



KIT DE HERRAMIENTAS: Elementos básicos

para una guardería de niños con alimentación favorable a la lactancia

Snohomish County Health Department • Entorno de alimentación favorable a la lactancia (LFE)

INTRODUCCIÓN

Para los efectos de este documento, utilizaremos los términos lactancia, **alimentar por lactancia, y leche humana**. Reconocemos que existe una variedad de términos usados y diferentes formas de ofrecer leche extraída a los bebés y los niños pequeños. Deseamos ser inclusivos respecto a estas diferencias en este documento.

Si bien la leche humana es la nutrición ideal para los bebés, reconocemos que algunas familias han optado por ofrecer fórmula. La fórmula ha sido diseñada como un sustituto adecuado de la leche humana para aquellas personas que no pueden o han optado por no ofrecer leche humana.

TABLA DE CONTENIDO

1. [¿Qué es el Programa de entornos de alimentación favorables a la lactancia?](#)
2. ¿Cuáles son los criterios necesarios para obtener la certificación de Entorno de alimentación favorable a la lactancia?
3. ¿Cuáles son los criterios opcionales para obtener la certificación de Entorno de alimentación favorable a la lactancia?
4. ¿Cuál es el proceso para obtener la certificación de Entorno de alimentación favorable a la lactancia?
5. ¿Cuál es el proceso de renovación del programa de Entornos de alimentación favorables a la lactancia?
6. [Ensamblar](#)
7. [Construir](#)
8. [Continuar](#)



Introducción al entorno de alimentación favorable a la lactancia (LFE)

Reconocemos que una de las barreras que enfrentan las familias cuando regresan al trabajo es cómo continuar suministrando leche humana a su hijo. Entendiendo el valor de la leche humana para los niños pequeños, hemos creado un programa para reconocer a los centros de cuidado de niños que han tomado medidas específicas para hacer de su programa un entorno de alimentación favorable a la lactancia (LFE).

Este programa fue desarrollado por el Snohomish County Health Department en asociación con el WA State Department of Health, la Breastfeeding Coalition of WA y la participación de Public Health—Seattle & King County.

¿Qué es una guardería de niños con entorno de alimentación favorable a la lactancia (LFE)?

Un programa de guarderías de niños con LFE trabaja para promover, proteger y apoyar la lactancia para las familias y el personal. Entienden y valoran la importancia de la leche humana y que muchas familias desean seguir ofreciendo leche humana a sus hijos después de regresar al trabajo. El programa de guarderías de niños con LFE proporciona un entorno seguro y acogedor para todas las familias, así como para su personal.

Cómo convertirse en un Programa de guarderías de niños con Entorno favorable a la lactancia (LFE)

Queremos asegurarnos de que su personal esté capacitado para apoyar a los bebés, a los niños pequeños y a sus familias. Proporcionamos asistencia, incluido un kit de herramientas, sobre lo que su centro de cuidado de niños necesita para ser reconocido como un programa LFE. El kit de herramientas incluye cómo desarrollar una política sobre la lactancia y la alimentación de niños, el almacenamiento y la manipulación de leche humana y cómo crear un entorno cómodo para que las familias y el personal puedan alimentar por lactancia o extraer leche. Una vez que una guardería complete los pasos establecidos en el kit de herramientas, recibirá una designación LFE.

¿Por qué mi centro u hogar debería promover un Entorno de alimentación favorable a la lactancia (LFE)?

Los proveedores de cuidado de niños pueden jugar un papel crucial para ayudar a eliminar las barreras para las familias que desean seguir alimentando por lactancia y extrayendo leche humana después de regresar al trabajo. Regresar al trabajo puede ser increíblemente estresante, ya que un padre/una madre está tratando de descubrir cómo mantener un suministro fuerte de leche que le permita continuar alimentando por lactancia.

Todas las familias y su personal se beneficiarán de un Entorno de alimentación favorable a la lactancia y acogedor, incluso los niños que se alimentan exclusivamente con fórmula. Esto demuestra que usted se preocupa por apoyar las mejores prácticas de alimentación para los niños.

El apoyo para las guarderías de niños alienta a las familias y al personal a seguir ofreciendo los beneficios vitales de la leche humana, que está especialmente diseñada para satisfacer las necesidades ideales de nutrición y del sistema inmunológico de su hijo. La leche humana es la fuente ideal de nutrición para los niños y los protege al ayudar a disminuir el riesgo de infecciones, síndrome de muerte súbita del lactante, obesidad, alergias, estreñimiento y diarrea.

Proporcionar leche humana también ayuda a su centro/hogar financieramente, ya que la leche humana es reembolsable por CACFP (Programa de alimentos para guarderías de niños y de adultos).

La designación de Alimentación favorable a la lactancia se puede utilizar para promocionar su centro o su hogar como un entorno acogedor que apoya las mejores prácticas de alimentación. Su centro/hogar puede aparecer en el sitio web del Snohomish County Health Department como un programa LFE.

ENSAMBLAR



1. Establezca una política que defina su compromiso de apoyar tanto a las familias como al personal que alimenta por lactancia, que incluya sus prácticas y procedimientos de alimentación.

La Guardería de niños tendrá una política por escrito que refleje su apoyo y compromiso de ser favorable a la lactancia. El objetivo de esta política es asegurar la coherencia entre el personal para crear una atmósfera en la que las familias y el personal puedan alimentar a su(s) hijo(s) o extraer leche humana de manera cómoda y segura. También puede crear una atmósfera de confianza al saber que el personal está capacitado para manipular y almacenar la leche humana de forma segura.

Como mínimo:

- 1. Una política por escrito para las familias y el personal que incluya lo siguiente:**
 - Todo el personal, al ser contratado, recibe educación sobre los beneficios de la lactancia y la política de la guardería de niños que refleja el apoyo y el compromiso de ser favorable a la lactancia.
 - Desarrollo profesional para todo el personal que cuida a niños de 0 a 3 años, incluido el director del programa, sobre los beneficios de la leche humana, incluido el almacenamiento y la manipulación adecuados, las señales de alimentación de los niños y la interacción entre padres e hijos durante la alimentación.
 - Proporcionar un espacio limpio y cómodo para que el personal y las familias alimenten, alimenten por lactancia o extraigan leche humana. Tener planes de alimentación individualizados que incluyan una alimentación a ritmo, reconocer las señales de hambre y coordinar las alimentaciones para satisfacer las necesidades de la familia.
 - Almacenar y etiquetar en forma adecuada la leche humana extraída.
- 2. La política se revisa anualmente y se actualiza para incorporar nuevas investigaciones y prácticas basadas en evidencia.**

3. El personal que trabaja con niños de 0 a 3 años renovará su capacitación de desarrollo profesional sobre alimentación de niños cada tres años.
4. Debe haber una declaración clara de que su centro da la bienvenida y apoya a las familias que desean seguir ofreciendo leche humana a sus hijos durante el tiempo que deseen.
5. A las familias inscritas se les proporciona una copia de la política y se les informa que el personal está comprometido a apoyar sus metas de alimentación.
6. Todos los padres, si es posible, están incluidos en las charlas sobre lactancia y alimentación.

Ejemplos de políticas

[Plantilla de ejemplo de política del condado de Snohomish](#)

[Carolina Global Breastfeeding Institute \(archivo PDF\)](#)

[Ejemplo de política de Fargo, North Dakota \(archivo PDF\)](#)

2. Proporcione un espacio limpio, cómodo y privado para la alimentación o la extracción de leche humana.



Disponer de un espacio para las familias y el personal que sea cómodo e higiénico para alimentar por lactancia o para extraer leche es todo lo que se necesita para ayudar a las familias a adaptarse a tener los niños bajo su cuidado, así como para apoyar sus metas de alimentación.

También es uno de los nuevos requisitos de los Estándares de calidad fundamentales para el aprendizaje temprano ([WAC 110-330](#)).

Si bien tener una habitación independiente para alimentar a los niños o para extraer leche humana es agradable, ciertamente no es necesario. El espacio debe contener, o debe tener fácil acceso a, un fregadero y un refrigerador. Este espacio puede ser una habitación separada

o una sección de una habitación oculta a la vista por una pared, por una pantalla o por estantes. Debe tener una silla cómoda, una mesa para un extractor de leche y una toma de corriente. Otras comodidades podrían incluir una almohada o un cojín lavable, un taburete, una lámpara de luz baja, un lugar para exhibir una foto del bebé y materiales de lectura adecuados. El personal debe estar capacitado para mostrarles a las familias dónde pueden ir para alimentar o extraer leche.

Se debe informar a los padres que pueden optar por alimentar por lactancia a sus bebés en el espacio de cuidado de niños si se sienten cómodos haciéndolo. Esto podría normalizar la alimentación por lactancia para los demás niños y posiblemente para otros padres.

[WAC 110-300-0285](#)

NOTA: un baño NO se considera un espacio aceptable ni sanitario según [RCW 43.10.005](#).

CONSTRUIR



1. Capacite a todo el personal que trabaja con bebés, niños pequeños y niños.

Comunique a todo el personal que trabaja en el centro de cuidado de niños el compromiso del centro de ser un ambiente acogedor y favorable a la lactancia.

Asegúrese de que todo el personal que trabaja con bebés, niños pequeños y niños, incluido el director, esté capacitado en las habilidades para apoyar y promover la alimentación con leche humana.

Como mínimo, esto incluye lo siguiente:

Todo el personal, incluidos los sustitutos y el director del programa, que trabaja con bebés, niños pequeños y niños:

- Debe haber sido informado sobre la política de lactancia/leche humana del centro y sobre el compromiso de ser un entorno favorable a la lactancia dentro de los 30 días posteriores a la contratación
- Las capacitaciones requeridas, incluidos los temas a continuación, deben completarse dentro de los 90 días posteriores a la contratación.
- Desarrollo profesional en la promoción y el apoyo de la oferta de leche humana y de lactancia:
- Beneficios de la lactancia y la leche humana para la madre y el bebé
- Beneficios de apoyar el uso de leche humana para los programas de Aprendizaje temprano y CACFP
- Cómo promover la lactancia y apoyar a las familias que alimentan por lactancia
- Cómo apoyar al personal de lactancia
- Señales de alimentación del bebé
- Almacenamiento y manipulación adecuados de la leche humana

- Cómo alimentar con biberón a un bebé alimentado por lactancia
- Cómo desarrollar un plan de alimentación
- Recursos que apoyan la lactancia
- Política del programa de promoción y apoyo a la lactancia, así como de alimentación con leche humana
- Cómo proporcionar un área apropiada para la extracción y la alimentación con leche humana

Todo el personal, incluidos los sustitutos y el director del programa, que atiende a niños de 0 a 3 años, deben volver a tomar las capacitaciones con los criterios anteriores cada 3 años.

Recursos aprobados para la capacitación:

UW Nourish Active Early Learning Healthy Kids, Healthy Future Breastfeeding Support Healthy Kids, Healthy Future: Breastfeeding Support (thinkific.com)

[Los cursos LMS del Snohomish County Health Department](#) son gratuitos y ofrecen créditos de 2 STAR.

2. Establezca un plan de alimentación para cada niño.

[WAC 110-300-0285](#): La guardería de niños debe proporcionar un plan para cada niño.

[WAC 110-300-0190](#): Alimentos proporcionados por el padre/la madre o el tutor y planes de alimentación por escrito.

El proveedor y el padre/la madre o el tutor del niño deben desarrollar un plan de alimentación por escrito, que debe ser firmado por todas las partes y seguido.

Ejemplos de planes de alimentación

[Grupo de trabajo sobre lactancia de Nuevo México: Ejemplo de plan de alimentación de niños](#)

[Plan de alimentación de Snohomish County Health Department](#)

3. Eduque a las familias nuevas y existentes sobre sus prácticas y su política de alimentación con leche humana.

- Proporcione a las familias su política por escrito para promover y apoyar la lactancia, así como el uso de leche humana, incluidas las guías de alimentación y de almacenamiento de la leche.
- Comparta la información sobre las prácticas de capacitación del personal.

- Para muchas familias, el regreso al trabajo y la separación de su bebé pueden hacer que sea un desafío continuar alimentando por lactancia u ofreciendo leche extraída. Cuando los centros de cuidado de niños brindan apoyo y estímulo a los padres que alimentan por lactancia, puede ser más fácil que las familias continúen alimentando por lactancia a sus bebés.
- La educación podría incluir, pero no se limita a: información en un manual para padres o materiales de orientación; folletos que expliquen las políticas de alimentación de su hijo, guías para el almacenamiento y el etiquetado de la leche; e información verbal compartida durante un recorrido (por ejemplo, señalar dónde los padres pueden alimentar por lactancia cuando están en el centro o mostrar cómo se etiqueta la leche para cada niño).

Ejemplo de documentos de Carolina Global Breastfeeding Institute:

[Ejemplo de póster](#)

[Ejemplo de plan de alimentación de niños](#)

[Ejemplo de folleto “Lo que pueden hacer las mamás”](#)

4. Proporcione a las familias recursos de lactancia y alimentación de niños disponibles en la comunidad.

Es importante tener acceso a recursos para el apoyo a los participantes, las familias y los niños con la alimentación. Deberíamos poder ofrecer referencias y recursos de la comunidad a nuestros participantes. Recursos para capacitación, suministros y cómo encontrar respuestas a preguntas “típicas” o “generales” sobre lactancia y alimentación de niños con leche humana.

Recursos y materiales específicos del condado de Snohomish para familias:

[Guía de recursos de la Coalición de lactancia de Snohomish County](#)

[Guía de recursos de la Coalición de lactancia de King County](#)

[La Leche League of West Snohomish County](#)

[Providence Women’s & Children’s Health Services:](#) Clases prenatales, educación familiar, apoyo a la lactancia, depósito de leche materna, así como clases de Safe Kids y apoyo

[Swedish/Edmonds:](#) Apoyo a la lactancia y clases de lactancia

[EvergreenHealth,](#) Monroe: Apoyo a la lactancia y clases de lactancia

Recursos a nivel estatal:

[Coalición de lactancia de Washington](#): Proporciona información de contacto para coaliciones locales y regionales

[Recursos de WA State Department of Health](#)

[La Leche League of Washington](#)

[International Lactation Consultant Association](#)

CONTINUAR



1. Asegúrese de que toda la capacitación del personal relacionado con la lactancia continúe cada año.

- Importancia de la formación continua
 - El personal capacitado y al que se le recordó acerca de la importancia de los beneficios de la leche humana y la alimentación por lactancia de bebés y niños pequeños está mejor capacitado para apoyar a las familias a las que sirven con guías actualizadas y bien informadas.
 - El personal que recibe capacitación continua en alimentación de bebés/niños pequeños está mejor capacitado para responder a las señales de hambre de los bebés, comprende el valor de la alimentación a demanda y puede trabajar mejor con las familias para ayudar a desarrollar planes de alimentación individuales.
 - El personal que recibe revisiones anuales de las guías de seguridad en el almacenamiento y la manipulación de leche humana ayuda a asegurar que el centro esté siguiendo las guías recomendadas y a que las familias tengan la seguridad de que la leche humana que traen se manipula y se almacena correctamente.
- Dónde encontrar la información y los recursos más actualizados.
 - Clases y recursos de cuidado de niños de Snohomish County Health Department
 - [Recursos y servicios para proveedores de cuidado de niños](#)
 - [Lactancia](#)
 - Cursos de Nourished and Active
 - [Nourished and Active en capacitaciones sobre aprendizaje temprano \(thinkific.com\)](#)
 - CDC
 - [Recomendaciones y beneficios | Nutrición | CDC](#)
 - [Guías y recomendaciones | Nutrición | DNPAO | CDC](#)

- Washington State Department of Health
 - [Lactancia y alimentación por lactancia](#)

2. Proporcione a los niños educación sobre alimentación favorable a la lactancia y oportunidades de juego.

A los niños se les brindarán oportunidades de experimentar una educación adecuada a su edad y un desarrollo favorable a la lactancia apropiado mientras estén bajo su cuidado. La educación se proporcionará a través de actividades grupales e involucrará muchas modalidades para apoyar el aprendizaje en el aula. Estas modalidades pueden incluir libros, títeres, muñecos para bebés de una amplia gama de razas y etnias, rompecabezas, cuentos y mucho más. La siguiente lista incluye libros y recursos que los proveedores pueden utilizar para brindar una educación apropiada para el desarrollo en el aula.

Lista de libros/recursos para proveedores

Libros con imágenes y para colorear que muestran a humanos y animales, especialmente mamíferos, alimentando a sus crías.

- [Libro para colorear Mom is Breastfeeding - Sopa de fideos](#)
- [Libro para colorear gratuito sobre lactancia para imprimir — Milkology®](#)
- Mama's Milk – de Michael Elsohn Ross
- We Like to Nurse – de Chia Martin
 - Su nueva edición del clásico de Hohm Press, We Like to Nurse, se presenta en idioma chino
- [Best Milk: Edición afroamericana](#)
- Breastmilk Makes My Tummy Yummy: Cecilia Moen
- The Wonders of Mother's Milk [Mishawn Purnell-O'Neal](#): un libro para niños multicultural
- Ziora's Quest: Mommy's Milk Rocks! – de Dr. Amaka Nnamani

Lecciones/actividades sobre las madres y los bebés animales y cómo se alimentan los bebés animales.

- Supermom and The World is Full of Babies! – de Mick Manning
- If My Mom Were a Platypus: Mammal Babies and Their Mothers – de Dia L. Michels
- Babies Nurse / Así se alimentan los bebés - de Phoebe Fox

- Lecciones básicas de alimentación por lactancia que incluyen la leche materna/humana y su importancia en el crecimiento y desarrollo del bebé: [Planes de lecciones para preescolar \(Florida Department of Health\)](#)

Otras ideas

- Charlas informales y prácticas sobre cómo se administra a los bebés del programa (u otros bebés humanos): leche de sus madres, fórmula, alimentos sólidos.
- Honestidad y apertura al responder preguntas y analizar la lactancia con niños mayores en el centro o en casa.
- Mantas de lactancia, así como, o en su lugar, biberones en el área de juego dramático.
- Invitaciones privadas a madres que alimentan por lactancia, incluido el personal, para alimentar por lactancia a sus bebés en el área de cuidado de niños si se sienten cómodas haciendo esto.

3. Exhiba imágenes y/o recursos relacionados con la lactancia que sean culturalmente apropiados.

Como proveedor de cuidado de niños, es importante crear un entorno que apoye y respete a todas las familias, incluidas aquellas que están alimentando por lactancia. Esto significa ser consciente de las diferentes normas y creencias culturales que rodean la lactancia y asegurar que cualquier imagen o recurso relacionado con la lactancia y la alimentación se exhiba claramente.

- A continuación se presentan algunas consideraciones que puede implementar en su guardería de niños:
- Respete las creencias y los valores maternos y familiares relacionados con la lactancia.
- Considere las creencias y las prácticas religiosas, culturales o personales, como la modestia, la privacidad o la preferencia por la fórmula.
- Considere las creencias y las prácticas culturales alrededor de la alimentación de bebés y niños pequeños, como las prácticas tradicionales de destete (culturas diferentes tienen edades diferentes para el destete).
- Exhiba imágenes que representen a familias de culturas y orígenes diferentes.



Shutterstock



Programa de USDA-WIC



Flickr / Marc-van-der-Chijs

- Proporcione recursos y apoyo para la lactancia en el idioma nativo de la familia cuando sea posible
 - [Recursos en idiomas extranjeros de UNICEF UK](#)
- Evite las imágenes o los mensajes que promuevan la alimentación con fórmula o con biberón en lugar de la lactancia

Recursos para proveedores:

[Recursos sobre lactancia](#) – Office on Women's Health

[Biblioteca de recursos para la lactancia](#) – CDC

[Biblioteca de recursos sobre sobrepeso y obesidad](#) – CDC

[Sensibilidad cultural para lograr mejores resultados en la lactancia](#) – The National Institute for Children's Health Quality

[Estrategias para promover y potenciar la lactancia con conciencia cultural](#) – Nebraska Extension (Universidad de Nebraska)

Recursos para familias:

[La Leche League International \(LLL!\)](#) : Una organización sin fines de lucro que brinda apoyo, información y recursos para madres que alimentan por lactancia

[Cómo alimentar por lactancia en casa, en el trabajo y en público](#) – Office on Women's Health

4. Conéctese con su coalición local de lactancia.

Al sumarse al esfuerzo por proteger, promover y apoyar la lactancia, habrá oportunidades de contribuir a la salud y al bienestar tanto de los niños como de las familias, así como de apoyar a una comunidad que trabaja para crear un entorno de apoyo a la lactancia, asegurando que las familias tengan los recursos que necesitan para alimentar por lactancia a sus bebés.

Acceso a una amplia red de recursos locales y estatales sobre lactancia: estos recursos pueden proporcionar información, orientación y asistencia valiosas con respecto a la lactancia/ extracción de leche humana.

Oportunidades para promover y establecer guías óptimas que respalden la extracción de la leche humana en los centros de cuidado de niños a través de la promoción y la implementación de las mejores prácticas para integrar eficazmente estos cambios en los entornos de cuidado de niños.

Recursos

[Coalición de lactancia de Snohomish County](#)

[Coalición de lactancia de Washington](#)