante los primeros seis meses de vida y a partir de este momento introducirle paulatinamente alimentos líquidos y sólidos manteniendo siempre la lactancia materna hasta los dos años o mientras la madre y el niño lo deseen. La leche materna se considera el método de alimentación infantil más sencilla, sin costo y saludable que existe en el mundo, pues contiene los nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento y desarrollo de los niños durante los seis primeros meses de vida. Durante las últimas décadas son numerosas las investigaciones que han proporcionado evidencias científica acerca de las ventajas de la lactancia natural para la salud de los niños y niñas. Entre los beneficios se encuentran sus efectos protectores frente a las infecciones respiratorias, auditivas y gastrointestinales y por lo tanto, una reducción en la morbi-mortalidad infantil (Stuebe y Schwarz, 2010). Entre los beneficios que le brinda la lactancia a la madre encontramos, que durante la lactancia se incrementa los niveles de oxitocina reduciendo el riesgo de hemorragia postparto y facilitando la involución uterina después del parto. Se ha señalado, además, que mantener este tipo de alimentación en los bebés mejora los procesos de remineralización ósea con una disminución del riesgo de fracturas post-parto y de osteoporosis. Por su parte, el proceso de amamantamiento ofrece un espacio para el fortalecimiento de los vínculos afectivos madre-hijo, que inciden positivamente en la madre a través del empoderamiento de su rol materno, la capacidad para proyectar seguridad y brindar afecto. En el caso del hijo, favorece una mejor capacidad para la autoregulación y lo provee de factores protectores para su adecuado desarrollo futuro (Dietrich Leurer M, Misskey E. (2015). A pesar de lo anterior, son claras las evidencias donde se observa que en los últimos años ha existido un incremento en el uso de sucedáneos de la leche materna para alimentar a los bebés en detrimento de la lactancia, lo que conlleva a importantes desventajas no solo para la salud de los infantes, sino también para presupuesto económico de la familia. Los estudios demuestran (Stuebe, 2009) que si la madre o la familia poseen conocimientos básicos sobre lactancia materna, el proceso de amamantamiento es exitoso y la duración de la lactancia se encuentra acorde con las recomendaciones. Asimismo, es de suma importancia la adecuada y paulatina introducción de alimentos diferentes a la leche materna en los niños y niñas a partir de los seis meses de vida para evitar alergias e intolerancia a ciertos alimentos. A este proceso se le conoce como alimentación complementaria y la Organización Panamericana de la Salud (2003) la define como el proceso que comienza cuando la leche materna sola ya no es suficiente para cubrir las necesidades nutricionales de los lactantes y por ende, otros alimentos y líquidos son necesarios además de la leche materna. El rango de edad óptimo para dar alimentación complementaria está habitualmente entre los 6 y 24 meses de edad, si bien la lactancia materna puede continuar hasta después de los dos años. Es importante indicar que la alimentación del niño durante su primer año de vida, va ligada a un adecuado desarrollo, entendiéndose este como el proceso de cambio mediante el cual un niño(a) aprende a logra mayor complejidad en sus movimientos, pensamientos, emociones y relaciones con otros. Mediante este proceso, el niño desarrolla sus sentidos, su inteligencia, utiliza sus miembros, se comunica, establece sus relaciones sociales y se adapta y responde al medio que lo rodea (León Barth, M.; Ulate Mora, F.; Arata Herrero, M.; Mora Calderón, V.; Chacón Gordon, G. y Gómez Abarca, S. L.; 2004). El proceso de lactancia favorece el desarrollo del niño a través del fortalecimiento de los músculos (orofaciales, cuello, espalda y extremidades), la estimulación de sus sentidos y la interacción con su madre. Cuando este proceso se da adecuadamente, el niño progresivamente va logrando nuevas habilidades que le permiten que el proceso de introducción de alimentos complementarios a la leche materna sea exitoso. 3. EDUCACIÓN PARA LA SALUD COMO FORMA DE PROMOCIONAR LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION Y LA SALUD EN EL PRIMER AÑO DE VIDA Crecer en un entorno saludable es determinante para alcanzar una condición de salud que repercuta positivamente en el bienestar físico, mental y social de las personas, en especial de los niños y las niñas en sus primeros cinco años de vida. Este periodo representa una oportunidad única para brindar a los



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

niños y niñas atención y cuidados adecuados en salud, pues todo esfuerzo que se realice tendrá repercusiones en el resto de su vida. Uno de los aspectos que contribuyen a alcanzar un estado de salud óptimo en los primeros años de vida es la alimentación, pues permite brindar los nutrientes necesarios para promover un crecimiento y desarrollo normal. Una nutrición adecuada también permite prevenir ciertas enfermedades asociadas con el déficit o con el exceso de nutrientes. La prevención de la desnutrición crónica requiere acciones a corto y a largo plazo (Organización Mundial de la Salud, 2003). A largo plazo, son necesarias las mejoras de los determinantes subyacentes de la desnutrición, que incluyen la disminución de la pobreza, de la baja educación materna, de la elevada morbilidad y de la falta de empoderamiento de la mujer. En el corto plazo, se requieren acciones dirigidas a favorecer el inicio temprano de la lactancia materna; el incremento de la duración de la lactancia materna exclusiva; la promoción de prácticas adecuadas de alimentación complementaria utilizando alimentos apropiados y la reducción de la incidencia de enfermedades infecciosas, particularmente de la diarrea. Una de las formas de alcanzar las acciones mencionadas anteriormente es por medio de la Educación para la Salud, que nos permite la transmisión de información y fomenta la motivación de las habilidades personales, necesaria para adoptar medidas destinadas a mejorar la salud individual y colectiva. Supone comunicación de información y desarrollo de habilidades personales que demuestren la viabilidad política y las posibilidades organizativas de diversas formas de actuación dirigidos a lograr cambios sociales, económicos y ambientales que favorezcan a la salud. La Educación para la Salud en el campo de la alimentación y nutrición constituye el pilar fundamental para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, obesidad, hipertensión arterial), cáncer y anemia. Adquirir hábitos de alimentación saludable desde edades tempranas contribuye a prevenir las enfermedades crónicas y a tener una mejor calidad de vida. Es necesario, por lo tanto, que la población en general principalmente la madre y su familia, cuenten con la información oportuna tanto de alimentación como de estimulación durante el primer año de vida, para brindar una alimentación acorde con recomendaciones actuales y poder identificar en su hijo cualquier alteración que se presente en su desarrollo de manera temprana para lograr una intervención oportuna. La experiencia vivida con el desarrollo del Proyecto PROLAMANCO durante los años del 2011 a 2016 en la comunidad nos muestra la necesidad que tienen las madres y sus familias así como profesionales de diversas áreas de contar con información práctica y actualizada sobre el tema de alimentación del niño y la niña durante el primer año de vida. Asimismo, existe una escasez de conocimientos sobre el tema de desarrollo y la importancia de la estimulación temprana para favorecer la salud integral del niño. Como respuesta a esta necesidad, se considera pertinente renovar este proyecto como una forma de poner al alcance de la Comunidad el trabajo de investigación que realizamos en el INISA en el campo de la salud materno-infantil y contribuir a un mejor estado de salud de los niños y niñas de este país.

4. COMUNICACIÓN Y SALUD PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

La salud se define como es el logro del máximo nivel de bienestar físico, mental y social y de la capacidad de funcionamiento que permiten los factores sociales en los que viven inmersos el individuo y la colectividad (Organización Mundial de la Salud, 1998). Sin embargo, el manejo popular del concepto de salud es diferente en cada persona por lo que existirán multitudes de definiciones que se concretan en diferentes tipos de acciones ante una misma situación. Asimismo, la comunicación "es un proceso mediante el cual dos o más personas, en un contexto determinado, ponen en común una información, ideas, emociones, habilidades mediante palabras, imágenes, etc., que les pueden permitir obtener, reafirmar o ampliar conocimientos anteriores y es además complementario al de participación (Choque Larrauri; 2005). Por lo tanto, se debe considerar que cuando se habla de comunicación, hablamos de actores que se relacionan entre sí dinámicamente, a través de medios o no, donde existe un uno y un otro o varios otros con quienes cada actor, individual o colectivo, establece interacciones (Pérez Jarauta, MJ; Echauri Ozcoidi, M; Ancizu Irure, E; Chocarro San Martín, J, 2006). Si se busca que una población goce de salud, la comunicación y la participación entre personas son fundamentales, pues a través de una participación activa y consciente de la comunidad lograremos fomentar el autocuidado de la salud. Por lo tanto, es importante conocer el concepto de Comunicación para la salud, la cual se define como el proceso social, educativo y político que incrementa y promueve la conciencia pública sobre la salud, promueve estilos de vida saludables y la acción comunitaria a favor de la salud, brindando oportunidades y ofreciendo a la gente poder ejercer sus derechos y responsabilidades para formar ambientes, sistemas y políticas favorables a la salud y al bienestar (Choque Larrauri, 2005) La Comunicación en Salud es una herramienta indispensable de la Promoción de la Salud que se define como el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud, (Organización Mundial de la Salud, 1998). Asimismo, la Promoción de Salud busca construir una vida saludable, a partir de generar condiciones para que individuos y grupos



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

desarrollen la capacidad de actuar, se empoderen y tomen decisiones positivas para su salud y el bienestar colectivo. Para que esto sea posible, es necesario generar vínculos que permitan compartir el modo en que entendemos y construimos una vida saludable, esa dimensión comunicativa de los procesos de promoción de la salud recae directamente en los profesionales del Área de la Salud. El Proyecto PROLAMANCO busca ser parte de esa dimensión comunicativa con énfasis educativo, pues pretender colaborar en la construcción colectiva de salud a través de la importancia de la alimentación de los niños durante el primer año de vida. El permitir que las personas que participan en el proyecto tengan al alcance conceptos nuevos o actualizados sobre alimentación de los niños, expongan sus dudas, los compartan entre su gente y los hagan circular, garantiza que el trabajo que realizamos en PROLAMANCO favorecerá la Promoción de la Salud de las personas que participan en el proyecto en especial de los niños y niñas costarricenses.

BIBLIOGRAFÍA

Choque Larrauri, R. (2005). Comunicación y educación para la promoción de la salud. Lima. Recuperado de: <http://www.google.com.razonypalabra.org.mx/libros/libros/comyedusalud.pdf>. Dietrich Leurer M, Misskey E. (2015). The Psychosocial and Emotional Experience of Breastfeeding: Reflections of Mothers. *Glob Qual Nurs Res.*; 2, 1-9. FAO, FIDA & PMA. (2015). El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2015. Cumplimiento de los objetivos internacionales para 2015 en relación con el hambre: balance de los desiguales progresos. Roma:FAO Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, Ministerio de Salud, Caja Costarricense del Seguro Social, Instituto Nacional de Estadística y Censos (2011). Análisis del Módulo de Lactancia Materna. Costa Rica INEC (2014) Encuesta Nacional de Hogares. Disponible en http://www.inec.go.cr/encuestas/encuesta-nacional-de-hogares?keys=&at=29&prd=599&field_anio_documento_value%5Bvalue%5D%5Bdate%5D

Jaquenod de Zsögön, S (2019). Antropología ambiental. Fundamentos. Madrid, España: Editorial Dykinson. León Barth, M.; Ulate Mora, F.; Arata Herrero, M.; Mora Calderón, V.; Chacón Gordon, G. y Gómez Abarca, S. L.:(2004) Crecimiento y desarrollo en la niñez y abordaje de los principales trastornos: módulo VII. San José. C. R. : EDNASSS – CCSS- Martínez Rincón, C., & Rodríguez Cisneros, A. (2002). Influencia de la alimentación en el comportamiento humano a través de la historia. *Offarm: Farmacia y Sociedad*, 21(7), 80-88. Ministerio de Salud (2010). Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009. Disponible en http://www.paho.org/cor/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=alimentacion-y-nutricion&alias=67-encuesta-nacional-de

Ministerio de Salud [MS], Instituto Nacional de Estadísticas y Censos [INEC] y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (2018). Encuesta de Mujeres, Niñez y Adolescencia (EMNA). Informe de resultados de la encuesta. Disponible en <https://www.inec.cr/documento/encuesta-de-mujeres-ninez-y-adolescencia-2018-emna>

Organización Mundial de la Salud (2003). Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño. Ginebra:Suiza. Pérez Jarauta, MJ; Echauri Ozcoidi, M; Ancizu Irure, E; Chocarro San Martín, J (2006). Manual de la Comunicación en la Salud. Instituto de Salud Pública, Navarra. Stuebe, A. (2009). The risks of not breastfeeding for mothers and infants. *Reviews in obstetrics and gynecology*, 2(4), 222. Stuebe, A. M., & Schwarz, E. B. (2010). The risks and benefits of infant feeding practices for women and their children. *Journal of Perinatology*, 30(3), 155. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO] (2020). El Estado de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el Mundo. Disponible en <http://www.fao.org/publications/sofi/2020/es/>

Organización Mundial de la Salud (1998). Glosario de la promoción de la salud. Ginebra: Suiza. Organización Panamericana de la Salud. (2003). Principios de orientación para la alimentación complementaria del niño amamantado. Organización Mundial de la Salud (2003). Dieta, Nutrición y Prevención de Enfermedades Crónicas. Serie de Informes Técnicos 916. Ginebra: Suiza. Unicef (2019). Estado Mundial de la Infancia 2019- Disponible en [www. https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf](https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf)



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

Costo del proyecto

Monto UCR: 0,0

Monto Externo: 0,0

Descripción:

Sin Dato

Descriptores del proyecto

- Alimento
- Derecho a la alimentación
- Lactancia materna
- Salud
- Salud materno-infantil

Disciplinas del proyecto

Sin disciplinas

Objetivo General

Contribuir con la salud de los niños y niñas menores de un año a través de la promoción de la lactancia materna y de una adecuada introducción de los alimentos diferentes a la leche materna durante el primer año de vida para favorecer un adecuado crecimiento, desarrollo y estado nutricional en esta etapa de la vida.

Objetivos Específicos



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

1- Desarrollar un curso de Educación para la Salud sobre lactancia materna, introducción de alimentos a partir de los seis meses de vida y desarrollo dirigido a madres y familias con niños pequeños, personas cuidadoras o profesionales que se relacionan con niños como forma de promoción y recuperación de la cultura de la lactancia materna en la sociedad costarricense.

Metas

Indicadores

Realización de tres Cursos de Educación en Salud sobre el tema de lactancia materna, introducción de alimentos a partir de los seis meses de vida y estimulación temprana en un grupo de 10 personas como mínimo.

1) Número de Cursos de Educación en Salud realizados

Realización de un curso de actualización para profesionales en uno de los siguientes temas: lactancia materna, lactancia materna e introducción de alimentos a partir de los seis meses de vida y desarrollo a un grupo de 10 personas como mínimo.

1) Número de cursos de actualización para profesionales realizados
2) Cantidad de participantes en curso de actualización profesional

2- Propiciar espacios de discusión sobre el tema de lactancia materna y alimentación saludable de los niños en los primeros dos años de vida como medio para promoción de la salud.

Metas

Indicadores

Desarrollo de una actividad de promoción de la lactancia materna o alimentación saludable en niños menores de dos años en el ámbito comunitario

1) Número de actividades realizadas

Desarrollo de un grupo de apoyo madre a madre orientado a mujeres y familias en proceso de lactancia materna.

1) Número de grupo realizado



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

3- Participar en la divulgación de información científica que permita el fomento y protección de la lactancia materna, la alimentación saludable y desarrollo de los niños en los primeros dos años de vida en diversas instancias en el ámbito comunitario.

Metas

Participación en dos actividades de divulgación para el fomento y protección de la lactancia materna y alimentación saludable de los niños en los primeros dos años de vida en diversas instancias en el ámbito comunitario.

Indicadores

1) Número de actividades en las que se participó

Unidades Relacionadas

Unidad	Base
INST INV EN SALUD	Sí

Subactividades Sustantivas

Sin Subactividades Sustantivas Relacionadas

Entes Externos Relacionados

Sin Entes Externos

Proyectos Vinculados

Sin Vínculos Externos

Programas Adscritos

Sin Programas Adscritos

Convenios

Sin convenios



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

Ubicación Geográfica

Ubicaciones Nacionales

Región	Provincia	Cantón	Distrito	Descripción
CENTRAL	San José	Montes de Oca	San Pedro	None

Impacto y Beneficios

Áreas de Impacto:

EDUCATIVA: El impacto del proyecto del proyecto PROLAMANCO consiste en: • La divulgación del conocimiento científico actualizado sobre diversos temas (lactancia materna, alimentación del niño en el primer año, desarrollo, crianza con apego, legislación en periodo de lactancia, etc.) en las diferentes actividades que desarrolla o participa el proyecto. • La sensibilización de los participantes que asisten a las diferentes actividades que organiza el proyecto sobre el tema de lactancia materna, alimentación del niño en el primer año de vida, desarrollo, crianza con apego, alimentación y derechos de las madres en proceso de lactancia materna. • Llegar a diferentes lugares y grupos de población mediante la utilización de diversas estrategias de comunicación y divulgación que permitan transmitir información actualizada y adaptada sobre el tema de lactancia materna, alimentación del niño en el primer año de vida, desarrollo, crianza con apego, alimentación y derechos de las madres en proceso de lactancia materna.

SALUD:

SOCIO CULTURAL:

Psicosocial y comunitaria:

Población:

La población que se beneficia con el desarrollo del proyecto PROLAMANCO es la siguiente: • Familia (padres, madres, otros miembros), • Personas cuidadoras de niños pequeños • Personas interesadas en el tema • Profesionales de diversas áreas.

Cantidad de Población: 100

Beneficios para la UCR:

Ubicar a la Universidad de Costa Rica a través de la Vicerrectoría de Acción Social como una de las instancias de educación superior universitaria pública comprometida con la salud de los niños, niñas y la familia costarricenses, mediante la puesta en marcha de un proyecto de extensión docente que busca la promoción de la salud mediante el fomento de la lactancia materna y una adecuada alimentación, así como el desarrollo de los niños y niñas en los primeros años utilizando como estrategia la Educación para la Salud, la creación de espacios de discusión y la divulgación de conocimiento actualizado sobre el tema en el ámbito institucional y comunitario.

Beneficios para la población:

La población participante en el proyecto PROLAMANCO que asiste a las diferentes actividades que desarrolla el proyecto (curso, jornadas, consulta a través de correo electrónico o telefónicas, charlas, consejería post clase, clases albergadas en el canal de YouTube de la Facultad de Medicina) se beneficiará con información actualizada sobre el tema de lactancia materna (beneficios, producción de leche materna, extracción y conservación de la leche materna), alimentación del niño en el primer año de vida, desarrollo, crianza con apego, alimentación y derechos de las madres en proceso de lactancia materna, lo que permitirá: * Contribuir a la salud y al estado nutricional de los niños y niñas en el ámbito comunitario. * Adquirir conocimientos actuales en el tema de lactancia materna, alimentación



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

de los niños y desarrollo. * Fomentar hábitos saludables de alimentación desde etapas tempranas de la vida en procura de contar con adolescentes y adultos saludables. * Contribuir a la economía familiar al orientar a la familia sobre como alimentar a su hijo o hija de la mejor forma sin gastar dinero adicional en alimentos o suplementos nutricionales. * Reconocer la importancia de la promoción y el fomento de la lactancia materna y la adecuada introducción de los alimentos complementarios a la lactancia materna. * Favorecer la práctica de desarrollo mediante actividades de estimulación temprana. * Contribuir a establecer las bases de la crianza con apego.

Metodología del proyecto

El proyecto PROLAMANCO es, por sus características, un proyecto de promoción de la salud. Se entiende como promoción de la salud "el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud para mejorarla" (OMS, 1998). Asimismo, el Proyecto PROLAMANCO utiliza como estrategia la Educación para la Salud, conceptualizada como el proceso de comunicación interpersonal que "comprende las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente que suponen una forma de comunicación destinada a mejorar la alfabetización sanitaria, incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de habilidades personales que conduzcan a la salud individual y de la comunidad". Las áreas de intervención a las cuales se orienta el proyecto PROLAMANCO son las necesidades en salud de dos áreas concretas que son los estilos de vida y las transiciones vitales que tiene que ver con el ciclo de vida (infancia y alimentación). Tipo de intervención del proyecto PROLAMANCO: El proyecto PROLAMANCO tiene como objetivo de intervención el de informar, motivar, intercambiar conocimientos e inducir conductas y actitudes positivas en un determinado grupo poblacional con el propósito de favorecer una nutrición y alimentación adecuada durante la infancia y niñez temprana, es fundamental para el completo desarrollo del potencial humano. En el caso del curso de Educación para la Salud se utiliza la educación grupal o colectiva: que consiste en una serie de sesiones programadas, dirigidas a un grupo de personas o colectivos, con la finalidad de mejorar sus capacidades para abordar un determinado problema o temas de salud. El ámbito de acción del proyecto PROLAMANCO: El proyecto PROLAMANCO se podrá desarrollar en el ámbito comunitario, utilizando recursos físicos como centros educativos, salones comunales, centros de trabajo, servicios de salud, mediante la colaboración de grupos organizados comunales o profesionales. Las actividades a realizar: El proyecto PROLAMANCO desarrolla diferentes de actividades tales como: Un curso de educación para la salud Jornadas de promoción de la lactancia materna o alimentación saludable en el ámbito comunitario abierta a público en general. Participación en actividades de fomento y protección de la lactancia materna y alimentación saludable (Ferias de Salud, charlas en diferentes lugares, participación en jornadas y cursos) 1. CURSO DE EDUCACION PARA LA SALUD "PREPARACIÓN PARA LA LACTANCIA MATERNA Y ALIMENTACIÓN DEL BEBÉ DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA" Fase de preparación del Curso de Educación para la Salud: Este proyecto busca desarrollar un Curso de Educación para la Salud en el ámbito comunitario sobre lactancia materna, la adecuada introducción de alimentos y estimulación temprana en los niños y niñas en los primeros doce meses de vida dirigido a familias, personas cuidadoras o profesionales de diversos campos disciplinarios que se relacionan con la atención de niños. 1. Revisión bibliográfica exhaustiva permanente de la temática que se aborda en el Curso de Educación para la Salud: Los fundamentos teóricos que el Curso de Educación para la Salud utilizará serán los lineamientos que sobre el tema de lactancia materna, alimentación complementaria y desarrollo ha generado y establecido la Comisión Nacional de Lactancia Materna de Costa Rica (CNLM), el Ministerio de Salud y la Caja Costarricense del Seguro Social. Sin embargo, esta información se complementará con otras fuentes nacionales e internacionales según sea el caso. 2. Planificación de los contenidos a ser incluidos en el Curso de Educación para la Salud: Para el Curso de Educación para la Salud se ha establecido preliminarmente un programa de curso que estará organizado por temas relacionados con lactancia materna, introducción de alimentos a partir de los seis meses de edad y estimulación temprana. Sin embargo, estos contenidos se adaptan las necesidades de información de la población a la que se dirige el curso en ese momento. El Curso de Educación para la Salud se organiza por sesiones (una sesión por semana) con una duración de 3 horas aproximadamente durante 6 sesiones. Las clases estarán a cargo de las responsables del proyecto, las cuales se trasladarán a la comunidad con el material necesario para dar las clases en casa sesión. Los temas que se han propuesto inicialmente para brindarse en el curso se mencionan a continuación: Lactancia materna: Definición de qué es la leche humana, composición de la leche humana, beneficios que ofrece la



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

lactancia materna a los niños, madres, familia y sociedad. Anatomía de la mama y fisiología de la lactancia materna, forma de producción de la leche materna en las mujeres, el proceso de lactancia materna (tipos de leche, posición a la hora de dar lactancia, acople boca-pecho,ect). Situaciones especiales más frecuentes durante el periodo de Lactancia. Extracción y conservación de la leche materna. Alimentación de la madre durante el periodo de lactancia y derechos de las madres en proceso de lactancia materna. Estimulación temprana: Estimulación temprana del lactante menor de 6 meses y mayor de 6 meses (Estimulación Multisensorial). Introducción de alimentos complementarios a la leche materna a partir de los 6 meses de vida: Inicio del proceso de introducción de alimentos complementarios a la leche materna. Pautas para una adecuada alimentación de los niños y niñas a partir de los seis meses de edad. 3. Preparación de las clases y del material informativo a entregar a los participantes del curso En este apartado se prepara las clases que se imparten en el curso así como el material informativo que se brinda adicional a los participantes del curso. 4. Ejecución del curso de educación para la salud: Para el desarrollo de los contenidos teóricos se considera necesario la utilización de diversas estrategias de aprendizaje, las cuales se caracterizan por ser dinámicas y buscan que los asistentes al Curso tengan una participación directa. La persona encargada de brindar la clase ese día creará un ambiente centrado en el participante que le ayuda a construir el conocimiento partiendo de sus experiencias y conocimientos previos... Dentro de las estrategias se incluyen la clase participativa, que consiste en permitir a los participantes realizar preguntas en el preciso momento para que logren evacuar dudas y relaten sus vivencias en torno al tema. Por otra parte, al inicio de cada sesión se realiza una evaluación de aprendizajes, a través de preguntas sencillas las cuales deben ser respondidas de forma dinámica por los asistentes. En caso de identificar dificultades o no respuesta correcta, se procederá a ampliar el tema antes de iniciar el contenido siguiente. Fase de organización comunitaria: Como se mencionó anteriormente, el proyecto PROLAMANCO gestó su Curso de Educación para la Salud para ser ofrecido en el ámbito comunitario. Para que esto sea posible se requiere realizar contactos en diferentes dependencias (Áreas de Salud, Facultad o Escuelas en la Universidad de Costa Rica, Colegios, grupos comunitarios organizados, Municipalidades, etc.) con el fin de dar a conocer el curso y el alcance del mismo. Siempre que sea posible, se buscará el apoyo de una contra parte en la comunidad (líder comunal, profesoras, etc.) que colabore con la organización de la actividad, por ejemplo, búsqueda de lugares donde brindar o la divulgación de la actividad. Fase de divulgación del Curso de Educación Una vez que se tenga identificado el lugar donde se realizará el Curso de Educación para la Salud se procederá a la divulgación de la actividad utilizando diferentes formas. En caso de que el curso se realice en la comunidad se procederá a utilizar las siguientes formas de divulgación: Colocación de afiches con información alusiva al curso en las pizarras informativas de los EBAIS de la zona, pulperías de barrio, farmacias, comercio, etc. Se solicitará colaboración a los sacerdotes católicos de las Parroquias de las comunidades donde se impartirá el curso para la divulgación del inicio del curso en las misas que brinda a la comunidad. Se coordinará con los directores de Centros Educativos (Escuelas) del Área geográfica donde se impartirá el Curso la entrega de volantes a los estudiantes con información del curso, así como la utilización de las pizarras educativas que tiene la escuela para divulgar la actividad. Se enviará información vía correo electrónico sobre la apertura de un curso de Educación para la Salud a todas las personas que han asistido a cursos anteriormente y que se encuentran en la base de datos del Proyecto, para que nos ayuden a divulgar el inicio del Curso entre sus conocidos. En el caso de realizar el curso en la Universidad de Costa Rica: Se enviará información vía correo electrónico sobre la apertura de un curso de Educación para la Salud a todas las personas que han asistido a cursos anteriormente y que se encuentran en la base de datos del Proyecto, para que nos ayuden a divulgar el inicio del Curso entre sus conocidos. Divulgación de la actividad por medio de la Oficina de Divulgaciones de la UCR a la cual se le solicita publicar la apertura de un curso de Educación para la Salud en los diferentes medios electrónicos con los que cuenta la Universidad (UCR Informa, Facebook, pizarra interactiva). Asimismo, se solicitará la colaboración de la Vicerrectoría de Acción Social para que la actividad sea divulgada en el portal de actividades de extensión docente. Lugar donde se realizará el curso de Educación para la Salud: Dependerá de las instalaciones disponibles en la comunidad donde se espera impartir el curso. Por la experiencia que tiene este proyecto, se negociará el préstamo de los salones parroquiales, salones comunales o bibliotecas públicas, aula en el centro de salud. Es importante mencionar, si bien el proyecto PROLAMANCO tiene un área geográfica definida para trabajar en el documento SIPPRES, la naturaleza del proyecto y su clasificación como proyecto de Extensión Docente permite realizar actividades más allá del área geográfica definida, pues es una forma de dar respuesta a las demandas de capacitación o divulgación que presenta la sociedad (profesionales en salud, madres y padres, educadores, estudiantes, etc.). El



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

proyecto atiende todas las solicitudes y valorará si se podrá brindar un curso en determinada comunidad, pues depende del apoyo comunitario e institucional para poder llegar a esa comunidad. En este sentido, salir del Área Metropolitana permite proyectar el trabajo del INISA a otras zonas geográficas con necesidad y disponibilidad de aprovechar los conocimientos y experiencia que hemos desarrollado. 2. ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE LA LACTANCIA MATERNA Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LOS NIÑOS EN LA COMUNIDAD El proyecto tiene como objetivo propiciar espacios de discusión sobre el tema de lactancia materna y alimentación saludable de los niños en los primeros dos años de vida como medio para promoción de la salud. Para lograr lo anterior se organizarán actividades abiertas al público en la comunidad o en la sede universitaria Rodrigo Facio. La actividad a realizar podrá ser una conferencia, una jornada, un encuentro entre madres, una feria etc. El tipo de actividad dependerá de la ayuda que se cuente para la realización de la misma. Asimismo se participará en actividades de promoción de la lactancia materna y alimentación saludable de los niños en las que se reciba invitación de los organizadores. Esta actividad pues de ser una feria de la salud, una charla sobre el tema a un grupo específico ya sea una empresa, escuela etc.

Recursos del proyecto

Capital Humano: Una enfermera obstetra con postgrado en nutrición humana, y una psicóloga con postgrado en estimulación temprana. Capital material: Se cuenta con las instalaciones de la Sede Rodrigo Facio para organización de los diferentes actividades del proyecto que pueden ser conferencias, curso, jornadas, etc. Asimismo, se cuenta con el apoyo administrativo del INISA para coordinar las actividades concernientes al proyecto. Adicionalmente, el proyecto cuenta materiales educativos de apoyo necesarios para la promoción de los temas que abarca el proyecto (modelos anatómicos, extractores manuales de leche materna).

Métricas de Evaluación

Evaluación del proyecto

La evaluación se puede realizar mediante el seguimiento del cronograma y el cumplimiento de las metas propuestas en el proyecto mensualmente.

Evaluación de los participantes

En cuanto a la evaluación del curso de educación para la salud que se realiza, se emplea el instrumento de evaluación de cursos de extensión desarrollado por la VAS. Por último, el proyecto PROLAMANCO mide el impacto del curso de varias maneras, una es mediante la cantidad de personas que demandan (registro de las personas a la espera que se brinde el curso de educación para la salud) y participan en el curso de educación para salud sobre lactancia y mediante la aplicación del instrumento de evaluación desarrollado por la VAS. Actualmente, diversas sesiones del Curso de preparación para la lactancia materna están albergadas en el canal de youtube que tiene la Facultad de Medicina, y los mismos han sido vistos en diversas ocasiones siendo un recurso disponible para la población en general.

Evaluación del impacto

Sin evaluación del impacto

Cronograma del proyecto



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

#	Tipo	Actividad	Fecha Inicio	Fecha Fin	Descripción
1	Tarea	Planificación del Curso de Educación para la Salud sobre el tema de lactancia materna, introducción de alimentos a partir de los seis meses de vida y estimulación temprana para profesionales	1 de Enero de 2022	30 de Junio de 2022	Sin observaciones
2	Tarea	Participación en actividades de promoción de la lactancia materna, alimentación y desarrollo de los niños en el primer año de vida en la comunidad	1 de Enero de 2022	15 de Diciembre de 2022	Sin observaciones
3	Tarea	Desarrollo de las actividades de promoción en el tema de lactancia materna, alimentación y desarrollo de los niños en el primer año de vida en la comunidad.	1 de Enero de 2022	15 de Diciembre de 2022	Sin observaciones
4	Tarea	Coordinación y planificación con diferentes instancias comunitarias la realización del curso de Educación para la Salud en salud "Preparación para la Lactancia materna y alimentación del bebé en el primer año de vida".	1 de Enero de 2022	15 de Octubre de 2022	Sin observaciones
5	Tarea	Realización del primer curso de Educación para la Salud "Preparación para la lactancia materna y alimentación del bebé durante el primer año de vida" en la comunidad	1 de Enero de 2022	30 de Abril de 2022	Sin observaciones
6	Tarea	Desarrollo del grupo de apoyo madre a madres con participación de madres en proceso de lactancia y familia.	15 de Febrero de 2022	17 de Diciembre de 2022	Sin observaciones
7	Tarea	Realización del segundo curso de Educación para la Salud "Preparación para la lactancia materna y alimentación del bebé durante el primer año de vida" en la comunidad	1 de Mayo de 2022	31 de Agosto de 2022	Sin observaciones
8	Tarea	Realización de un Curso de Educación para la Salud sobre el tema de lactancia materna, introducción de alimentos a partir de los seis meses de vida y estimulación temprana para profesionales.	1 de Julio de 2022	15 de Diciembre de 2022	Sin observaciones
9	Tarea	Realización del tercer curso de Educación para la Salud "Preparación para la lactancia materna y alimentación del bebé durante el primer año de vida" en la comunidad.	1 de Septiembre de 2022	15 de Diciembre de 2022	Sin observaciones



Nº Inscripción: ED-2842

Vigencia: 01-01-2022 - 31-12-2022

Nº SIPPRES: 554 - 2022

Unidad Base: 02021900 INST INV EN SALUD

Nombre: Promoción de la lactancia materna y la alimentación del niño y la niña menor de 1 año en la comunidad (Proyecto PROLAMANCO)

10	Tarea	Elaboración del Informe de Proyecto.	15 de Noviembre de 2022	31 de Diciembre de 2022	Sin observaciones
----	-------	--------------------------------------	-------------------------------	----------------------------	-------------------

Inscripción de actividades

#	Objetivo	Población beneficiada	Cantidad de población	Facilitadores	Duración en horas	Cuenta de financiamiento externo	Número de Sesión de Aprobación en CAS o CC	Encargados
---	----------	-----------------------	-----------------------	---------------	-------------------	----------------------------------	--	------------

Anotaciones

Fecha	Documento	Anotación	Usuario
19-01-2022	VAS-37-2022	Oficio de protocolización	CLAUDIA LORENA CASTRO
Fecha	Documento	Anotación	Usuario
21-01-2022	VAS-522-2022	la VAS asigna 7 horas estudiante para los siguientes periodos. ■ III ciclo lectivo 2021: Del 03 de enero al 26 de febrero de 2022. ■ I ciclo 2022: Del 28 de marzo al 23 de julio 2022 (Según lo comunicado en Circular R-69-2021). ■ II ciclo 2022: Del 16 de agosto al 03 de diciembre 2022 (Según lo comunicado en Circular R-69-2021).	CLAUDIA LORENA CASTRO