



PERÚ

Ministerio  
de Salud

Oficina General  
de Comunicaciones

DECENIO DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL PERÚ  
"Año de la consolidación del mar de Grau"

## SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA



Porque con leche materna  
nos protegemos de la anemia

## PLAN DE COMUNICACIONES 2016

## I. PRESENTACIÓN

La leche materna es el mejor alimento para el bebé, lo protege de enfermedades infecciosas, asegura su desarrollo (principalmente del sistema nervioso y del cerebro) y crecimiento óptimo, entre otros beneficios. Además, a largo plazo, potencia su capacidad de aprendizaje y rendimiento escolar.

En ese sentido, el Ministerio de Salud considera la lactancia materna como una práctica fundamental en la nutrición infantil. Con la finalidad de contribuir al desarrollo integral de las niñas y niños, el Comité Multisectorial de Promoción y Protección de la Lactancia Materna, destaca la importancia de la lactancia materna exclusiva desde la primera hora de vida hasta los 6 meses. Asimismo, para favorecer el crecimiento y desarrollo en esta etapa de vida, es imprescindible que en adelante se acompañe la leche materna con alimentación complementaria hasta los 24 meses de edad.

En el Perú, el amamantamiento es una práctica natural y culturalmente aceptada, por lo cual al año 2013, según ENDES, se registró un 72% de lactancia materna exclusiva, colocando al país en el primer puesto en la región de América Latina y El Caribe; sin embargo, cuando se analiza el comportamiento a lo largo de la línea del tiempo de tres indicadores claves a) inicio de la lactancia materna dentro de la primera hora de nacido(a) del niño(a), b) la lactancia materna exclusiva (LME) durante los primeros seis meses de vida y c) la lactancia materna complementaria; se evidencian escasos avances.

La Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES 2014) indica que el inicio de la lactancia materna dentro de la primera hora de nacido del niño(a) ha ido fluctuando entre 44% y 55.1% en más de una década, entre 1996-2014. Si se relaciona con el aumento progresivo de las cesáreas (actualmente a 28.6%), se podría inferir su impacto en el desarrollo de la lactancia materna durante la primera hora.

Conocer la modalidad de parto institucional (natural o cesárea) es importante para deducir las posibilidades de ejercer la lactancia materna desde la primera hora de nacido del niño(a) porque en cuanto menos intervenido sea un parto mayores son las posibilidades de ejercer el amamantamiento de una forma adecuada y placentera para el niño(a) y la madre. Cabe señalar que según lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) no más del 10-15% de partos podrían requerir una cesárea; por tanto, el Perú excede el promedio establecido internacionalmente.

Asimismo, cuando se analiza el nivel de la lactancia materna exclusiva según el nivel educativo de la madre, vemos que es mayor en las mujeres sin nivel educativo o que tienen sólo primaria con un 79.8%, descendiendo en las mujeres con educación secundaria con 72.9% y, en las mujeres con educación superior con 52.5%. Por tanto, se da una relación inversa entre educación y lactancia materna, lo que conlleva a centrar nuestras acciones de información, educación y comunicación en las mujeres del área urbana, de la costa y, que tienen nivel educativo superior.

Por eso, el Ministerio de Salud plantea la Campaña de Comunicación "Somos Lecheros", con el propósito de promover la lactancia materna, dirigida a la población de las zonas urbanas del país.

## II. OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN

### a) Objetivo General

Contribuir al desarrollo integral de niños y niñas hasta los 24 meses, mediante la promoción y protección de la lactancia materna como práctica saludable, potenciando sus capacidades iniciales tanto físicas y cognitivas para su vida futura.

### b) Objetivos Específicos

- Brindar información a la gestante en momentos claves para la lactancia materna: embarazo, parto y puerperio y la atención de salud infantil con el fin de reforzar su decisión para el amamantamiento.
- Fortalecer los derechos de la madre y su familia de exigir en todo establecimiento de salud el contacto piel a piel y el inicio de la lactancia materna en la primera hora de vida y el alojamiento conjunto, derechos normados en el Reglamento de Alimentación Infantil.
- Comprometer a las empresas públicas y privadas a incentivar la lactancia materna entre sus trabajadores, tanto mujeres como varones.
- Sensibilizar e informar a padres, madres de familia y cuidadores de niños sobre lactancia materna exclusiva, alimentación complementaria, suplementación y lavado de manos.
- Realizar alianzas estratégicas con organismos afines para sensibilizar a sus funcionarios en la importancia de la promoción de la lactancia materna.

## III. BASE LEGAL

- Ley N° 29896, Ley que establece la implementación de los lactarios en las instituciones del sector público y del sector privado.
- Decreto Supremo N° 009-2006-SA, que aprobó el Reglamento de Alimentación Infantil.
- Decreto Supremo N° 018-2008-SA, que aprobó la creación de la Comisión Multisectorial de Promoción y Protección de la Lactancia Materna.
- Decreto Supremo N° 001-2016-MIMP, que reglamenta la Ley que establece la implementación de los lactarios en las instituciones del sector público y del sector privado.
- Resoluciones Ministeriales N° 0103-93-SM/DM y N° 240-2000-SA/DM, que establecen la declaración de la “Semana de la Lactancia Materna en el Perú”.
- Resolución Ministerial N° 126-2004/MINSA, que aprobó la Norma Técnica N° 006-MINSA-INS-V.01 “Lineamientos de Nutrición Materna”.
- Resolución Ministerial N° 610-2004/MINSA, que aprobó la Norma Técnica N° 010-MINSA-INS-V.01 “Lineamientos de Nutrición Infantil”.
- Resolución Ministerial N° 933-2005/MINSA, que establece la conformación del Comité Técnico Institucional para la Promoción y Protección de la Lactancia Materna.
- Resolución Ministerial N° 615-2010/MINSA, que aprobó la Directiva Sanitaria N° 035-MINSA/DGPS-V.01 “Promoción de la Semana de la Lactancia Materna en el Perú”.

- Resolución Ministerial N° 827-2013-MINSA, que aprobó la Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de Salud Materna
- Resolución Ministerial N° 828-2013/MINSA, que aprueba la NTS N° 106-MINSA/DGSPV.01 "Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de Salud Neonatal".
- Resolución Ministerial N° 258-2014/MINSA, que aprobó el Plan Nacional para la reducción de la desnutrición crónica infantil y la prevención de la anemia en el país, período 2014 — 2016
- Resolución Ministerial N° 260-2014/MINSA, que aprobó la Guía técnica de implementación de grupos de apoyo comunal para promover y proteger la lactancia materna exitosa.
- Resolución Ministerial N° 609-2014/MINSA, que aprobó Directiva Administrativa N°201-MINSA/DGSP-V.01- Directiva Administrativa para la certificación de establecimientos de salud amigos de la madre, la niña y el niño
- Resolución Ministerial 286-2015/MINSA, que modifica el documento técnico: Plan Nacional "Bienvenidos a la Vida "en el Marco de las acciones de fortalecimiento para la reducción de la morbilidad neonatal en el Perú, 2015-2016/MINSA
- Resolución Ministerial N° 460-2015/MINSA, que aprobó la Guía Técnica: Consejería nutricional en el marco de la atención integral de salud de la gestante y puérpera
- Resolución Ministerial N° 055-2016/MINSA, que aprobó la Directiva Sanitaria prevención de anemia mediante la suplementación con micronutrientes y hierro en niñas y niños menores de 36 meses
- Resolución Ministerial N° 462-2015/MINSA, que aprobó la Guía técnica para la consejería en lactancia materna
- Resolución Ministerial N° 353-2016/MINSA, que incorpora a la Directiva Administrativa W 201-MINSNDGSP-V.01 Directiva Administrativa para la Certificación de Establecimientos de Salud Amigos de la Madre, la Niña y el Niño, aprobada por Resolución Ministerial W 609-2014/MINSA, los Anexos 5; 5A; 5B; 6; 6A; 6B; 6C; 6D; 6E; 6F; 6G; 7; 7A; 7B; y, 7C

#### IV. AMBITO DE INTERVENCIÓN

La campaña se desarrollará a nivel nacional, priorizando escenarios de intervención según los públicos objetivos.

#### V. RECURSOS

##### 1.1 HUMANOS

- Oficina General de Comunicaciones (OGC):
- Comité Multisectorial de Promoción y Protección de la Lactancia Materna

##### 5.2 FINANCIEROS

Los recursos financieros para la realización de las actividades comunicacionales por la Semana Mundial de la Lactancia Materna deberán ser asumidos por la Oficina General de Comunicaciones, de acuerdo al POA 2016.

## VI. PÚBLICOS OBJETIVOS

- **Público principal:**  
Gestantes, Madres, padres y/o cuidadores de niños menores de 3 años a nivel nacional y de Lima Metropolitana.
- **Público Secundario:**
  - \* Personal de salud
  - \* IGSS
  - \* Direcciones de Salud (DISAs) y Direcciones Regionales de Salud (DIRESAs)
  - \* Gobierno Local y Regional
  - \* INS – CENAN
  - \* Medios de comunicación
- **Aliados:**
  - \* Periodistas y líderes de opinión
  - \* Instituciones públicas
  - \* OPS
  - \* ONG
  - \* Empresas privadas
  - \* Sociedad Civil

## VII. MENSAJES CLAVE

Lema: **SOMOS LECHEROS Porque con leche materna nos protegemos de la anemia**

Mensajes propuestos:

### Lactancia Materna Exclusiva

- ✓ Dale leche materna exclusiva hasta los 6 primeros meses de vida.
- ✓ La leche materna es el único alimento que asegura el desarrollo cerebral de tu niña o niño.
- ✓ La lactancia materna exclusiva previene las enfermedades en tu niña o niño.
- ✓ La Lactancia materna exclusiva brinda seguridad emocional y afectiva a tu niña o niño
- ✓ Tu bebé debe de lactar apenas nace (dentro de la primera hora) y además debe estar junto a ti las 24 horas hasta que te den de alta (alojamiento conjunto).
- ✓ En todas las etapas de la gestación (prenatal, parto y puerperio) te brindarán información sobre lactancia materna.

### Alimentación Complementaria

- ✓ Aliméntalo también con comidas espesas 5 veces al día a partir de los 6 meses y continúa con la leche materna.
- ✓ Todos los días agrega a sus dos comidas principales un alimento de origen animal rico en hierro.

**Otros mensajes relacionados a la técnica de la lactancia materna, los derechos laborales y otros definidos en coordinación con el Comité de Lactancia materna.**

## VIII. MATERIALES COMUNICACIONALES

Afiche "Beneficio de la lactancia materna para el bebé"

**Somos Lecher@s**

## Beneficios de la lactancia materna para el bebé

- Niños y niñas **más inteligentes**
- Contribuye al **desarrollo del habla**
- Disminuye enfermedades** crónicas y obesidad
- Bebés más **sanos y fuertes**
- Fortalece el **lazo madre - bebé**
- Protege** contra la anemia
- Reduce** el riesgo de infecciones y alergias

**La leche materna es irremplazable**

Para mayor información, llama gratis a **INFOSALUD 0800-10828**

## Díptico "Extracción y conservación de la leche materna"

### ¿Cómo se descongela y calienta la leche materna?

- Descongela la leche más antigua, al hacerlo, remuévela.
- Al descongelar la leche, úsala dentro de las 24 horas.
- Calienta la leche en "baño maría": introduce el recipiente en una olla con agua caliente para entibiarla.
- NO vuelvas a congelar la leche que el bebé dejó.



**i** Nunca la hiervas ni calientes directamente sobre el fuego o en horno microondas.

### ¿Cómo dar leche materna después de calentarla?

En casa, la persona encargada de cuidar a tu bebé (padre, abuelos, tíos u otro familiar) debe darle la leche usando una taza, vaso o cuchara. El bebé debe estar semisentado para que se alimente sin dificultad.

Ten en cuenta que el bebé menor de 4 meses empuja hacia afuera lo que toca con su lengua. Para que el bebé se alimente bien, evita que su lengua toque la cuchara o la taza.




**Conoce sobre la extracción y conservación de la leche materna**

**Somos Lecher@s**

**Porque con leche materna nos protegemos de la anemia**

Para mayor información, llama gratis a INFOSALUD 0800-10828

### Si trabajas fuera del hogar, también puedes dar leche materna

Acude al establecimiento de salud 15 días antes de volver al trabajo para que el personal te enseñe las técnicas de extracción y conservación de la leche y cómo dársela al bebé.



- Si en tu trabajo no hay un lactario, busca un lugar tranquilo y limpio donde puedas extraerte la leche.
- Lávate las manos con agua y jabón.
- Piensa en tu bebé, lleva fotos o una prenda; su aroma favorece la salida de leche.



-  Para estimular la bajada de la leche, hazte masajes alrededor del pecho, en forma circular.
-  Coloca la mano en forma de "C", aprieta tu pecho y empuja suavemente contra las costillas y luego hacia adelante.
-  Cuando salga la leche, deposítala en el recipiente.

**Recuerda:** La extracción no debe doler, pide ayuda si ocurre. Repite el procedimiento hasta que la leche vuelva a salir.

En una jornada de trabajo de 8 horas debes extraerte la leche tres veces como mínimo. La frecuencia con que te extraigas la leche dependerá de las necesidades de la madre y el bebé.

### Conservación de la leche materna



- Usa un recipiente limpio con tapa plástica y resistente al calor (frasco de vidrio).
- Etiqueta los recipientes con la fecha y hora de extracción.

**i** Guarda la leche en el recipiente a baja temperatura.

- En esta clase de refrigeradora la leche dura:**
  - 2 semanas en la congeladora
  - 8 días refrigerada
- En esta clase de refrigeradora la leche dura:**
  - 3 meses en la congeladora
  - 8 días refrigerada



Para trasladar la leche extraída hasta tu casa usa una heladera (cooler) o bolsa conservadora portátil.

## Díptico "Derechos laborales"

Si laboras bajo el régimen de Contrato Administrativo de Servicios (CAS), tienes derecho a recibir licencias con goce de haber por maternidad, paternidad y otros derechos a los que acceden trabajadores de los regímenes laborales generales.  
(Ley N° 29849, Art. 6, literal g)



Los trabajadores varones del sector público y privado que se convierten en padres, tienen derecho a licencia remunerada durante 4 días consecutivos desde el nacimiento del bebé, para acompañar a la mamá y al nuevo hijo o hija, fortaleciendo así los lazos familiares.  
(Ley N° 29409)

Son lecher@s los niñ@s más san@s, fuertes e inteligentes.  
Son lecheras las mujeres que trabajan y dan de lactar.

Y tú, ¿eres lecher@?

Conoce tus derechos laborales

SOMOS Lecher@s

Porque con leche materna nos protegemos de la anemia

Para mayor información, llama gratis a INFOSALUD 0800-10828

Como mujer trabajadora tienes derecho a disfrutar de tu maternidad, y tu bebé a recibir tu leche.

¿Cuáles son estos derechos?

• Descanso pre-natal y post-natal

Comprende 49 días de descanso pre-natal y 49 días de descanso post-natal. El descanso post-natal se extenderá 30 días adicionales si el nacimiento es múltiple. (Ley N° 27606 y Ley N° 30367)



• Permiso por lactancia materna



Cuando termines el periodo post-natal y regreses al trabajo, tienes derecho a una hora diaria de permiso durante tu jornada laboral para dar de lactar a tu hijo o hija, en casa, hasta que tenga 1 año de edad.

Si tu parto fue múltiple, a este permiso se incrementará una hora más por día.  
(Ley N° 28731)

El permiso por lactancia materna y el derecho al uso del lactario son derechos diferentes y complementarios.

• Protección a la madre contra el despido

Derecho a no ser despedida durante la gestación o dentro de los 90 días posteriores al nacimiento  
(Ley N° 30367).



• Disponer de un lactario institucional

Es tu derecho hacer uso de un ambiente privado y cómodo, donde puedas extraerte la leche y conservarla durante tu horario de trabajo.

En todo centro de labores público o privado donde haya como mínimo 20 mujeres entre 15 y 49 años de edad, debe implementarse un lactario. (Ley N° 29896 y D.S. N° 001-2016-MIMP)

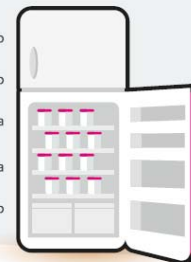
El tiempo de uso no podrá ser menor a 1 hora por día. No incluye el tiempo que demores desplazándote.



Serán reconocidas como *Instituciones Amigas de la Lactancia Materna* todos los centros laborales que tengan un lactario.

¿Qué características debe tener un lactario institucional?

- Contar con un área no menor de 10 mt<sup>2</sup>
- Disponer de una refrigeradora de uso exclusivo para la conservación de la leche materna extraída
- Ubicación accesible (de preferencia en el primer o segundo piso)
- Lavabo propio o dispensador de agua potable para el lavado de manos
- Contar con sillas y mesas que brinden comodidad a las usuarias
- Es un ambiente privado, no debe ser compartido con otras áreas o servicios



Son lecheros los centros de labores que apoyan la lactancia materna



## Infografía "Derechos laborales"

**Puntos claves para el profesional de salud en lactancia materna**

**durante la atención prenatal**

- Promueve una alimentación balanceada y saludable
- Prepara a la gestante psicológicamente para la lactancia
- Promueve los diálogos verbales con el bebé que está por nacer
- Explica los cambios en las mamas
- **MITOS: no tengo leche.** Identifica los posibles riesgos para el fracaso de la lactancia materna
- Enseña las técnicas de amamantamiento

La leche materna hace que el mundo sea más sano, más inteligente y tenga más igualdad

**durante la atención del parto y el puerperio**

- Brinda apoyo emocional
- Permite la presencia de la pareja, familiar o persona de confianza de la gestante durante el trabajo de parto
- Coloca al bebé piel a piel con su madre
- Mantén a la madre y a su bebé juntos día y noche hasta el alta (alojamiento conjunto)
- Brinda información sobre las ventajas de mantener la lactancia materna exclusiva hasta los seis (6) meses y los riesgos de no hacerla
- Brinda una explicación sencilla sobre las ventajas del calostro
- Cómo interpretar el llanto del bebé

**durante la atención infantil brinda información sobre:**

- Alimentación de la madre que da de lactar
- Los beneficios de la lactancia materna
- Los derechos laborales relacionados a la lactancia materna
- ¿Qué hacer en caso de separación madre bebé?

**Somos Lecher@s**

Porque con leche materna nos protegemos de la anemia

INFOSALUD: ☎ 0800-10828  
Línea gratuita las 24 horas

## IX. ESTRATEGIAS

**Actividad pública masiva:** en coordinación con el Instituto de Gestión de Servicios de Salud (IGSS), se propone dos actividades públicas masivas para madres que dan de lactar. Además, la inauguración de un lactario institucional.

**Prensa:** entrevistas, notas de prensa, plan de medios.

**Redes sociales y web 2.0:** difusión de mensajes en las cuentas de Facebook, Twitter y el canal de YouTube del MINSA. Además, se publicará un especial sobre el tema en el portal institucional y se actualizará la misma con notas de prensa relacionadas al tema.

**Producción de materiales comunicacionales:** elaboración de material informativo y merchandising para madres que dan de lactar y lactarios.

**Producción audiovisual:** elaboración de videos con testimonios de madres, personal de salud y encargados de lactarios a favor de la lactancia materna.

**Abogacía:** espacio de sensibilización para la difusión de los mensajes clave de la promoción de la Lactancia Materna a través de los canales de las instituciones aliadas.

## X. ACTIVIDADES

### 1 Lanzamiento de la semana de la lactancia materna: TETATÓN

**Fecha:** Lunes 22 de agosto

**Lugar:** Instituto Nacional Materno Perinatal (ex Maternidad de Lima)

**Descripción de la actividad:**

Con la finalidad de promover la extracción y conservación de la leche materna, la TETATÓN premiará a las madres que realicen esta práctica a través de un concurso que se realizará esa fecha. Para ello, y en coordinación con el Instituto Nacional Materno Perinatal (ex Maternidad de Lima) se definirá la locación apropiada, la dinámica del concurso y la premiación a las concursantes.

Dicha actividad contará con la presencia de madres que dan de lactar con sus bebés, las que compartirán su experiencia sobre los beneficios de la lactancia materna. Del mismo modo, un personaje público (madre que da de lactar) dará su testimonio sobre la importancia de la lactancia materna.

Propuesta de personaje público (madre que da de lactar):

**Perla Berrios.** Periodista

**Claudia Portocarrero.** Modelo

**Karla Tarazona.** Actriz

Además, se realizará un reconocimiento a cinco Hospitales y Centros materno infantil que se encuentren en proceso de implementación de la Directiva Administrativa de Certificación de establecimientos de salud Amigos de la Madre, la Niña y el Niño (Diez pasos de la lactancia materna exitosa, Reglamento de Alimentación Infantil, implementación de lactario). Este reconocimiento será a través de una Resolución Ministerial a los Comités de Lactancia de las instituciones, la misma que estará a cargo de la Dirección General de Promoción de la Salud y Gestión Territorial en Salud.

### 2 Inauguración de lactario institucional

**Fecha:** Martes 23 de agosto

**Lugar:** Centro de Salud El Progreso-Centro Materno Infantil (R.S. Túpac Amaru - Comas).

**Descripción de la actividad:**

La Red de Salud Túpac Amaru inaugurará el lactario institucional del mencionado centro de salud, que a la fecha ya cuenta con personal capacitado y consejeros en lactancia.

Para dar realce a este logro, la Dirección General de Promoción de la Salud y Gestión Territorial en Salud convocará a los representantes de la Comisión Multisectorial de Lactarios, conformado por el MIMP, MTPE, MINSA y Servir.

### 3 Concurso Bebé Mamoncito 2016

**Fecha:** Viernes 26 de agosto

**Lugar:** INSN – San Borja (Por confirmar)

**Descripción de la actividad:**

En coordinación con el Instituto de Gestión de Servicios en Salud (IGSS), se organizará este tradicional concurso que para el presente año tendrá cuatro categorías:

- Bebés de 0 a 6 meses
- Bebés de 0 a 6 meses prematuros
- Bebés de 6 meses a 1 año
- Bebés de 1 a 2 años

En cada categoría se premiará a la mamá y al bebé. Para ello, el IGSS ha gestionado premios con empresas aliadas teniendo especial cuidado en no incurrir en conflicto de intereses ni ir en contra de las prácticas saludables promovidas por el Ministerio de Salud.

Por su parte, el MINSa deberá hacer las coordinaciones para el préstamo de las instalaciones del INSN – SB y la logística para el desarrollo de esta actividad (toldo, mesas, sillas, etc.).

### 4 Publicaciones diarias en redes sociales y web 2.0

**Fecha:** Durante agosto 2016

**Descripción:** Se difundirán mensajes relacionados a la promoción de la lactancia materna, así como las actividades organizadas por el sector salud en el marco de esta efeméride.

La difusión se realizará a través de Facebook (post, fotos, videos, diseños, animaciones, etc.), Twitter (tweets, fotos, videos, diseños, animaciones, etc.), You Tube (videos). Además, se publicará un especial web en el portal institucional.

### 5 Producción de videos

**Fecha:** Durante agosto 2016

**Descripción:** Se trabajarán diversos videos, en coordinación con el área de audiovisuales, para difundir los mensajes clave de la promoción de la lactancia materna. Así, se realizará uno con madres que dan de lactar, encargados de lactarios, derechos laborales, técnica de la lactancia materna, beneficios de la lactancia materna, etc.

### 6 Producción de material comunicacional

**Fecha:** Durante agosto 2016

**Descripción:** Se propone el diseño y elaboración de los siguientes materiales: afiche, díptico, banner roller, banderola, etc.

## XI. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	FECHA	LUGAR
TETATÓN	Lunes 22 de agosto	Instituto Nacional Materno Perinatal (ex Maternidad de Lima)
Inauguración de lactario institucional	Martes 23 de agosto	Centro de Salud El Progreso-Centro Materno Infantil (R.S. Túpac Amaru - Comas)
Concurso Bebé Mamoncito	Viernes 26 de agosto	INSN – SB (Por confirmar)
Difusión en medios de comunicación y ejecución del plan de medios	Durante agosto	MINSA
Difusión en redes sociales y web 2.0	Durante agosto	MINSA
Producción de videos	Durante agosto	MINSA

## XII. MONITOREO Y EVALUACIÓN

La Oficina General de Comunicaciones, en su calidad de organizador de las actividades, monitoreará constantemente el desarrollo de las mismas. Al finalizar la ejecución de las actividades se remitirá un informe detallado, que incluirá las evidencias gráficas y resultados obtenidos.