



Bienvenida
al Lactario Tierra Nueva



FUNDACION

Tierra Nueva

¿Por qué implementamos un lactario?

Queremos que tú y tu bebé estén saludables, por eso, creamos este espacio para que puedas darle la mejor alimentación y cuidado posible.



*Para Fundación Tierra Nueva es un gusto acompañarte en esta hermosa experiencia de ser **madre**.*



Somos una gran familia y nos alegra mucho cuando un nuevo integrante llega.

A close-up photograph of a woman with long blonde hair, wearing a white long-sleeved shirt, holding a baby. The baby is wearing a white long-sleeved shirt with small black polka dots. The woman is holding the baby against her chest. The background is softly blurred, showing a wooden chair and white curtains.

IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA

- *Es la forma más adecuada y natural de proporcionar aporte nutricional, inmunológico y emocional a tu bebé, ya que brinda todos los nutrientes y anticuerpos que lo mantendrán a salvo, sin olvidar que les permitirá crear un fuerte lazo afectivo.*
- *Es importante que tu bebé acceda a la leche materna, en forma exclusiva hasta los 6 meses y de manera continua hasta los 2 años, para disminuir la probabilidad de muerte y enfermedades.*

BENEFICIOS PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS

- *Previene enfermedades como la neumonía y diarrea, principales causas de muerte en menores de 5 años.*
- *A futuro, disminuye el sobrepeso y obesidad en adolescentes y adultos.*
- *Mejora el rendimiento escolar y profesional.*
- *Disminuye las alegrías.*
- *Protege de la diabetes.*



BENEFICIOS PARA LA MADRE

- *Disminuye las posibilidades de hemorragias, depresión postparto, anemia y la mortalidad materna.*
- *Disminuye el riesgo de padecer cáncer de mama o de ovarios.*
- *Ayuda a bajar el peso ganado en el embarazo.*
- *Incrementa el amor entre la madre, el bebé y la familia*
- *Previene la diabetes tipo II.*



**¿QUÉ NORMAS
DEBES SEGUIR
PARA USAR EL
LACTARIO?**

Este es un espacio comunitario para todas las mamás de Fundación Tierra Nueva, así que recuerda cumplir con lo siguiente:

- *Acude cada **dos horas** y regístrate en cada ocasión (nombres, apellidos, fecha y hora).*
- *Mantén el orden y limpieza del lactario, refrigerador, mobiliario y los lugares de higiene.*

Al finalizar tu jornada, recuerda recoger tus frascos y dejar el lactario como lo encontraste.

IMPLEMENTOS NECESARIOS PARA LA LACTANCIA MATERNA

- *Extractor electrónico y/o manual.*
- *Contenedor de vidrio (al menos 2 unidades de 100 a 200 cc)*
- *Rotuladores con tu nombre y fecha.*
- *Toallas desechables.*
- *Bolso térmico con bolsas de hielo (pastillas frías)*
- *Cojín de descanso (opcional)*



TÉCNICAS PARA LA LACTANCIA

Pasos

1

Protégete la boca y la nariz con una máscara o pañuelo limpio, especialmente si tienes alguna infección respiratoria.



2

Recógete el cabello y lávate las manos.

3

Descúbrete el seno.



4

Lávate los senos únicamente con agua, sin jabón, para evitar la resequedad de los pezones y areola, así como, la predisposición a fisuras.

5

Sécate las manos y los senos con toallas desechables.





RECOMENDACIONES DURANTE EL PROCESO DE EXTRACCIÓN

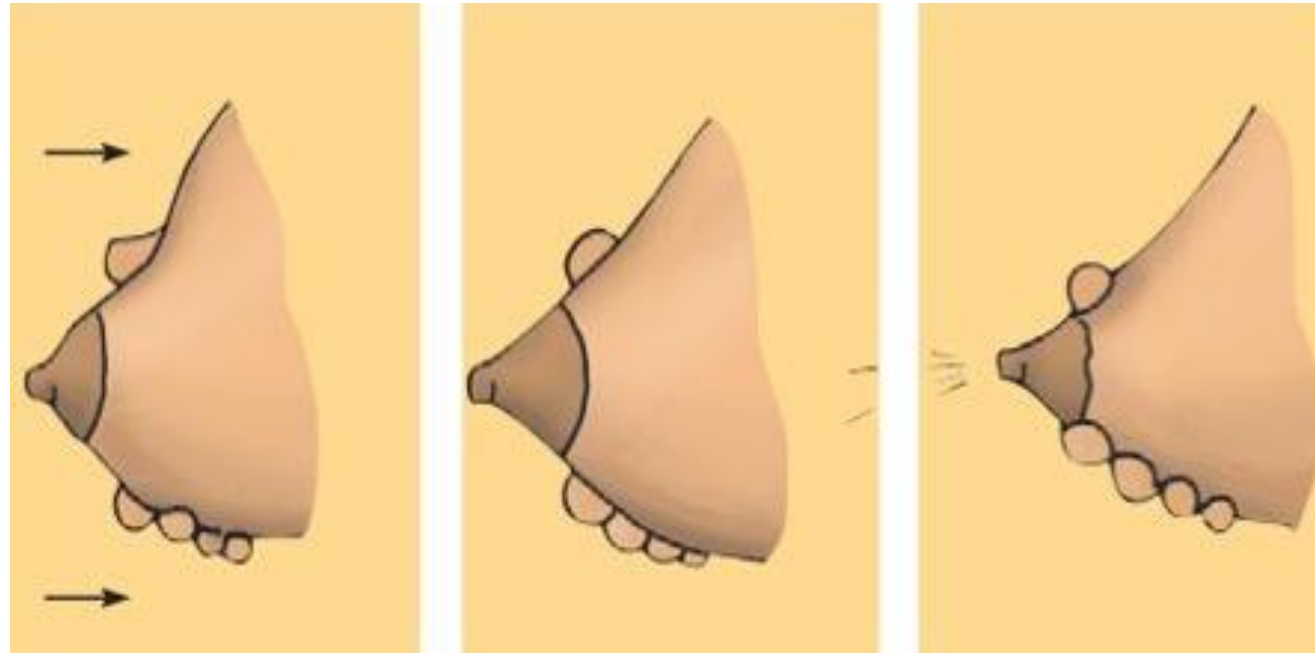
Masajea los senos con las yemas de los dedos contra la pared del pecho, empieza por arriba y mediante movimientos circulares en sentido de la areola hacia el cuerpo; es decir, de fuera hacia dentro.



Mueve los dedos circularmente, concentrándote en una zona por vez, por unos cuantos segundos, antes de ir a otra zona.



Empuja directamente el seno contra las costillas, trata de no separar los dedos. En el caso de senos grandes, primero levanta y luego empuja.



Presión hacia las paredes del seno

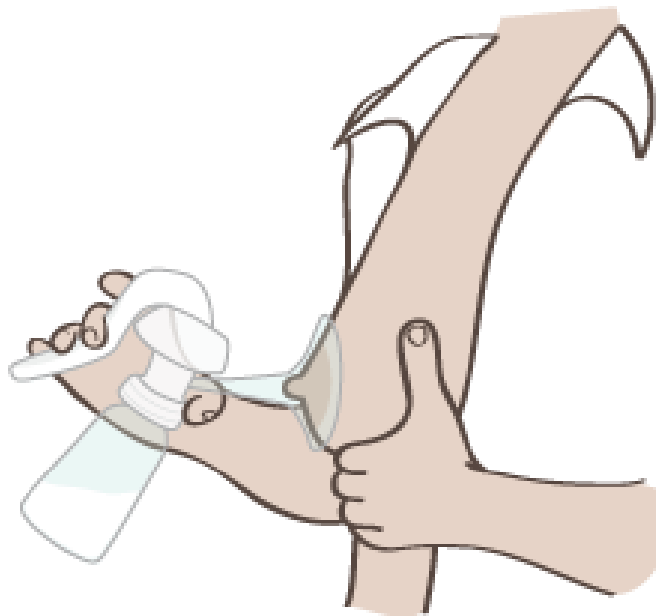
Nuevamente

Fin de la manipulación

¿QUÉ TE RECOMENDAMOS PARA LA EXTRACCIÓN DE LA LECHE MATERNA?

1

Relájate.

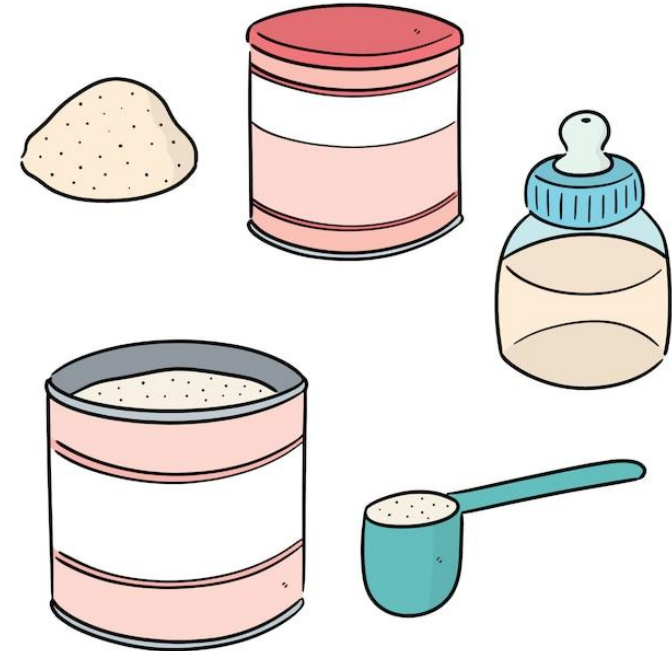


2

Bombea con frecuencia y de manera eficaz.

3

Mientras estés con tu bebé, dale el pecho a libre demanda.



4

Evita o limita la alimentación con leche de fórmula.

5

Toma muchos líquidos.



6

No fumes y sobre todo, ¡cuídate mucho!



TE CONTAMOS CÓMO DEBES HACER EL PROCESO DE RECOLECCIÓN DE LECHE MATERNA

1

Desecha las primeras gotas de leche.



2

Abre el frasco y sobre la mesa, coloca la tapa con la abertura hacia arriba.



3

Evita el contacto directo con la piel.



RECOMENDACIONES PARA EL ALMACENAMIENTO Y TRANSPORTE DE LA LECHE MATERNA

- *Rotula el frasco con tu nombre, fecha y hora de la recolección de la leche.*
- *Guarda inmediatamente el frasco en el refrigerador, en posición vertical.*
- *La temperatura del congelador no debe ser mayor a -3°C .*
- *Al final de la jornada, debes transportar la leche hacia tu domicilio manteniendo la cadena de frío.*

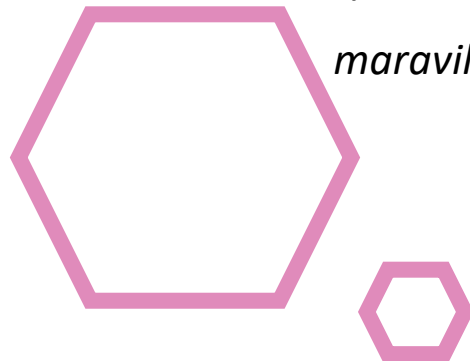


NO OLVIDEMOS QUE:

El calostro es la primera leche que produce la madre después del parto, y protege al bebé contra infecciones y enfermedades, además, es un laxante natural para el recién nacido.

Cuida del lactario para que todas puedan disfrutar de él.

Aprovecha este tiempo para pensar en tu bebé y la maravillosa persona en que estás ayudando a que se convierta.





BENEFICIOS POR MATERNIDAD

LICENCIA POR MATERNIDAD

- *La ley indica que tienes derecho a reposo por maternidad de 84 días, equivalente a un total de 12 semanas, posteriores al parto.*
- *Desde el día 85, tú trabajarás 6 horas diarias por 15 meses.*
- *En **Trabajo Social/Gestión Humana** debes presentar los documentos habilitantes hasta 72 horas posteriores al inicio de la licencia.*

RECOMENDACIONES ANTES DE SALIR CON LICENCIA DE MATERNIDAD:

- *Planifica anticipadamente con tu línea de supervisión la distribución de tu trabajo y organiza la inducción necesaria con los compañeros de reemplazo.*
- *Coordina claramente con tu línea de supervisión las fechas de tu retorno a trabajar, así como, de las vacaciones, licencias sin sueldo (en caso de tomarlas inmediatamente luego de la maternidad).*

PERIODO DE LACTANCIA

- Durante los **15 meses posteriores al parto**, tu jornada laboral **durará 6 horas**. Coordina con tu línea de supervisión la hora de ingreso.
- El **período de lactancia no es negociable** por días a tomar después del periodo de maternidad.
- Entrega la copia de cédula o partida de nacimiento de tu bebé en **Trabajo Social/Gestión Humana** para la actualización de información de cargas familiares (lo más pronto posible).

LICENCIA SIN SUELDO PARA EL CUIDADO DE LOS HIJOS

De acuerdo a la reforma del código de trabajo se establece que: los colaboradores y colaboradoras, previo a concluir su licencia o permiso por maternidad o paternidad, pueden solicitar de manera opcional y voluntaria sin remuneración hasta por 15 meses adicionales, una licencia para atender al cuidado de los hijos, dentro de los primeros meses de vida del niño o niña.

*Comunícate con **Trabajo Social/Gestión Humana** para coordinar este beneficio.*



I E S S - S U B S I D I O P O R M A T E R N I D A D

- *En el dispensario médico del IESS más cercano, presenta el certificado de maternidad emitido por el hospital o clínica que atendió tu parto (original y copia), así como tu cédula original y copia para que sea registrado (con firma y sello del IESS).*
- *Para recibir el pago del subsidio por maternidad, es necesario que tu cuenta bancaria esté registrada en la páginas web del IESS, para que se pueda realizar la transferencia del pago.*
- *Recuerda que para contar con el subsidio por maternidad, debes acreditar 12 meses de aportaciones anteriores al parto.*
- *Durante los 84 días, la fundación cubre el 25% de tu sueldo y el 75% restante será acreditado por el IESS, a través de transferencia bancaria.*
- *El IESS toma como referencia de pago los ingresos del mes anterior al parto.*
- *Realiza la revisión del estado del pago en la página del IESS **ww.iess.gob.ec**, ingresando con tu clave personal, en afiliados y subsidio monetario. Aquí encontrarás el detalle de tu subsidio, con fechas de pagos y montos.*



BENEFICIOS POR PATERNIDAD

LICENCIA POR PATERNIDAD

- *La ley indica que el padre tendrá derecho a licencia por paternidad de 15 días, posterior al nacimiento de su hijo o hija, hasta 20 días en caso de parto por cesárea.*
- *Presenta en **Trabajo Social/Gestión Humana** los documentos habilitantes hasta 72 horas posteriores al inicio de la licencia.*
- *Al regreso de tu permiso por paternidad, entrega la copia de cédula o partida de nacimiento de tu bebé para la actualización de información de cargas familiares (lo más pronto posible).*

LICENCIA SIN SUELDO PARA EL CUIDADO DE LOS HIJOS

Consulta la página 21.



DESARROLLO PSICOMOTOR DEL BEBÉ POR MES



*Responde a los sonidos,
pues solo percibe sombras.
Duerme la mayor parte del día.*



*Llora de manera diferente
por hambre o incomodidad y
toma objetos voluntariamente.*



*Comienza a sonreír
y llora menos.
Aquí, suele mantener la
cabeza levantada al estar boca abajo.*



*Juega y experimenta.
Su vista es más aguda
y gusta de los colores.*



*Tiene más control sobre
los músculos de la espalda
y tronco.
Está más activo.*



*Se sienta fácilmente.
Articula sonidos e inicia
con movimientos de gateo.*



*Articula sonidos como papá o mamá.
Sus primeros dientes aparecen.*



Intenta ponerse de pie.



*Demuestra mayor emoción a través del habla.
Comprende palabras y órdenes sencillas.*



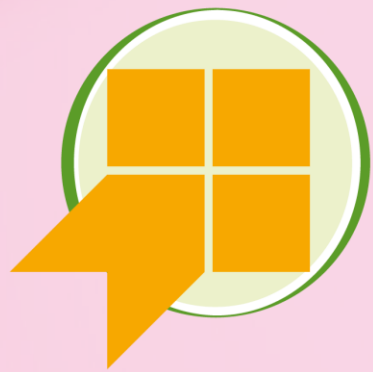
*Empieza a andar si se le sostiene de las manos.
Repite palabras o sonidos sencillos.*



*Se pone de pie y se agacha para tomar objetos.
En su balbuceo se pueden entender algunas palabras.*



Combina sus pasos con movimientos de las manos.



FUNDACION

Tierra Nueva