



PRODUCTOS 2, 3 Y 4

CON22-00018075

Creado por: CCK Centroamérica

17 AGOSTO



TABLA DE CONTENIDO

ENTREGABLES 2, 3 Y 4 CON22-00018075	4
Objetivo general de la contratación	4
Objetivos específicos de la contratación relacionados con diagnóstico	4
PROPUESTA METODOLÓGICA	5
Consulta cuantitativa	5
• Objetivo	5
Consulta cualitativa	6
• Objetivo	6
PRODUCTO 2: DIAGNÓSTICO SITUACIONAL	7
Resultado de Desk Research en relación con la alimentación en los primeros mil días	8
Resultado de Desk Research en relación con la legislación vigente	10
• Marco legal de funcionamiento de la DNCC	10
• Legislación y/o normativa en relación con la maternidad	15
• Legislación y/o normativa en relación con el periodo de lactancia	23
• Legislación y/o normativa para la alimentación complementaria para el niño o niña desde los 0 meses a los 2 años	35

PRODUCTO 3: DIAGNÓSTICO DE COMUNICACIÓN	37
Análisis de iniciativas de comunicación	38
Análisis específico de afiches de lactancia	52
• Sobre el mensaje y contenido	53
• Apreciaciones generales	54
• Sobre aspectos gráficos	54
Consulta cuantitativa	56
• Consulta cuantitativa a madres beneficiarias	56
• Consulta cuantitativa a personal de CEN-CINAI	63
• Consulta cualitativa a madres beneficiarias (grupos focales)	79
PRODUCTO 4: REQUERIMIENTOS INFORMATIVOS Y CONCLUSIONES	83
Requerimientos informativos prioritarios	84
Hallazgos y conclusiones de las diferentes consultas, articulados por cada una de las etapas de la alimentación en los primeros 1000 días de vida	87
• Embarazo	87
• Lactancia materna	88
• Alimentación complementaria	89
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	91

ENTREGABLES 2, 3 Y 4

CON22-00018075

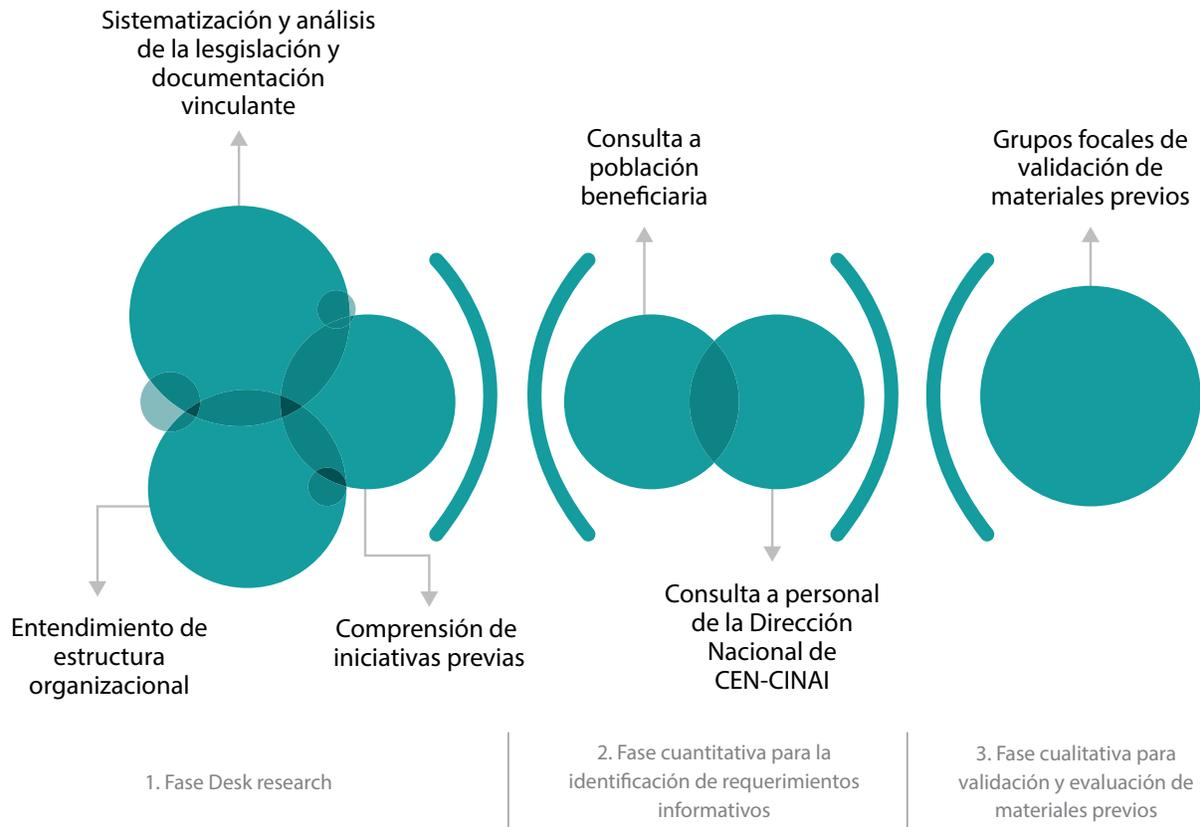
Objetivo general de la contratación

Elaborar una estrategia de comunicación para el periodo 2023-2028, orientada a promover la adecuada alimentación durante los primeros mil días de vida, que incluye la alimentación de la madre durante el embarazo y durante el periodo de la lactancia materna.

Objetivos específicos de la contratación relacionados con diagnóstico

- Sistematizar y analizar la legislación y documentación vinculante para Costa Rica con respecto a la alimentación en los primeros mil días de vida, incluyendo la alimentación de la madre durante el embarazo, así como la lactancia materna. Se realiza la investigación respectiva, además de los materiales suministrados.
- Analizar las iniciativas de comunicación, información y promoción de alimentación en los primeros mil días de vida y lactancia materna que han sido llevadas a cabo por la Dirección Nacional de CEN-CINAI en los últimos cuatro años.
- Determinar los principales requerimientos informativos sobre alimentación en los primeros mil días de vida y lactancia materna en las familias beneficiarias de los CEN-CINAI, así como los mecanismos más apropiados para comunicarse con esta población.
- Evaluar la efectividad de los materiales gráficos que fueron instalados en los CEN-CINAI durante el 2022 sobre lactancia materna.

PROPUESTA METODOLÓGICA



Consulta cuantitativa

» Objetivo

Determinar los principales requerimientos informativos sobre alimentación en los primeros mil días de vida y lactancia materna en las familias beneficiarias de los CEN-CINAI, así como los mecanismos más apropiados para comunicarse con esta población. Se realizaron consultas digitales a 1,184 madres beneficiarias.

01

Identificar las áreas temáticas de mayor interés para la población beneficiaria

02

Reconocer los principales requerimientos de información, según la propia percepción de las personas beneficiarias

03

Reconocer los principales requerimientos de información de la población beneficiaria, según la percepción del personal de los CEN--CINAI

Consulta cualitativa

» Objetivo

Evaluar la efectividad de los materiales gráficos que fueron instalados en los CEN-CINAI durante el 2022 sobre lactancia materna.

Comprender a mayor profundidad los principales requerimientos informativos de las personas beneficiarias.

GRUPOS FOCALES

- 7 grupos focales
- 1 por provincia



Producto 2:

**DIAGNÓSTICO
SITUACIONAL**

Resultado de Desk Research en relación con la alimentación en los primeros mil días

El documento “Guías alimentarias basadas en alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica”; elaborado por la Comisión Intersectorial de Guías Alimentarias, el comité técnico consultivo para la población en los primeros mil días de vida, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y Movimiento Scaling Up Nutrition; es la base de conocimiento que se usará en la estrategia de comunicación y, por tanto, también la que se establece como cimiento para el proceso de diagnóstico de comunicación.

Se establece como escenario ideal que las personas beneficiarias del sistema de CEN-CINAI cuenten con el conocimiento, actitud y comportamiento a partir de estos lineamientos.

EMBARAZO

- Por su salud y la de su bebé consuma alimentos frescos, naturales, variados y de producción local sin restringir ningún grupo de alimentos
- Por su salud y la de su bebé prefiera alimentos preparados en casa y evite comidas rápidas o alimentos con un alto contenido de sal, azúcar y grasas
- Por su salud y la de su bebé, durante el embarazo consuma los suplementos de hierro y de ácido fólico que dan en los servicios de salud

LACTANCIA MATERNA

- Brinde a su bebé lactancia materna exclusiva durante los primeros meses de vida
- Dar de mamar más allá de los seis meses brinda beneficios nutricionales y refuerza el sistema inmunológico de su bebé
- Amamante a su bebé cuando se lo pida y sin horarios establecidos durante todo el período de lactancia
- Cuando no pueda brindar el pecho, realice una correcta extracción y conservación de la leche, para ofrecerla posteriormente a su bebé
- Para que la lactancia sea confortable utilice técnicas y posiciones adecuadas
- Brinde a su bebé el suplemento de hierro que le receta el servicio de salud
- Colabore en todos los ámbitos para que el proceso de lactancia materna sea exitoso y la madre se sienta apoyada
- En lugares de trabajo y estudio apoye y facilite el proceso de lactancia

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

- Comience la alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad y no antes
- Brinde a su bebé desde los 6 meses una variedad de alimentos frescos y naturales, preparados en casa
- Realice una transición de texturas adecuada para la edad y madurez del bebé
- Inicie la alimentación complementaria con dos tiempos de comida y aumente progresivamente, hasta alcanzar al menos cinco tiempos de comida, al año de vida
- Genere un ambiente agradable, seguro y respetuoso para la alimentación del bebé,
- Aprenda a reconocer sus señales de hambre y saciedad
- Ofrezca a su bebé desde los 6 meses una alimentación variada que incluya alimentos potencialmente alérgenos para reducir el riesgo de alergias
- Desde los 6 meses de vida incluya una alimentación que contenga alimentos fuente de hierro
- No ofrezca leche de vaca ni cabra antes del año de vida

Resultado de Desk Research en relación con la legislación vigente

El siguiente apartado se dividirá en dos secciones: (1) un compilado de la legislación que funge como marco legal de funcionamiento de la Dirección Nacional de CEN-CINAI, donde se resaltarán puntos clave y (2) una sección enfocada en las leyes que impactan a las mujeres beneficiarias en tres etapas: embarazo, lactancia materna y alimentación complementaria.

» Marco legal de funcionamiento de la DNCC

Ley 8809 - Creación de la Dirección Nacional de CEN-CINAI Ley 8809	<p>Art 2. Fines: Proporcionar un marco legal para garantizar una mayor eficiencia y eficacia de las actividades de la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral. Garantizar la atención nutricional e integral de las personas usuarias del servicio de los CEN-CINAI, en forma continua y eficiente, satisfaciendo de esta manera la necesidad social de las personas usuarias.</p>
	<p>Art 4. Funciones: Contribuir a mejorar el estado nutricional de la población materno-infantil y el adecuado desarrollo de la niñez, que viven en condiciones de pobreza y/o riesgo social. Brindar al niño y a la niña en condición de pobreza y/o riesgo social, la oportunidad de permanecer en servicios de atención diaria de calidad, facilitando la incorporación de las personas responsables de su tutela al proceso productivo y educativo del país. Incorporar la participación organizada de las personas responsables de la tutela de la persona menor y de la comunidad en los procesos de análisis y toma de decisiones relacionados con la ejecución del programa.</p>
	<p>Decreto N° 37270 – S Reglamento Orgánico de la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición de Centros Infantiles de Atención Integral Decreto No.37270-S</p> <ul style="list-style-type: none"> • Punto 4 Que el artículo 51 de la Constitución Política establece que: “La familia, como elemento natural y fundamento de la sociedad, tiene derecho a la protección especial del Estado. Igualmente tendrán derecho a esa protección la madre, el niño, el anciano y el enfermo desvalido”. • Punto 5: Que la Ley No. 7739 de 6 de enero de 1998 “Código de la Niñez y la Adolescencia” establece la obligación general del Estado de adoptar las medidas administrativas, legislativas, presupuestarias y de cualquier índole, para garantizar la plena efectividad de los derechos fundamentales de las personas menores de edad.

- **Punto 7:**

Que la Ley No. 7907 del 3 de setiembre de 1999, "Protocolo Adicional a la Convención Americana sobre Derechos Humanos en Materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales: Protocolo de San Salvador", establece en el artículo 12, inciso 1) que toda persona tiene derecho a una nutrición adecuada que asegure la posibilidad de gozar del más alto nivel de desarrollo físico, emocional e intelectual y en el inciso 2) establece que con el objeto de hacer efectivo este derecho y erradicar la desnutrición, los Estados partes se comprometen a perfeccionar los métodos de producción, aprovisionamiento y distribución de alimentos." Además, en el artículo 10 se establece el derecho a la salud, entendida como el disfrute del más alto nivel del bienestar físico, mental y social, para hacer efectivo este derecho el estado se compromete a reconocer la salud como bien público. En el artículo 13 establece que: "Toda persona tiene derecho a la educación", para esto la educación deberá dirigirse hacia el pleno desarrollo de la personalidad humana y del sentido de su dignidad y deberá fortalecer el respeto por los derechos humanos.

- **Art 1:**

Beneficiarios:

- Mujeres embarazadas y en periodo de lactancia, que se benefician con acciones brindadas por la Dirección Nacional de CEN-CINAI.
- Familias de clientes y comunidad en general que se benefician con acciones brindadas por la Dirección Nacional de CEN-CINAI.

Clientes:

- Niños y niñas desde su gestación hasta menos de los 13 años de edad, en condición de pobreza y/o riesgo social y de salud, que reciben servicios de la Dirección Nacional de CEN-CINAI.

Desarrollo Infantil:

Proceso mediante el cual los niños y niñas desde su gestación hasta la adolescencia, en interacción con los determinantes culturales, ambientales y sociales desarrollan las capacidades perceptivas, emocionales, intelectuales y conductuales; necesarias para el desenvolvimiento físico y psicológico de su ser como integrante de la sociedad.

Estrategias de intervención:

Intramuros: Servicios de Alimentación Complementaria, Atención y Protección Infantil y Promoción del Crecimiento y Desarrollo, ofrecidos a clientes y beneficiarias en los establecimientos CEN, CINAI y CENCE.

Extramuros:

Servicios de Promoción del Crecimiento y Desarrollo que se brindan periódicamente fuera de los establecimientos CEN, CINAI, CENCE, a clientes, beneficiarias y beneficiarios en condición de pobreza y/o riesgo social donde los funcionarios y funcionarias, en un Centro de Distribución (CD) u otro espacio, actúan como articuladores y asesores con familia y comunidad, para acompañar el proceso de crianza y socialización de niños y niñas.

	<ul style="list-style-type: none"> • Art 2: Funciones: <ul style="list-style-type: none"> - Contribuir a mejorar el estado nutricional de la población materno-infantil y el adecuado desarrollo de la niñez, que viven en condiciones de pobreza y/o riesgo social. - Brindar al niño y a la niña en condición de pobreza y/o riesgo social, la oportunidad de permanecer en servicios de atención diaria de calidad, protección y promoción del crecimiento y desarrollo infantil, acompañando al grupo familiar en la tarea de crianza y socialización, así como favorecer la incorporación de las personas responsables de su tutela al proceso productivo y educativo del país. - Incorporar la participación organizada de las personas responsables de la tutela de la persona menor y de la comunidad en los procesos de análisis y toma de decisiones relacionados con la ejecución de las actividades de la Dirección Nacional de CEN-CINAI. <p>Objetivos Institucionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fortalecer la provisión de servicios de salud en nutrición y desarrollo infantil, por medio de la consolidación de un órgano adscrito al Ministerio de Salud. - Garantizar la atención nutricional e integral de las personas usuarias de los servicios de los CEN-CINAI, en forma continua, con eficiencia y eficacia, a través de las estrategias intra y extramuros. - Promover el crecimiento y desarrollo de la población menor de 13 años y garantizar la atención a mujeres embarazadas y en período de lactancia, en condición de pobreza y/o riesgo social, en alianza estratégica con el Estado, la familia y la comunidad. - Promover la participación social para fortalecer la provisión de servicios de salud en nutrición y desarrollo infantil. - Promover la participación social para fortalecer la provisión de servicios en nutrición y desarrollo para la población materno-infantil.
<p>Decreto N°39487 - Reglamento autónomo de servicio de la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral. Decreto No.39487</p>	<p>a. Art 5. Misión. Contribuir al bienestar actual y futuro de los niños y niñas, brindando servicios de salud en Atención y Protección Infantil, Nutrición Preventiva, y Promoción del Crecimiento y Desarrollo Infantil con calidad,</p> <p>b. Art 6. Visión. La Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral será una institución líder en la prestación de servicios de salud en nutrición y desarrollo infantil con equidad, según las necesidades de la niñez en Costa Rica.</p> <p>c. Art 7. Funciones. Contribuir a mejorar el estado nutricional de la población materno-infantil y el adecuado desarrollo de la niñez, que viven en condiciones de pobreza y/o riesgo social.</p>

	<p>d. Art 8. Objetivos Institucionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fortalecer la provisión de servicios de salud en nutrición y desarrollo infantil, por medio de la consolidación de un órgano adscrito al Ministerio de Salud. - Garantizar la atención nutricional e integral de las personas usuarias de los servicios de los CEN-CINAI, en forma continua, con eficiencia y eficacia, a través de las estrategias intra y extramuros. - Promover el crecimiento y desarrollo de la población hasta los doce años cumplidos y garantizar la atención a mujeres embarazadas y en período de lactancia, en condición de pobreza y/o riesgo social, en alianza estratégica con el Estado, la familia y la comunidad. - Promover la participación social para fortalecer la provisión de servicios de salud en nutrición y desarrollo infantil. <p>e. Art 9. Principios y deberes éticos de la función pública:</p> <p>El servicio público de la salud llevado a cabo en estricta observancia de dichos principios y deberes, contribuyen a promover el bienestar de la niñez mediante servicios de nutrición y desarrollo infantil, incorporando activa y responsablemente a las familias y comunidades para que a través de la adopción de valores, conocimientos, actitudes y prácticas que determinan la salud se establezcan mejores condiciones para la calidad de vida de la población infantil.</p> <p>f. Art 11. Valores institucionales:</p> <p>Sensibilidad social, Solidaridad, Equidad, Compromiso, Respeto y Efectividad.</p>
<p>Ley 6879 creando impuesto 1% Valor Aduanero Mercancías Importadas Ley 6879</p>	<p>Art 1:</p> <p>Reformarse los artículos 3º y 4º de la ley N° 6879 del 21 de julio de 1983 para que digan así:</p> <p>“Artículo 3º- Se establece un impuesto del uno por ciento (1%) sobre el valor aduanero de las mercancías importadas, que se deberá pagar en el momento de liquidarse la póliza correspondiente.</p> <p>Art 3:</p> <p>Adicionarse un nuevo artículo, que será el N° 11, a la ley N° 6879 del 21 de julio de 1983, corriéndose la numeración al efecto, cuyo texto será el siguiente:</p> <p>“Artículo 11.- Para los efectos de esta ley, el Poder Ejecutivo remitirá a la Asamblea Legislativa un presupuesto extraordinario para asignar los recursos provenientes de la misma que correspondan al Ministerio de Salud.”</p>
<p>Ley 8783 Reforma de la Ley de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares No. 5662 Ley 8783</p>	<p>Art 3:</p> <p>Con recursos del FODESAF se pagarán programas y servicios a las instituciones del Estado.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Al Ministerio de Salud, en sus programas de nutrición, por medio de la Oficina de Cooperación Internacional de la Salud (OCIS), se le destinará al menos un dos coma sesenta y dos por ciento (2,62%). <p>Art 18:</p> <p>El fondo establecido por esta Ley es patrimonio de todos los beneficiarios y en ningún caso ni para ningún efecto podrá ser destinado a otras finalidades que no sean las señaladas por esta Ley.</p>

<p>Decreto N° 35873-MTSS Reglamento a la Ley de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares Decreto No. 35873</p>	<p>IV. Que la Constitución Política en su artículo 19 reconoce que las personas extranjeras tienen los mismos deberes y derechos individuales y sociales que los costarricenses, con las excepciones y limitaciones que la propia Constitución y las Leyes establecen.</p> <p>VI. Que, considerando la normativa citada, es necesario modificar el artículo 3 del Decreto Ejecutivo No 35873-MTSS del 08 de febrero del 201 O, Reglamento a la Ley de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares, para incluir dentro del concepto de residentes legales a los refugiados.</p>
<p>Ley 9220 -Red Nacional de Cuido y Desarrollo Infantil Ley 9220</p>	<p>Art 1. Creación y finalidad: Se crea la Red Nacional de Cuido y Desarrollo Infantil (Redcudi), con la finalidad de establecer un sistema de cuidado y desarrollo infantil de acceso público, en materia de cuidado y desarrollo infantil, para fortalecer y ampliar las alternativas de atención infantil integral. Los servicios de la Red Nacional de Cuido y Desarrollo Infantil deberán entenderse como complementarios y no sustitutos de los servicios de educación preescolar prestados directamente por el Ministerio de Educación Pública.</p> <p>Art 2. Objetivos: Garantizar el derecho de todos los niños y las niñas, prioritariamente los de cero a seis años, a participar en programas de cuidado, en procura de su desarrollo integral, según las distintas necesidades y de conformidad con las diferentes modalidades de atención que requieran. Promover la corresponsabilidad social en el cuidado mediante la participación de los diversos sectores sociales. Articular los diferentes actores, alternativas y servicios de cuidado y desarrollo infantil. Procurar que los servicios de cuidado y desarrollo infantil permitan la inserción laboral y educativa de los padres y las madres.</p> <p>Art 4. Conformación: Los servicios de cuidado y desarrollo infantil que forman parte de la Redcudi serán aquellos prestados directamente por instituciones públicas: los centros de educación y nutrición y los centros infantiles de atención integral, de la Dirección Nacional de CEN-CINAI del Ministerio de Salud, y los centros de cuidado y desarrollo infantil gestionados por las municipalidades.</p> <p>Art 5: En lo que respecta al sector público, formarán parte de la red los siguientes entes, órganos e instituciones: -El Ministerio de Educación Pública. -El Patronato Nacional de la Infancia. -El Instituto Mixto de Ayuda Social. -El Ministerio de Salud. -La Caja Costarricense de Seguro Social. -El Instituto Nacional de Aprendizaje. -La Dirección Nacional de CEN-CINAI -Entre otros.</p>

Art 21. Declaratoria de Interés Público

Se declara de interés público la Red Nacional de Cuido y Desarrollo Infantil (Redcudi), como una actividad de bienestar social que articula las competencias públicas y el esfuerzo privado en procura de la atención, la educación y el cuidado de la población objetivo, así como la inserción y la estabilidad en el mercado laboral de las madres y los padres beneficiados.

» Legislación y/o normativa en relación con la maternidad

Legislación y/o normativa en relación con la gestación y embarazo		
Ley	Puntos Clave	Análisis
Ley General de Salud N°5395	<p>Art 12: Toda madre gestante tiene derecho a los servicios de información materno-infantil, al control médico durante su embarazo; a la atención médica del parto y a recibir alimentos para completar su dieta, o la del niño, durante el período de lactancia.</p> <p>Art 13:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los niños tienen derecho a que sus padres y el Estado velen por su salud y su desarrollo social, físico y psicológico. Por tanto, tendrán derecho a las prestaciones de salud estatales desde su nacimiento hasta la mayoría de edad. - Los niños que presenten discapacidades físicas, sensoriales, intelectuales y emocionales gozarán de servicios especializados. <p>Art 14: Es obligación de los padres cumplir con las instrucciones y controles médicos que se les imponga para velar por la salud de los menores a su cargo y serán responsables del uso de los alimentos que reciban como suplementos nutritivos de su dieta.</p>	<p>En el caso de la Ley General de Salud es importante que las madres embarazadas y con hijos conozcan y sepan que cuentan con derechos a los servicios de información y a los controles necesarios durante el embarazo y que además el Estado debe velar por la salud tanto de las madres gestantes como de sus hijos. Y que además estas madres deben seguir las indicaciones dadas por los médicos con el objetivo de velar por la salud de los menores. Todos estos son puntos que deben comunicarse a las madres embarazadas y con niños y niñas.</p>
Código de Trabajo	<p>Art 70: Queda prohibido: Exigir una prueba médica de embarazo para el ingreso o la permanencia en el trabajo.</p>	<p>Los artículos mencionados del código de trabajo son de gran relevancia, ya que muchas mujeres embarazadas no conocen sus derechos y deberes cuando se encuentran en período de embarazo y laboran para alguna empresa.</p>

Art 94:

- Queda prohibido a las personas empleadoras despedir a las trabajadoras en estado de embarazo o en periodo de lactancia, o bien, a las personas trabajadoras que gocen de las licencias específicas en el Art 95 de este Código salvo por causa justificada originada en falta grave a los deberes derivado del contrato. En caso de que la trabajadora incurra en falta grave, la persona empleadora deberá gestionar el despido ante la Dirección Nacional y la Inspección General de Trabajo, para lo cual deberá comprobar la falta.
- Para gozar de la protección que aquí se establece, la trabajadora deberá dar aviso de su estado de embarazo a la persona empleadora y podrá aportar certificación médica o constancia de la Caja Costarricense de Seguro Social. La persona empleadora deberá otorgarle a la trabajadora hasta un día de licencia con goce salarial para la obtención de esta.
- Una vez transcurrido el plazo de la licencia, la persona empleadora deberá brindar permiso con goce de salario para asistir a servicio médicos, tanto del niño o la niña recién nacido, como de la madre o persona encargada, así como para el resto de las constancias de lactancia en los centros de salud.

Art 94 bis:

La trabajadora embarazada o en período de lactancia, que fuera despedida en contravención con lo dispuesto en el artículo anterior, podrá gestionar ante el juzgado de trabajo su reinstalación inmediata, con pleno goce de todos sus derechos. La trabajadora podrá optar por la reinstalación o dar por terminado el contrato de trabajo con responsabilidad patronal. En todo caso el empleador o la empleadora deberán pagarle, además de la indemnización a que tenga derecho y en concepto de daños y perjuicios, las sumas correspondientes al subsidio de parto y postparto, y los salarios que hubiera dejado de percibir desde el momento del despido, hasta completar ocho meses de embarazo.

- Si se tratara de una trabajadora en periodo de lactancia, tendrá derecho, además de la cesantía, al concepto de daños y perjuicios causados, lo cual se fijará en sentencia.

Y es información que deberían tener a mano y ser del conocimiento de ellas, para que así sus derechos no sean atropellados. Dentro de los materiales que más adelante se propongan entregar sería relevante que incluyan esta información de manera precisa y que sea de fácil entendimiento para las mujeres embarazadas que trabajen fuera de sus hogares.

Ya que según el art 70 del código de trabajo no es permitido que a una mujer se le pida prueba de embarazo para ingresar a laborar algún establecimiento, además según el art 94 no se puede despedir a una mujer en estado de embarazo o en período de lactancia. Y el art 96 menciona que una vez finalizada la incapacidad por maternidad la madre podrá retomar sus labores en el puesto donde se encontraba.

	<p>Art 96:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dicho descanso puede abonarse a las vacaciones de ley pagando a la trabajadora su salario completo. Si se tratará de aborto no intencional o por causas biológicas y naturales, o de parto prematuro no viable, los descansos remunerados se reducirán a la mitad. - Una vez transcurrida la licencia, la incapacidad o el disfrute de vacaciones, la persona trabajadora volverá a su puesto y solo en caso de excepción, debidamente justificado, podrá ser ubicada en otro puesto equivalente en remuneración el cual guarde relación con sus aptitudes, capacidad y competencia 	
<p>Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (ONU, 1979)</p>	<p>Art 11: Prohibir, bajo pena de sanciones, el despido por motivo de embarazo o licencia de maternidad.</p> <p>Art 12: Los Estados Parte garantizarán a la mujer servicios apropiados en relación con el embarazo, el parto y el periodo posterior al parto, proporcionando servicios gratuitos cuando fuere necesario, y le asegurarán una nutrición adecuada durante el embarazo y la lactancia.</p>	<p>En la convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer cita en su art 11 que está prohibido, bajo pena de sanciones, despedir a una mujer por motivo de embarazo o licencia de maternidad, y esto es un derecho que todas las mujeres deberían conocer, para poder reclamarlo en caso de que se encuentren en una situación donde lo amerite. Además, también menciona en el art 12 que el Estado debe garantizar a la mujer todos aquellos servicios apropiados que estén relacionados al embarazo, el parto y el período posterior, con esto se refiere a los servicios gratuitos de salud, y el garantizarles a esas madres una nutrición adecuada tanto para el embarazo como para la lactancia.</p>
<p>Ley General de Protección a la Madre Adolescente</p>	<p>Art 4: Fines:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Propiciar y apoyar la participación comunal y adoptar las medidas necesarias para fortalecer la unión de las familias, a fin de atender a las madres adolescentes, tanto en el proceso anterior al parto como en el posterior, siempre que el embarazo no haya sido producto de una relación incestuosa. - Facilitar la incorporación de la madre adolescente al trabajo remunerado. - Recomendar la construcción de albergues temporales, para las madres adolescentes que no cuenten con el apoyo de sus familiares. 	<p>Las leyes creadas en beneficio de las adolescentes madres son de suma importancia, porque en este caso se trata de mujeres menores de edad, donde todavía están estudiando y lo que se propone en los artículos mencionados de la Ley General de Protección a la Madres Adolescente es precisamente brindarle apoyo a esas niñas y adolescentes, como lo menciona en el art 4, además en el art 9 menciona que en dicha ley se les otorga el beneficio de que en cualquier centro de salud se</p>

	<p>- Promover acciones para el fomento de la maternidad y paternidad responsables dirigidas a adolescentes en situación de riesgo.</p> <p>Art 9: Las clínicas de la Caja Costarricense de Seguro Social y los centros de salud, deberán:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaborar programas de atención integral para las madres adolescentes, con la supervisión del Consejo interinstitucional de atención a la madre adolescente, creado en esta ley. - Brindar asistencia gratuita, prenatal y posnatal, a las madres adolescentes. - Desarrollar programas de formación y orientación tendientes a sensibilizar a las madres adolescentes y sus familias acerca de las implicaciones de su maternidad. - Impartir cursos informativos de educación sexual dirigidos a las madres adolescentes, con el propósito de evitar la posibilidad de otro embarazo no planeado. - Brindarles a las madres adolescentes, por medio del servicio social, insumos importantes que les permitan criar y educar adecuadamente a sus hijos. <p>Art 12: La Caja Costarricense de Seguro Social dará atención médica gratuita a las madres adolescentes que la soliciten y a los hijos de ellas, aunque la adolescente no se encuentre afiliada; para tal efecto, dicha Institución deberá expedir un carné provisional de asegurada.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El Instituto Nacional de Aprendizaje financiará y ejecutará programas de capacitación técnico-laboral para las madres y las mujeres adolescentes en riesgo que sean mayores de quince años e impartirá cursos vocacionales dirigidos a ellas. - El Ministerio de Educación Pública brindará todas las facilidades requeridas con el propósito de que la madre adolescente complete el ciclo educativo básico. Para cumplir esta disposición, se les permitirá cursar estudios nocturnos o programas de bachillerato por madurez, sin tomar en cuenta la edad. - El Ministerio de Trabajo y Seguridad Social creará una bolsa de empleo especial para las madres adolescentes mayores de quince años. 	<p>le debe brindar la atención gratuita prenatal y posnatal, estos les brindan programas de sensibilización no solo a las adolescentes, sino que involucran a los familiares en donde hablan acerca de las implicaciones del embarazo.</p> <p>Todos esos beneficios que estas adolescentes madres tienen a la mano, muchas de ellas no los conocen y no saben que pueden tener apoyo de estas instituciones de gobierno. Por lo que buscar herramientas que permitan que dicha información se expanda y llegue a esa población es sumamente importante.</p> <p>Otro punto relevante es el que menciona en el art 12 y es el apoyo brindado por el Ministerio de Educación Pública quien tiene el deber de facilitar todo lo que la adolescente madre requiera para continuar con sus estudios, el INA también brinda financiamiento y ejecuta programas de capacitación técnico-laboral dirigido a esta población. Además, esta ley busca que aquellas adolescentes madres en condición de pobreza reciban ayuda económica. Cada una de estas implicaciones son relevantes para dicha población y debe buscarse el canal de comunicación adecuado para impactar a las adolescentes madres.</p>
--	--	--

	<p>-El Instituto Mixto de Ayuda Social brindará un incentivo económico a las madres adolescentes en condición de pobreza participantes en los programas de fortalecimiento personal y capacitación técnico-laboral impartidos por las instituciones competentes.</p> <p>-El Instituto Nacional de las Mujeres será el encargado de la orientación, el seguimiento y la evaluación técnica de los programas dirigidos a las madres adolescentes e impulsará políticas públicas para la igualdad y equidad de género dirigidas a la población adolescente en general.</p>	
<p>Norma Institucional e intersectorial para la prevención y atención del embarazo en la adolescencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 8.2.6: El PANI, en conjunto con el MEP y FONABE deben articular esfuerzos para el estudio, seguimiento de las (os) adolescentes madres y padres para prevenir la deserción escolar durante todo el periodo lectivo. Debe darse prioridad, para la asignación de becas, a la población adolescente embarazada, madres y padres adolescentes. • 8.2.7: El PANI de acuerdo con sus procedimientos, debe tomar medidas para que las adolescentes embarazadas o madres en riesgo que no tengan apoyo familiar cuenten con opciones alternativas. • 8.2.9: El PANI debe propiciar y poner en agenda el tema de adolescentes en condición de embarazo maternidad y paternidad en instancias locales como lo son la JPNA y Subsistemas Locales de Protección a la Niñez y la Adolescencia, como una población prioritaria para ser abordada desde lo institucional y comunal. • 8.2.10: Los Consejos Participativos de Niñez y Adolescencia deben contemplar en su reglamento la participación de adolescentes en condición de embarazo y adolescentes madres y padres, con el fin de propiciar desde este espacio acciones tendientes a prevenir un primer o segundo embarazo. 	<p>De acuerdo al punto 8.2.6 de la Norma Institucional e intersectorial para la prevención del embarazo en la adolescencia Instituciones como el PANI, en conjunto con el MEP y FONABE, deben articular esfuerzos para apoyar a las madres adolescentes, en pro de que no deserten de los estudios, para que puedan continuar, les asignan becas, les permiten la reinserción en los centros educativos, ofrecen inclusive intervenciones en los centros educativos con profesores capacitados para que les brinden el apoyo que estas adolescentes madres necesitan en todos los aspectos. Y como parte de la responsabilidad de los centros educativos se les apoya incluso si tiene alguna adicción, depresión, problema familiar o situación externa que afecte el embarazo, lo cual es muy útil ya que muchas de esas adolescentes embarazadas forman parte de hogares disfuncionales en donde no siempre tienen las condiciones y el conocimiento para un embarazo óptimo.</p>

• Art 2. Reinserción en el sistema educativo:

Corresponde a cada institución recibir a las estudiantes que suspendieron sus estudios en dicho centro con motivo de su embarazo, garantizando el cupo o matrícula correspondiente en el nivel académico que cursaban y facilitando todos aquellos mecanismos técnicos que permitan la adecuada reinserción de la estudiante.

• Responsabilidades de los centros educativos:

El director o directora del centro educativo debe garantizar la protección y cumplimiento de los derechos de la niña o adolescente embarazada o madre.

- Designar una persona para establecer la comunicación inicial, orientadora u orientador, profesor o profesora guía. El propósito de la intervención inicial desde el centro educativo siempre es procurar la protección de la persona menor de edad.

• Aspectos por considerar en la intervención:

- Niñas o Adolescentes que son abandonadas o rechazadas por la familia debido al embarazo.
- Niñas o Adolescentes que niegan, rechazan o no aceptan el embarazo.
- Niñas o adolescentes con ideas persistentes de aborto o presionadas por la pareja o la familia para abortar.
- Niñas o Adolescentes con ansiedad o depresión severa, con ideas suicidas o con depresión postparto.
- Niñas o Adolescentes farmacodependientes, con problemas de alcoholismo, drogas o tabaquismo. Además del cuidado prenatal correspondiente deberá referirse para el debido tratamiento psicológico, psiquiátrico, desintoxicación o intervención según la situación particular.
- Adolescentes multigesta: más de dos embarazos o abortos.

<p>Código de la Niñez y la Adolescencia No. 7739</p>	<p>Art 50. Servicios para embarazadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los centros públicos de salud darán a la niña o la adolescente embarazada los servicios de información materno-infantil, el control médico durante el embarazo para ella y el nasciturus, la atención médica del parto y, en caso de que sea necesario, los alimentos para completar su dieta y la del niño o niña durante el periodo de lactancia. - Las niñas o adolescentes embarazadas tendrán derecho a recibir un trato digno y respetuoso en los servicios de salud, particularmente en la atención médica u hospitalaria. 	<p>El código de la niñez y la adolescencia contiene artículos que se refieren a los servicios o derechos a que las adolescentes embarazadas tienen en el país, como es el caso del art. 50 que habla acerca de la información que deben brindar los centros de salud a esta población durante el embarazo, la atención médica para el momento del parto e incluso colaborar con la alimentación de la embarazada durante el periodo de lactancia.</p>
	<p>Art 70. Prohibición de sancionar por embarazo: Prohíbese a las instituciones educativas públicas y privadas imponer por causa de embarazo, medidas correctivas o sanciones disciplinarias a las estudiantes.</p> <p>Art 93. Prohibición de discriminar embarazadas y lactantes: Quedará prohibido cesar o discriminar a la adolescente embarazada o lactante.</p>	<p>Ese tipo de apoyo y ayudas que se le brindan a esta población hacen la diferencia en una sociedad, pero como se ha venido mencionando a lo largo de los análisis anteriores es primordial que las adolescentes embarazadas conozcan de estos derechos y de que hay leyes que las respaldan y apoyan. Además, en el art 70 habla acerca de que es prohibido para las instituciones educativas sancionar a las estudiantes por embarazo y en el art. 93 dice que no es permitido la discriminación en el periodo de embarazo y lactancia. Todo esto con el fin de garantizarle a las adolescentes madres un embarazo saludable y con todos los controles requeridos.</p> <p>Las madres que aún son estudiantes deben de conocer que en los centros educativos no debe de existir ningún tipo de sanción o discriminación por su condición y estas puedan concluir sus estudios con éxito.</p>

<p>Objetivos de Desarrollo Sostenible</p>	<p>Objetivo 2 Hambre cero. Poner fin al hambre.</p> <p>Objetivo 3 Salud y Bienestar. Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos en todas las edades.</p>	<p>Como parte de las metas del objetivo 2, las Naciones Unidas pretenden asegurar el acceso a todas las personas, incluidos lactantes y mujeres embarazadas una alimentación sana, nutritiva y eficiente.</p> <p>Desde la labor de CEN-CINAI se contribuye activamente a esta meta. Trabajar en temas de proyección y posicionarse como una fuente de información en estos temas puede maximizar el alcance de la institución y así continuar aportando a este objetivo de desarrollo sostenible.</p> <p>Por otro lado, como fuente de información se puede contribuir a las metas del objetivo 3, ya que una de estas es garantizar el acceso universal a los servicios de salud sexual y reproductiva, incluidos los de planificación de la familia, información y educación, y la integración de la salud reproductiva en las estrategias y los programas nacionales.</p>
<p>Declaración Universal de los Derechos Humanos</p>	<p>Artículo 25</p> <p>1.Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.</p> <p>2.La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.</p>	<p>En el caso de la de esta Declaración es importante que las madres beneficiarias conozcan sobre sus derechos universales tanto como persona como madres, y para sus familias.</p> <p>Además, tengan la información de que cuentan con una protección social, tanto durante la maternidad como para los niños, esto sin discriminación alguna.</p> <p>El CEN-CINAI tiene como parte sus objetivos divulgar información sobre alimentación adecuada para los primeros mil días de vida.</p>

Legislación y/o normativa en relación con el periodo de lactancia		
Ley	Puntos Clave	Análisis
Ley de Fomento de la Lactancia Materna N° 7430	<p>Art 3. Creación: Se crea la Comisión Nacional de Lactancia Materna, como un órgano adscrito al Ministerio de Salud. Esta Comisión se encargará de recomendar las políticas y normas que, sobre la lactancia materna, deban promulgarse. Asimismo, coordinará y promoverá actividades tendientes a fomentar la lactancia materna.</p> <p>Art 5. Fines:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prácticas asistenciales de apoyo a la lactancia materna. - Promoción de la lactancia mediante actividades educativas. - Legislación que proteja a la madre trabajadora. - Proyectos de investigación que lleven a la práctica actividades de fomento y protección de la lactancia materna. <p>Art 21. Información: Los materiales informativos, educativos y promocionales destinados a las mujeres embarazadas y a las madres de lactantes, deberán contener información acerca de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los beneficios de la lactancia materna. - La alimentación que debe recibir la madre del lactante. - El uso correcto, cuando así convenga, de las preparaciones para lactantes. - La frase: "Suministrar otros alimentos antes de los seis meses, sin contar con la previa indicación de un médico, enfermera o nutricionista, puede afectar la salud del niño". <p>Art 24. Deberes del Ministerio de Salud:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Asegurar que los lactantes, las mujeres embarazadas y las madres lactantes reciban la nutrición adecuada para lograr y mantener la salud física y psicológica. - Deberán entregar, a todas las madres asistentes a la consulta del niño sano, material educativo para estimular la lactancia materna. 	<p>La Ley de Fomento de la Lactancia Materna es, al igual que las leyes anteriores que se han visto en este documento, de suma relevancia. En este caso define los deberes de instituciones como la CCSS, el Ministerio de Salud, el MEP entre otros. En donde en el art. 5 habla de la promoción y prácticas asistenciales a las madres en periodo de lactancia y proyectos de investigación que también lleven a la práctica de actividades de fomento y protección de la lactancia.</p> <p>En el art. 24 menciona los deberes del Ministerio de Salud, entre los cuales está asegurarles una buena nutrición a las madres en período de lactancia, para que puedan mantener una salud física y psicológica adecuada y además para beneficio también del niño o la niña. En ese mismo artículo habla acerca de la importancia de ofrecer charlas, guías, y material que permita que la madre pueda informarse mejor de los beneficios de la lactancia, así como de técnicas para amamantar a su bebé.</p> <p>En el art. 25 habla de que la Caja Costarricense de Seguro Social debe identificar aquellas madres que estén en condición de pobreza y brindarles el apoyo que necesiten.</p> <p>Además, en el art. 3 comenta que se dio la creación de la Comisión Nacional de Lactancia Materna que es un órgano que viene a reforzar la importancia de la lactancia para los niños y niñas en sus primeros</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Brindar charlas mensualmente, u organizar grupos de madres para motivarlas sobre la práctica de la lactancia materna y, en especial, sobre las técnicas de amamantamiento. - Tomar las medidas necesarias para fomentar y proteger la lactancia materna. <p>Art 25. Deberes de la Caja Costarricense de Seguro Social:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaborar y entregar, a todas las mujeres embarazadas que asisten a la consulta prenatal, material educativo para estimular la lactancia materna. - Brindar a las mujeres embarazadas, por medio de los agentes de salud, una guía para prepararse adecuadamente para la lactancia. - Identificar a las embarazadas que, por su condición económica, son de alto riesgo y brindarles el apoyo necesario. - Ofrecer, en todos los hospitales donde exista sección materno-infantil, charlas sobre la lactancia materna y sobre las técnicas apropiadas de amamantamiento. - Ofrecer facilidades a las madres para amamantar a sus hijos hospitalizados. <p>Art 26. Deber del Ministerio de Educación Pública y universidades:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Incluir, permanentemente, en sus programas temas relativos a la lactancia materna. - Los programas de educación sexual deberán contener temas sobre lactancia materna. 	<p>meses de vida. Y es todo el conjunto de instituciones brindando información verídica lo que ayuda a promover una lactancia sana, porque existen muchos mitos alrededor de la lactancia materna que aún se mantienen en algunas comunidades o grupos de personas, por lo tanto, reforzar todo lo que menciona la ley es importante.</p>
<p>Política Pública de Lactancia Materna</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<p>Las directrices dadas dentro de esta Política Pública de Lactancia Materna son la pauta para que las instituciones apoyen el tema de la lactancia materna, en los puntos clave se mencionan las directrices más relevantes, sin embargo cabe destacar que todas las directrices dentro del documento son en pro del bienestar del niño o niña lactante y de la madre, se busca que las comunidades también se involucren como lo mencionan en el punto 9 en donde dice que las organizaciones comunales,</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • 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 todos los escenarios donde se tenga contacto con los niños, las niñas, sus madres y las familias. • Todos los servicios de maternidades y de atención a niños y niñas deben cumplir con las Iniciativas Internacionales creadas para promocionar, proteger y apoyar la lactancia materna. • Los jefes o directores generales o de mandos altos y medios de las instituciones públicas y privadas de todos los sectores (Salud, Educación, Industria, Economía, Comercio, entre otros) deben velar y asegurar las condiciones para que su recurso humano se capacite y actualice en el tema de la lactancia materna. • Los trabajadores del sector público y privado deben tener acceso a la información acerca de sus derechos y deberes, así como de los derechos y deberes de la organización empleadora o patrono, en relación con el apoyo que debe ser ofrecido a las familias, para fomentar la alimentación al seno materno. • Las organizaciones comunales, los comités o las comisiones y las asociaciones y juntas directivas no gubernamentales, públicas y privadas deben promover, proteger y apoyar la lactancia materna en sus comunidades y desalentar en la población, el uso de los biberones, tetinas y chupetas u otros utensilios similares que interfieren de manera negativa el inicio y el mantenimiento de la práctica de la lactancia materna. 	<p>comités y las asociaciones y juntas directivas no gubernamentales públicas y privadas promuevan, protejan y apoye la lactancia materna en cada una de sus comunidades.</p> <p>Además, en el punto 6 hace un llamado a que las personas de altos mandos de las instituciones que atienden a la población en lactancia se mantengan actualizados en el tema para que de esa manera se brinde un mejor servicio.</p>
<p>Código de Trabajo</p>	<p>ART 94.</p> <p>- Queda prohibido a las personas empleadoras despedir a las trabajadoras que se encuentren en estado de embarazo o en período de lactancia, o bien, a las personas trabajadoras que gocen de las licencias especificadas en el artículo 95 de este Código, salvo por causa justificada originada en falta grave a los deberes derivados del contrato, conforme a las causales establecidas en el artículo 81.</p>	<p>Resulta importante que las beneficiarias conozcan que toda persona embarazada o en periodo de lactancia, cuenta con un fuero de protección para no ser despedida de su trabajo, a menos de que exista falta grave.</p>

En caso de que la trabajadora incurra en falta grave, la persona empleadora deberá gestionar el despido ante la Dirección Nacional y la Inspección General de Trabajo, para lo cual deberá comprobar la falta. Esta entidad tramitará y resolverá, de la forma más expedita posible, la solicitud, mediante un procedimiento sumario, resguardando el debido proceso, el equilibrio entre las partes, la objetividad y fundamentando su resolución en prueba recabada con su debido análisis. Excepcionalmente, la Dirección podrá dictar una medida cautelar provisional, inclusive la suspensión de la trabajadora con goce de salario, mientras se resuelve la gestión de despido. Para gozar de la protección que aquí se establece, la trabajadora deberá dar aviso de su estado de embarazo a la persona empleadora y podrá aportar certificación médica o constancia de la Caja Costarricense de Seguro Social. La persona empleadora deberá otorgarle a la trabajadora hasta un día de licencia con goce salarial para la obtención de esta. Una vez transcurrido el plazo de la licencia, la persona empleadora deberá brindar permiso con goce de salario para asistir a servicios médicos, tanto del niño o la niña recién nacido, como de la madre o persona encargada, así como para el retiro de constancias de lactancia en los centros de salud.

ARTÍCULO 94 bis.

- La trabajadora embarazada o en período de lactancia, que fuera despedida en contravención con lo dispuesto en el artículo anterior, podrá gestionar ante el juzgado de trabajo su reinstalación inmediata, con pleno goce de todos sus derechos, mediante el procedimiento establecido en el título décimo de este Código.

La trabajadora podrá optar por la reinstalación o dar por terminado el contrato de trabajo con responsabilidad patronal. Si opta por la reinstalación, esta se ejecutará de conformidad con las disposiciones de este Código, garantizando que la trabajadora sea restituida en el pleno goce de sus derechos.

Además, es importante informarles a las madres beneficiarias que, durante el periodo de lactancia, el patrono debe permitirle a la colaboradora asistir al control médico correspondiente, así como autorizarle el desplazo para el retiro de constancias de lactancia en los centros de salud; siguiendo los requerimientos expresados en la legislación.

De acuerdo con lo que establece el código de trabajo en el artículo 95 las mujeres en estado de embarazo tienen derecho a una licencia remunerada la cual cubre desde un mes anterior al parto y los tres meses posteriores, estos son considerados como un periodo mínimo de lactancia y que puede ser prorrogado a través de un médico según sea el caso.

Además, se establece que se debe otorgar a los padres biológicos una licencia también para el primer mes de vida del bebé. El código establece en ese mismo artículo que si fuese el caso que la madre fallece en el parto o durante la licencia, la licencia se le concederá al padre.

Adicionalmente, en el artículo 97 menciona de la importancia de que las madres en período de lactancia cuenten con intervalos de tiempo, para elegir entre estos, cual es mejor para ellas y sus bebés, siendo este espacio remunerado.

Por lo general, para hacer efectiva la hora de la licencia de lactancia, los patronos y trabajadoras llegan al acuerdo de entrar una hora después o bien salir una hora antes. Esto siempre y cuando no se limite por parte del patrono el

	<p>En todo caso, el empleador o la empleadora deberán pagarle, además de la indemnización a que tenga derecho y en concepto de daños y perjuicios, las sumas correspondientes al subsidio de preparto y posparto, y los salarios que hubiera dejado de percibir desde el momento del despido, hasta completar ocho meses de embarazo. Si se tratara de una trabajadora en período de lactancia, tendrá derecho, además de la cesantía, al concepto de daños y perjuicios causados, lo cual se fijará en sentencia.</p> <p>Art 95:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La trabajadora embarazada gozará obligatoriamente de una licencia remunerada por maternidad, durante el mes anterior al parto y los tres posteriores a él. Estos tres meses también se considerarán como período mínimo de lactancia, el cual, por prescripción médica, podrá ser prorrogado. <p>Se otorgará licencia especial en los siguientes supuestos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A los padres biológicos se les otorgará una licencia de paternidad de dos días por semana durante las primeras cuatro semanas a partir del nacimiento de su hijo o hija. - En el caso de muerte materna en el parto o durante la licencia, cuyo niño o niña haya sobrevivido, el padre biológico tendrá derecho a una licencia especial posparto cuya beneficiaria era la madre fallecida. <p>Art 97:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toda madre en período de lactancia deberá disponer, en los lugares donde trabaje y durante sus horas laborales, de un intervalo, al día a elegir: <ul style="list-style-type: none"> - Quince minutos cada tres horas. - Media hora dos veces al día. - Una hora al día de su jornada. - Una hora antes de la finalización de la jornada laboral. - O bien, podrá escoger entrar una hora más tarde o salir una hora más temprano. La hora deberá ser remunerada. 	<p>tiempo establecido o, al contrario, la colaboradora sobre pasar dicho tiempo.</p> <p>Y en su artículo 100 dice que las empresas públicas, privadas o cualquier empleador, debe brindarle a la mujer en período de lactancia un espacio limpio e ideal para que pueda extraerse la leche y almacenarla, debidamente. Todas estas indicaciones refuerzan la importancia de darle un lugar adecuado a las madres en lactancia, y a fomentar de una manera sana la lactancia materna. Darle la relevancia que realmente merece este tema y comunicarlo a la población en general es vital para que los bebés puedan disfrutar de este derecho en las condiciones óptimas.</p>
--	--	--

	<p>Art 98:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando el trabajo se pague por unidad de obra, por tarea o a destajo, el valor del lapso destinado al descanso pre y postnatal se fijará de acuerdo con el salario devengado durante los últimos noventa días. <p>Art 100:</p> <p>Toda persona empleadora, que tenga en su establecimiento madres en período de lactancia, quedará obligada a acondicionar un espacio ideal, con el propósito de que las madres amamenten sin peligro a sus hijos y puedan extraerse la leche y almacenarla en un espacio adecuado en su lugar de trabajo.</p>	
<p>Código de la Niñez y la Adolescencia No. 7739</p>	<p>Art 37:</p> <p>Cobro del subsidio prenatal y lactancia.</p> <p>Art 38:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si el obligado preferente se ausentare, presentare incapacidad temporal o imposibilidad de hecho para cumplir con el deber de brindar alimentos a una persona menor de edad o una embarazada, el Estado le brindará supletoriamente los alimentos por medio de la incorporación de estas familias a procesos de promoción social y desarrollo humano, mediante programas interinstitucionales. - Las embarazadas tendrán derecho al subsidio únicamente durante el período prenatal y de lactancia. <p>Art 44. Competencias del Ministerio de Salud:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fomentar la lactancia materna en los hospitales públicos y privados, así como divulgar ampliamente sus ventajas. - Garantizar programas de tratamiento integral para las adolescentes, acerca del control prenatal, perinatal, postnatal y psicológico. <p>Art 51. Derecho a la asistencia económica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durante el período prenatal y de lactancia, tendrán derecho a un subsidio económico otorgado por el Instituto Mixto de Ayuda Social. - Para gozar de este beneficio, deberán participar en los programas de capacitación que, para tal efecto desarrollen las instituciones competentes. 	<p>Los artículos mencionados dentro del Código de la Niñez y Adolescencia referentes a la lactancia materna y apoyo en temas de alimentos, son relevantes ya que hay muchas madres adolescentes y la población en general que desconocen que, por ejemplo, según el art 38 en caso del obligado preferente se ausentare o no pueda cumplir con su deber de brindar alimentos a una persona menor de edad o una embarazada el Estado le brindará ayuda apoyo con los alimentos por medio de la incorporación de esas familias a procesos de promoción social y desarrollo con el fin de que la madre y el niño o niña tengan una nutrición adecuada.</p> <p>En el art 52 menciona que las personas, instituciones o empresas deben garantizar a las madres lactantes las condiciones necesarias para la lactancia.</p> <p>Es importante recalcar esa información, ya que si la madre tiene el dato a su disposición le será más fácil poder pedir o exigir ese derecho que le conceden leyes como esta.</p>

	<p>Art 52. Garantía para la lactancia materna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las instituciones oficiales y privadas, así como los empleadores les garantizarán a las madres menores de edad las condiciones adecuadas para la lactancia materna. 	
<p>Decreto N° 41080 Condiciones para las salas de lactancia materna en los centros de trabajo</p>	<p>Artículo 4°. La sala de lactancia materna deberá contar con lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Refrigeradora de al menos 38 litros de capacidad, la cual será de uso exclusivo para la conservación de la leche materna. b) Una mesa pequeña de al menos 50 cm de ancho x 80 cm de largo. c) Al menos dos sillas que cumplan con un ángulo de 90 grados, con forro suave, respaldar y descansabrazos. d) Un lavamanos, con dispensador de jabón líquido. Si la edificación dispone de estos servicios, los mismos podrán ubicarse a una distancia no mayor de 20 metros de la sala. e) Un dispensador con toallas de papel para secado de manos. f) Un basurero con tapa y con sus respectivas bolsas plásticas para basura. g) Biombos o cortinas o alguna división con dimensiones no mayores a 1,20 m de alto x 90 cm de ancho, a efecto que garantice privacidad entre personas trabajadoras y la correcta circulación de aire. h) Renovación del aire por medio de ventilación natural y/o artificial, mediante abanico o aire acondicionado. i) Iluminación natural y/o artificial que garantice una luminosidad mínima de 200 lux, conforme la norma INTECO, INTE-ISO 8995-1-2016 -Niveles de iluminancia. j) Plan de limpieza de la infraestructura, equipo y mobiliario, ejecutado por el personal encargado de limpieza del establecimiento. k) Piso de material antideslizante y de condiciones estructurales resistentes, que permitan la fácil limpieza. m) Debe cumplir con las disposiciones de accesibilidad de la Ley N° 7600 de 2 de mayo de 1996 "Ley de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad", y el Decreto N° 26831 de 23 de marzo de 1998 "Reglamento Ley de Igualdad de Oportunidades para Personas con Discapacidad". 	<p>Toda beneficiaria debe contemplar que, si en su centro de trabajo hay un mínimo de 30 mujeres, el decreto las respalda para que este lugar tenga el espacio adecuado para la lactancia.</p> <p>Las condiciones mínimas que estas salas de lactancia deben de tener se establecen en el artículo 4 de dicho decreto, esto con el fin de que cuenten con cada uno los implementos mínimos para satisfacer la necesidad del lactante. A nivel de comunicación, el tema de legislación debe simplificarse para que información vital como esta sea de acceso para la población beneficiaria. También es importante comunicar las opciones que tienen las personas que trabajan en lugares donde no se cuenta con estos espacios, que, aunque en casos sea fuera de la ley, ocurre en zonas vulnerables donde las opciones de trabajo son limitadas.</p>

	<p>n) Debe haber un croquis, con dimensiones mínimas de 40 cm x 40 cm, que prevea a las personas trabajadoras las indicaciones de las vías de evacuación inmediatas en caso de emergencia</p>	
<p>Declaratoria de Interés Público y Nacional de la "Donación de La Leche Materna y la Organización de Bancos de Leche Humana en los Servicios de Salud"</p>	<p>Artículo 2º Esta declaratoria se inspira en los principios inherentes a la salud y seguridad de los niños y las niñas que por razones de prematuridad u otras patologías, o situaciones especiales en que la madre no lo puede amamantar, no pueden satisfacer su necesidad del alimento esencial, suficiente y adecuado para mantener su salud y propiciar el óptimo crecimiento y desarrollo.</p>	<p>Gracias a esta declaratoria, se les puede informar a las beneficiarias de los CEN-CINAI, que existen Bancos de Leche Materna, en diferentes centros de salud y de los cuales ellas pueden ser donantes activas de este vital alimento para los lactantes, contribuyendo así a la red de madres que no tienen la accesibilidad a este.</p> <p>Además de esto, si las beneficiarias tienen a su hijo internado en algún centro de salud, y por políticas de este no pueden estar al cuidado de ellos, tienen la opción de autorizar al personal de este para utilizar estos bancos para poder alimentar al niño, dado la importancia de este alimento en la nutrición durante sus primeros mil días.</p>
<p>Convención sobre los derechos del niño.</p>	<p>Artículo 24 1. Los Estados Parte reconocen el derecho del niño al disfrute del más alto nivel posible de salud y a servicios para el tratamiento de las enfermedades y la rehabilitación de la salud. Los Estados Parte se esforzarán por asegurar que ningún niño sea privado de su derecho al disfrute de esos servicios sanitarios. 2. Los Estados Parte asegurarán la plena aplicación de este derecho y, en particular, adoptarán las medidas apropiadas para: e) Asegurar que todos los sectores de la sociedad, y en particular los padres y los niños, conozcan los principios básicos de la salud y la nutrición de los niños, las ventajas de la lactancia materna, la higiene y el saneamiento ambiental y las medidas de prevención de accidentes, tengan acceso a la educación pertinente y reciban apoyo en la aplicación de esos conocimientos.</p>	<p>Esta convención refuerza la importancia de proveer una óptima alimentación durante los primeros mil días, fortaleciendo el derecho del niño o niña a gozar de una buena salud.</p> <p>Por medio del CEN-CINAI las madres beneficiarias y las familias podrán conocer sobre el valor del consumo de la leche materna, para fortalecer el desarrollo del niño durante su este periodo de alimentación y conocer el momento adecuado para iniciar o continuar con la alimentación complementaria.</p>

<p>Política Nacional de Salud "Dr. Juan Guillermo Ortiz Guier"</p>	<p>POLÍTICA 8. Promoción de la lactancia materna como una práctica exitosa desde el nacimiento hasta los 2 años de edad y más.</p> <p>ESTRATEGIAS</p> <p>8.1. Fortalecer la iniciativa "Hospital Amigo del Niño, la Niña y la Madre" a nivel nacional, para apoyar a las madres en la práctica de la lactancia materna.</p> <p>8.2. Promover la donación altruista de leche materna en los bancos de leche humana.</p> <p>8.3. Fomentar la creación de salas de lactancia en instituciones públicas, privadas, así como en centros educativos de enseñanza secundaria con énfasis en las regiones Brunca y Huetar Caribe.</p> <p>8.4 Incorporar contenidos de lactancia materna en la currícula de las escuelas de enfermería, nutrición y medicina de universidades públicas y privadas.</p> <p>8.5. Desarrollar procesos de información y comunicación de los beneficios y derechos de las mujeres, los niños y las niñas con respecto a la lactancia materna.</p> <p>8.6 Monitorear en forma permanente el cumplimiento de la normativa relacionada con lactancia materna.</p>	<p>La Política Nacional de Salud fomenta las prácticas saludables, entre ellas la lactancia materna, además promueve los derechos que las madres y los lactantes tienen, con el objetivo de reforzar la concientización y el apoyo durante el desarrollo infantil según la necesidad del niño o la madre.</p> <p>Para continuar contribuyendo a este último objetivo desde CEN-CINAI, se podrían generar materiales de comunicación acerca de esta política que estén a disposición de las madres beneficiarias.</p>
<p>Política Nacional para la Niñez y la Adolescencia Costa Rica</p>	<p>3. Salud integral</p> <p>La salud integral constituye el tercer eje de la PNNA, en el que se reafirman las políticas nacionales en el marco de la producción social de la salud y sus determinantes, relacionadas con las personas menores de edad. En este aspecto se consideran las particularidades del crecimiento, desarrollo, condiciones étnicas, culturales, migratorias y ambientales</p> <p>i. Promoción de la lactancia materna: Se apoyarán y promoverán acciones interinstitucionales para la divulgación y garantía del derecho a la lactancia materna, por su importancia esencial en el desarrollo físico y psicológico de los niños y las niñas. Además, se promocionará e incentivará a la madre para que pueda hacer efectivo ese derecho de su hijo o hija en condiciones adecuadas, enfatizando la corresponsabilidad y la responsabilidad del padre, cuando esté presente en la vida del niño o la niña.</p>	<p>Esta política refuerza la importancia de las acciones que promueven la comunicación a las diferentes poblaciones, incluyendo a zonas de vulnerabilidad, sobre la equidad de las oportunidades y derechos de la madre y del lactante, en este caso el de una salud integral por medio de la lactancia.</p>

<p>Reglamento del Seguro de Salud Caja Costarricense de Seguro Social</p>	<p>Artículo 28° Del propósito de los subsidios por incapacidad o licencia. El subsidio por incapacidad o por licencia de maternidad, tiene el propósito de sustituir parcialmente la pérdida de ingreso que sufra el asegurado directo activo por causa de incapacidad por enfermedad o de licencia por maternidad.</p>	<p>Es importante buscar los medios adecuados para informar a las beneficiarias de que cuentan con este respaldo para obtener un subsidio en periodo de licencia por maternidad.</p>
	<p>Artículo 40° De las licencias por maternidad. Con motivo de la maternidad, a toda asegurada activa se le extenderá una licencia por cuatro meses que incluye el pre y post parto, conforme se establece en las leyes generales y especiales que se aplican a los diferentes grupos. Si la licencia se otorga posterior al parto, ésta se extenderá por un período de tres meses a partir de la fecha del alumbramiento. El subsidio que corresponda se pagará conforme el lugar de adscripción de la asegurada, pero en todos los casos el cargo presupuestario corresponderá al centro asistencial que emite el documento.</p>	<p>Además de que ellas como beneficiarias, tienen obligaciones las cuales también deben de cumplir durante este periodo, para que el subsidio se vea reflejado.</p>
	<p>Artículo 42° Para tener derecho a los subsidios en dinero por licencia de maternidad, es necesario que la asegurada activa haya aportado por lo menos tres cuotas consecutivas inmediatamente anteriores a la licencia o parto, o seis en los doce meses anteriores al inicio de la licencia o parto. En caso de incapacidad previa, este requisito debe entenderse en relación con el período anterior al inicio de dicha incapacidad.</p> <p>Artículo 44° De las obligaciones de las aseguradas con licencia por maternidad. Mientras la asegurada disfruta de su licencia por maternidad y percibe los subsidios correspondientes, está en la obligación de cumplir las prescripciones médicas que se le impartan, incluyendo la asistencia a consultas o actividades educativas, con la periodicidad indicada por el médico tratante o cuando fuere requerida para ello.</p>	

	<p>Artículo 60°. De la conservación de los derechos.</p> <p>La conservación de derechos en este Seguro se rige por las siguientes reglas:</p> <p>a. Incluye todos los derechos previstos en este reglamento para los asegurados activos, excepto el pago de subsidios y ayudas económicas por enfermedad y licencias por maternidad, durante los seis meses posteriores a aquel en que dejó de ser activo, siempre y cuando haya cotizado, por lo menos durante tres meses en los cuatro anteriores al mes en que dejó de cotizar, y así conste en las planillas mensuales previamente presentadas a la Caja.</p>	
<p>Código Internacional de Sucedáneos de la Lactancia Materna</p>	<p>Artículo 4. Información y educación</p> <p>4.1 Los gobiernos deben asumir la responsabilidad de garantizar que se facilita a las familias y a las personas relacionadas con el sector de la nutrición de los lactantes y los niños de corta edad una información objetiva y coherente. Esa responsabilidad debe abarcar sea la planificación, la distribución, la concepción y la difusión de la información, sea el control de esas actividades.</p> <p>4.2 Los materiales informativos y educativos, impresos, auditivos o visuales, relacionados con la alimentación de los lactantes y destinados a las mujeres embarazadas y a las madres de lactantes y niños de corta edad, deben incluir datos claramente presentados sobre todos y cada uno de los siguientes extremos:</p> <ul style="list-style-type: none"> (a) ventajas y superioridad de la lactancia natural; (b) nutrición materna y preparación para la lactancia natural y el mantenimiento de ésta; (c) efectos negativos que ejerce sobre la lactancia natural la introducción parcial de la alimentación con biberón (d) dificultad de volver sobre la decisión de no amamantar al niño y (e) uso correcto, cuando sea necesario, de preparaciones para lactantes fabricadas industrialmente o hechas en casa. 	<p>El presente código busca proteger, promover y fomentar la lactancia materna y contrarrestar la comercialización de alimentos artificiales.</p> <p>Dicho código permite informar tanto a madres, personal y distribuidores, de que el uso inapropiado e innecesario de estos productos perjudican la salud materno-infantil, respecto a la lactancia materna.</p> <p>Las madres beneficiarias al conocer sobre estos artículos sabrán que antes de recibir cualquier tipo de sucedáneos, deben de priorizar la lactancia materna.</p>

Artículo 5. El público en general y las madres

5.1 No deben ser objeto de publicidad ni de ninguna otra forma de promoción destinada al público en general los productos comprendidos en las disposiciones del presente Código.

5.4 Los fabricantes y distribuidores no deben distribuir a las mujeres embarazadas o a las madres de lactantes y niños de corta edad obsequios de artículos o utensilios que puedan fomentar la utilización de sucedáneos de la leche materna o la alimentación con biberón.

Artículo 6. Sistemas de atención de salud

6.1 Las autoridades de salud de los Estados Miembros deben tomar las medidas apropiadas para estimular y proteger la lactancia natural y promover la aplicación de los principios del presente Código, y deben facilitar la información y las orientaciones apropiadas a los agentes de salud por cuanto respecta a las obligaciones de éstos, con inclusión de las informaciones especificadas en el párrafo 4.2.

Artículo 7. Agentes de salud

7.1 Los agentes de salud deben estimular y proteger la lactancia natural, y los que se ocupen particularmente de la nutrición de la madre y del lactante deben familiarizarse con las obligaciones que les incumben en virtud del presente Código, incluida la información especificada en el párrafo 4.2.

Legislación y/o normativa para la alimentación complementaria para el niño o niña desde los 0 meses a los 2 años		
Ley	Puntos Clave	Análisis
<p>Guía alimentaria basada en alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica</p>	<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Brindar recomendaciones técnicas a la población en los primeros mil días de vida, para el fomento de una óptima alimentación durante el embarazo, la producción de la lactancia materna y la adecuada alimentación complementaria. - Ofrecer un instrumento para orientar la educación nutricional para la población que atiende a los primeros mil días en Costa Rica. <p>Transición de la alimentación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - De 0-6 meses lactancia materna exclusiva. - De 6-12 meses alimentación complementaria: lactancia materna más todos los alimentos. - De 12 meses en adelante come todos los alimentos de la familia y sigue tomando leche materna hasta que ambos lo deseen. <p>La alimentación complementaria:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es la introducción de alimentos que se le dan al bebé a partir de los seis meses de edad. - Se inicia con la alimentación complementaria cuando la leche materna ya no aporta los nutrientes que la niña y el niño de seis meses necesita. - El consumo de leche materna se debe continuar en esta etapa. - Se recomienda iniciar a los seis meses, ni antes ni después. - Lo ideal es darle alimentos preparados en casa, con productos naturales y frescos. - Se recomienda el consumo de agua y no jugos con azúcar ni frescos industriales. - Antes de los 12 meses no se recomienda el consumo de ciertos alimentos tales como la miel, la leche de vaca, café, té. - Tampoco utilizar condimentos que contengan sal o lo que vengan empacados, industriales o cubitos. - No ofrecerle productos empacados, galletas, colados industriales, jugos ni bebidas diferentes al agua. 	<p>Esta guía es la primera realizada en el país basada en alimentos para los primeros mil días de vida y fue creada gracias a diferentes organismos que apoyaron, es sin duda una guía muy completa. La misma inicia con la alimentación requerida desde el embarazo, la lactancia y la alimentación complementaria del niño o la niña, en este caso el enfoque se da a la alimentación complementaria.</p> <p>Y como lo mencionan sus objetivos la misma busca brindar recomendaciones técnicas a la población en estos primeros mil días de vida para una óptima alimentación en esa población. Además, que es un instrumento educativo que permite a la población que atiende a estas niñas y niños en sus primeros mil días de vida tener un conocimiento más amplio del tema.</p> <p>Muestra como debe ser la transición de alimentos desde los 0 a los 12 meses, en donde la leche materna es exclusiva para los primeros seis meses de vida o la fórmula en el caso que las madres no estén amamantando. Explica además la transición necesaria en relación con las texturas de los alimentos, y a la importancia de iniciar con dos tiempos de comida a los 6 meses y luego ir aumentando paulatinamente hasta lograr 5 tiempos de comida al año de edad.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - La introducción de alimentos debe ser poco a poco, primero con alimentos hechos puré o majados, luego en trozos grandes que pueda comer con las manos y a partir del año pueden comer los alimentos como los prepara la familia. - Inicie la alimentación con dos tiempos de comida y aumente progresivamente, hasta alcanzar al menos cinco tiempos de comida, al año de vida. - Se puede dar huevo, pescado, frutas cítricas, tomate, fresas y alimentos base de trigo (macarrones, fideos) a partir de los 6 meses y leche de vaca a partir de los 12 meses. - Entre más variada sea la dieta de las niñas y niños a partir de los seis meses, se reducen los riesgos de padecer alergias. - No se recomienda en ningún momento el huevo o el pescado crudo. - Para evitar la anemia dele a su bebé partir de los seis meses: - Alimentos fuentes de hierro y de vitamina C. - Evitar alimentos que no permitan la absorción del hierro (té, café y leche de vaca) - Entre los 6 y 12 meses puede dar quesos frescos y yogurt sin azúcar. - Antes de los 2 años, no son apropiadas las bebidas a base de soya, almendras u otras plantas porque tienen un alto contenido de azúcar. 	<p>Además, esta guía muestra cuales alimentos no son recomendados dar al niño o niña antes de los 12 meses y explica el porqué, también aclara la importancia de que los mismos tengan una dieta variada para evitar las alergias, sin embargo recalca que el huevo y el pescado a pesar de ser alimentos que se pueden consumir después de los seis meses deben ser cocidos, no crudos, y no recomienda el uso de condimentos, refrescos entre otros para evitar el exceso tanto de azúcar como de sal, ya que ambos tienen consecuencias en la salud de los bebés.</p> <p>Recomienda además como prevenir la anemia en los niños y niñas, lo cual es importante porque muchas veces las madres no tienen claridad de que alimentos son realmente los que aportan la cantidad de hierro necesaria para evitar la anemia. Todos los puntos que menciona la guía son de valor para las personas que atienden a dicha población.</p>
---	--



Producto 3:

**DIAGNÓSTICO
DE COMUNICACIÓN**

RESULTADOS DE REVISIÓN DOCUMENTAL DE MATERIALES DE COMUNICACIÓN, CONSULTA CUANTITATIVA Y CUALITATIVA

Análisis de iniciativas de comunicación

Para el presente análisis se realizó la revisión de materiales como: reportes de acciones para la Semana Mundial de la Lactancia Materna y la Semana de la Nutrición, contenido del sitio web de la entidad, uso de redes sociales, entre otros. En este apartado se encontrará un análisis de los canales de comunicación e iniciativas realizadas actualmente y posterior se profundizará en las preferencias de las madres beneficiarias.

Algunos de los canales de comunicación empleados actualmente por CEN-CINAI:

» Materiales impresos

Las instalaciones de los CEN-CINAI son un canal importante de comunicación, donde se encuentran pizarras informativas, afiches y espacios designados a la lactancia materna. Entre los afiches encontrados destacan los realizados en colaboración con la Organización Panamericana de la Salud, de los cuales se realizará un análisis en un apartado posterior.

Como parte de fechas influyentes en la alimentación en los primeros 1000 días de vida, por ejemplo, la Semana Nacional de la Lactancia y la Semana Nacional de la Nutrición, los centros realizan una serie de actividades como lo son la creación de murales relacionados a estas temáticas e incluyen en este proceso a los niños y niñas usuarios del centro y a los padres de familia. Además, de la repartición de afiches, infografías y otros materiales impresos a sus diferentes públicos de interés que visitan los CEN-CINAI, en este ámbito la distribución de información relacionada al embarazo, lactancia y alimentación complementaria destaca en la Semana Nacional de la Lactancia. El enfoque de la Semana Nacional de la Nutrición es más general, sin embargo, en regiones como la Pacífico Central, se aprovechó el marco de esta celebración para distribuir información sobre la importancia de la alimentación adecuada durante el embarazo y el periodo de lactancia a madres beneficiarias extramuros y a adolescentes madres.

Como parte de este diagnóstico se procedió a analizar diferentes materiales impresos utilizados, se comparten a continuación las recomendaciones y observaciones por material:

Material	Observaciones gráficas y de contenido
<p>Rotafolio grande La alimentación de niños y niñas menores de 2 años</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • La paleta de colores está muy bien definida y se alinea a la línea gráfica de la institución. • Es fundamental para dar uniformidad y facilitar la lectura del usuario, utilizar el mismo color de letra de texto en el documento. Se puede variar de color cuando se trata de algún título. • Es importante que, si se desea enfatizar información, se varíe el tamaño de letra para destacar que este texto es importante, otra manera de hacer esto, sin alterar el tamaño, es resaltar el texto. • Recomendamos agregar una hoja con la plantilla del registro de alimentos para que las madres beneficiarias puedan imprimirla y utilizarla con facilidad. <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Rotafolio-Alimentacin-nios-y-nias-menores-24-meses.pdf</p>
<p>Rotafolio pequeño La alimentación de niños y niñas menores de 2 años</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • El diferente uso de colores en la letra de texto es llamativo, pero para facilitar la lectura de la audiencia recomendamos usar un único color en el texto de la diapositiva. • Recomendamos agregar una hoja con la plantilla del registro de alimentos para que las personas lactantes puedan imprimirlo y utilizarlo con facilidad. • Se rescatan las observaciones realizadas al rotafolio grande “La alimentación de niños y niñas menores de 2 años”. <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Rotafolio-Alimentacin-nios-y-nias-menores-24-meses.pdf</p>
<p>Rotafolio grande ¿Cómo preparar en el hogar la leche íntegra en polvo fortificada instantánea que le da CEN-CINAI?</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Hay un muy buen uso de la paleta de colores e imágenes para hacer el material más atractivo y fácil de entender. • La línea gráfica corresponde a la institución, sin embargo, en próximas ocasiones se podría actualizar a tendencias de diseño gráfico más recientes, que resulten más atractivas para las beneficiarias. <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Rotafolio-Preparacin-leche-CEN-CINAI.pdf</p>

Afiche preparación de la leche

- Se recomienda no cambiar el color de letra en medio de una misma oración porque puede confundir a los lectores.
- El afiche brinda información importante para la preparación de la leche, por ello se debe tratar de simplificar la cantidad de texto para hacerlo más atractivo para la audiencia.
- Para facilitar la lectura del usuario y que la lámina sea más atractiva visualmente, se sugiere usar el mismo color de letra en el documento, esto se podría variar cuando se trate de títulos o subtítulos.

Enlace:
<https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Afiche-como-preparar-leche-integra.pdf>

Guía para fomentar espacios de crecimiento simultáneo con familias en CEN-CINAI

- Contenido de alto valor.
- Sería de sumo provecho realizar una versión más resumida.
- La página 26 se encuentra vacía.

Enlace:
https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Gua_para_fomentar_espacios_de_crecimiento_simultaneo.pdf

Material para divulgar los servicios que brinda CEN-CINAI y la atención a las adolescentes madres

Panfleto de servicios de CEN-CINAI

- Se recomienda no cambiar el color de letra en medio de una misma oración porque puede confundir a los lectores.

Enlace:
<https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Panfleto-servicios-CEN-CINAI.pdf>

Volante Lactancia Materna

- Con respecto al uso de la tipografía (tipo de letra) se recomienda mantener la misma en todo el documento, si se desea variar, podría cambiarse únicamente en títulos.

Enlace:
<https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Volante-lactancia-materna.pdf>

Volante Proyecto Vida /Afiche servicios de CEN-CINAI

- Agregar mayúsculas al inicio de las oraciones.
- Se sugiere no cambiar la tipografía en una misma oración para facilitar la lectura de los usuarios.

Enlace:
<https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Afiche-servicios-de-CEN-CINAI.pdf>

<p>Mi diario mi vida</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Está muy bien redactado y funciona como una guía para las madres reflexionar durante esta etapa de sus vidas. • La línea gráfica corresponde a la institución, sin embargo, en próximas ocasiones se podría actualizar a tendencias de diseño gráfico más recientes, que resulten más atractivas para las beneficiarias. <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Mi-diario-mi-vida.pdf</p>
<p>Mi diario mi vida</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Se puede cambiar el color de la letra de texto a blanca para tener uniformidad. <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Derechos-sexuales-y-reproductivos-HEXAGONO.pdf</p>
<p>Guía uso de materiales de bolso de estimulación</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dentro de la guía se utilizan imágenes para compartir información con el lector, lo cual hace la información muy digerible y entretenida • El uso de cuadros ayuda a resumir la cantidad de texto y facilita la comprensión de lectura. <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Gua-uso-de-materiales-bolso-de-estimulacin.pdf</p>

Afiche para la promoción de la lactancia materna



- El afiche logra presentar la información de manera resumida, lo cual ayuda a la comprensión y retención de información para el lector.
- El uso de colores e imágenes es muy llamativo y capturan la atención del lector
- La línea gráfica corresponde a la institución, sin embargo, en próximas ocasiones se podría actualizar a tendencias de diseño gráfico más recientes, que resulten más atractivas para las beneficiarias.

Afiche: lactancia materna



- La división de color hace el afiche muy atractivo, de ser posible se puede resumir la información para presentar menos texto y que sea más accesible para el lector, además, textos concisos tienen mayor recordación.

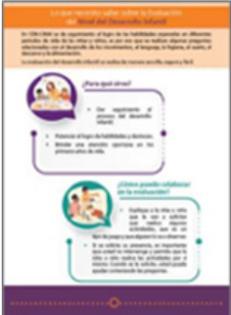
Enlace:

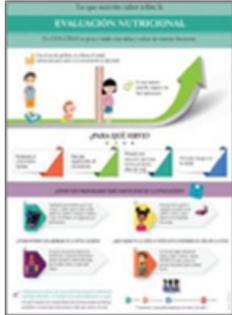
<https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Afiche-lactancia-materna-2020.pdf>

Infografía Desinfección ante COVID-19



- El uso de colores es muy bueno para resaltar información importante.
- Se puede crear un gráfico para explicar las prácticas de desinfección y eliminar la cantidad de texto en la infografía.
- Visualmente la infografía cuenta con mucha información (textos y formas), esto dificulta su lectura y comprensión.

<p>Afiche promoción salud auditiva para madres</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Las ilustraciones están muy alineadas a las tendencias de diseño en cuanto a vectores, sin embargo, recomendamos usar el mismo estilo gráfico dentro de un solo afiche para dar uniformidad en el diseño.
<p>Volante promoción de la salud auditiva</p> 	<ul style="list-style-type: none"> El afiche es sencillo de entender y tiene imágenes que ayudan explicar la información, si es posible se puede resumir la información para tener menos texto en el afiche.
<p>Afiche Evaluación del nivel del desarrollo infantil</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Recomendamos mantener el mismo color del texto en una oración para facilitar la lectura de la audiencia y evitar confusión. La división del texto en burbujas facilita la lectura y hace el afiche más atractivo, de ser posible se podría reducir la cantidad de texto.
<p>Volante Evaluación del nivel del desarrollo infantil</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Recomendamos mantener el mismo color del texto en una oración para facilitar la lectura de la audiencia y evitar confusión. El diseño de las burbujas con el texto es muy atractivo y facilita la lectura del afiche.

<p>Afiche Evaluación Estado Nutricional</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Las imágenes hacen el afiche más atractivo. • La división de información en burbujas de texto facilita la lectura para las personas. • Visualmente la infografía cuenta con mucha información a nivel de formas e ilustraciones, esto dificulta su lectura y comprensión.
<p>Volante Evaluación Estado Nutricional</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • La información está bien explicada y se presenta de una forma resumida, la cual ayuda a mantener al lector interesado.
<p>Guías alimentarias basadas en alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • El enlace dirige a la página principal de guías alimentarias, la cual tiene una interfaz fácil de utilizar para los usuarios. • La página utiliza muchas imágenes y diagramas para poder entender la información, la cual es presentada con más facilidad. • Su línea gráfica responde a las tendencias actuales en diseño. <p>Enlace: https://www.ministeriodesalud.go.cr/guiasalimentarias/</p>
<p>Memoria Foro Lactancia Materna</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Los gráficos y las imágenes empleadas son muy útiles para entender mejor la información presentada y hace el material más digerible para el lector. • La paleta de colores es uniforme y es compatible en todo el texto <p>Enlace: https://www.cen-cinai.go.cr/wp-content/uploads/2022/05/Memoria_Foro_Virtual_Lactancia_Materna_responsabilidad_y_beneficios_compartidos_2021.pdf</p>

» Charlas, talleres y sesiones virtuales o presenciales

El personal de CEN-CINAI genera espacios educativos y de valor para los involucrados en el periodo de lactancia principalmente dirigidos a las madres beneficiarias y sesiones educativas para los niños y las niñas que acuden al centro. También se detectaron en los informes talleres como “Somos Familia”, donde se involucra a madres y padres. Además, se realizan sesiones informativas con especialistas de centro, como lo son los profesionales en nutrición.

Adicional, en el marco de la celebración de la Semana Nacional de la Lactancia y el 70 aniversario de funcionamiento de los servicios CEN-CINAI en Costa Rica, se realizó el Foro virtual sobre Lactancia Materna, el cual contó con la cooperación técnica de la Organización Panamericana de la Salud y participación de personas funcionarias de todo el país. A modo de panel el foro abarcó las temáticas: Lactancia materna y su importancia en el desarrollo del niño y la niña, importancia de las guías alimentarias de los primeros mil días y actividades que realiza la Dirección Nacional de CEN-CINAI para la promoción de la práctica de la lactancia materna.

» Materiales audiovisuales

Actualmente se comparten y proyectan videos y video-cuentos sobre temas de la alimentación en los primeros 1000 días de vida, destacando el enfoque en la importancia de la lactancia. Por ejemplo, en la Semana Nacional de la Lactancia se compartieron enlaces de YouTube de videos creados por el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y por la Organización Panamericana de la Salud (PAHO), los cuales hablaban sobre esta temática y se dirigían tanto a niños y niñas como a madres.

Además, se reportó el envío de imágenes, información y videos por la red social WhatsApp, donde ya cuentan con los contactos individuales de madres beneficiarias, grupos de madres beneficiarias y grupos de padres de familia de los niños y niñas que acuden al centro.

Por otro lado, se realizan presentaciones de PowerPoint sobre el embarazo, lactancia y alimentación complementaria. Inclusive, para la Semana Nacional de la Nutrición, profesionales de nutrición de los centros compartieron su conocimiento mediante este canal.

» Otras actividades en los centros

Los centros también realizan junto a los niños y niñas usuarios actividades lúdicas como el uso de pinturas, actividades de representación de la lactancia con madres beneficiarias invitadas, alusión a la lactancia en animales mamíferos, apoyo en las huertas, entre otras, con el fin de involucrarlos e informarlos sobre estas temáticas desde su periodo de formación.

» Comunicados de prensa

Actualmente CEN-CINAI da a conocer las iniciativas realizadas sobre embarazo, lactancia materna y alimentación complementaria por medio de comunicados de prensa, los cuales se encuentran en su sitio web. Relacionado a la alimentación en los primeros mil días de vida destacan los comunicados de prensa emitidos anualmente en la Semana Mundial de la Lactancia Materna y semana Nacional de la Nutrición.

» Medios digitales

Este apartado incluye un análisis del sitio web actual de CEN-CINAI, lanzado en junio 2022, y del contenido de sus redes sociales, donde sobresale Facebook, se encuentra YouTube y recientemente Instagram.

Sitio web

Este canal de comunicación cuenta con información relevante sobre CEN-CINAI, la pestaña “Nosotros” hace referencia a la filosofía empresarial (misión, visión y valores institucionales), a las funciones y personas beneficiarias, además de aspectos propios de la estructura y funcionamiento de los centros como lo son el organigrama, los tipos de establecimientos y el modelo conceptual y estratégico, además de otros apartados como auditoría y Dirección de Información.

En la pestaña de “Servicios”, se encuentra en desglose los tres servicios de los CEN-CINAI: atención y protección infantil, nutrición preventiva y promoción del crecimiento y desarrollo infantil. Dentro de cada servicio se ofrece una explicación de que incluyen, su importancia y como se brindan estos apoyos a la población beneficiaria.

Adicional, se cuenta con el apartado de “Comunicados de Prensa”, el cual pone a disposición de la población los comunicados emitidos por CEN-CINAI, incluyendo temas relacionados a la alimentación en los primeros 1000 días de vida, destacando los realizados para la Semana Mundial de la Lactancia Materna, anuncios relacionados, entre otros. Esta también incluye material multimedia como lo son fotografías de actividades en los centros y videos introductorios sobre CEN-CINAI.

Se cuenta con una pestaña de “Transparencia”, donde los usuarios que ingresen al sitio web podrán encontrar información sobre: bienes y gastos fijos, recursos humanos, jerarcas y decisiones, compras y contrataciones, informes institucionales, servicios y trámites, participación ciudadana, financiero, planes institucionales, compras y contrataciones de Comités y gestión documental.

Además, con una pestaña de “Contáctenos”, la cual incluye en el siguiente orden los apartados: Controloría de Servicios, Directorios – Telefónico CEN-CINAI, Contactos Comités y Direcciones Regionales. Por último, los usuarios pueden realizar búsquedas en la pestaña “Buscar”.

ACIERTOS

Contenido

- Cada apartado cuenta con información relevante sobre CEN-CINAI.

Experiencia del usuario

- La versión del sitio web para dispositivos móviles, como celulares y tablets, se encuentra en excelentes condiciones. Lo cual es muy positivo, ya que suelen ser estos los dispositivos por los que la población beneficiaria busca información, en especial el uso de celular.
- La navegación en el sitio es bastante accesible.

RECOMENDACIONES

Contenido

- A pesar de que la información en el sitio es de gran valor, se recomienda simplificar los textos, manteniendo las ideas principales de una forma concreta y concisa, esto con el fin de facilitar la lectura por parte de los usuarios.
- Además, sería de utilidad para la población contar con una pestaña de “Materiales”, en la cual la población beneficiaria pueda encontrar infografías, afiches y materiales como las guías alimentarias de los primeros mil días de vida para visualizar el contenido e inclusive descargarlo.
- Dada la reciente apertura de la red social Instagram para CEN-CINAI, esta red aún no se encuentra en el sitio web.

Experiencia del usuario

A continuación, se presentan una serie de observaciones en las cuales se podría mejorar la experiencia del usuario al navegar en el sitio web:

- La pestaña de “Nosotros” no se visualiza completamente en la vista de 100%, la cual suele ser la predeterminada en los dispositivos, y al intentar desplazarse hacia abajo suele presentar problemas.



La pestaña “Nosotros” podría organizarse de la siguiente forma: Misión, visión y valores institucionales, Población usuaria, Funciones, Tipos de establecimiento, Organigrama, Modelo conceptual y estratégico, Financiamiento, Auditoría, Dirección de Información. En esta propuesta de orden se uniría el apartado de “Misión y Visión” con la de “Valores Institucionales”, además se recomienda incluir la historia dentro de esta misma sección.

El objetivo es reducir la cantidad de pestañas y que el orden sea de mayor facilidad para el usuario.

Otra recomendación enfocada en la reducción de texto se encuentra en la pestaña “Servicios”, donde se repiten los titulares, como en el siguiente ejemplo.



Redes sociales

Facebook

La cuenta de Facebook analizada corresponde a “Dirección Nacional de CEN-CINAI”, la cual se encuentra vinculada en el sitio web <https://www.cen-cinai.go.cr/>.

En cuanto a la frecuencia de publicación de los últimos dos meses (septiembre y octubre 2022), se publica al menos una vez al día en esta cuenta. Las temáticas que sobresalen en este perfil son: información sobre covid-19, efemérides, imágenes de las actividades desarrolladas en los centros, inauguraciones de centros, noticias y contenido de entidades como el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU).

Al realizar la búsqueda dentro de este perfil de palabras clave para este diagnóstico como “lactancia materna”, “lactancia”, “embarazo”, “alimentación complementaria” y “guías alimentarias”, se encontraron los siguientes resultados:

Palabra o palabras clave	Temáticas o enfoques de las publicaciones relacionadas
Embarazo	Comunicados de prensa relacionados, en especial a adolescentes madres, anuncios de capacitación y del compromiso de CEN-CINAI para apoyar a las mujeres en esta etapa. Además, se compartieron dos foros virtuales, uno enfocado en el 25 aniversario de la Ley General de Protección a la Adolescente Madre y de creación del CIAMA, en el marco del Día Mundial de Prevención del Embarazo en la Adolescencia y otro enfocado en el “Día Mundial de la Prevención del Embarazo en Adolescentes” realizado en el 2021.
Lactancia o lactancia materna	Fotografías alusivas a las actividades realizadas en la Semana Mundial de la Lactancia Materna, Comunicados de prensa relacionados y anuncio de actividades.
Alimentación complementaria	Inauguración de centros, comunicados de prensa y exposición de servicios que brinda CEN-CINAI.

Cabe destacar que esta búsqueda se realizó directamente desde la página de Facebook de CEN-CINAI e incluye todas las publicaciones realizadas en este perfil.

En cuanto a los archivos multimedia de este perfil destacan fotografías de las actividades realizadas en los centros, fechas o eventos especiales, comunicados de prensa y anuncios de CEN-CINAI.

Apertura de distintos perfiles de CEN-CINAI por región

Además del perfil oficial de la Dirección Nacional de CEN-CINAI, se encuentra una variedad de perfiles que suelen estar segmentados por región, por ejemplo: “CEN-CINAI Jacó” o “CEN-CINAI Cariari”. Cabe destacar que algunos de estos perfiles si mantienen la línea gráfica de CEN-CINAI, sin embargo, muchos de estos no lo hacen.

YouTube e Instagram

Con respecto a la cuenta de YouTube “CEN-CINAI”, esta se encontraba inactiva durante casi un año a excepción por el último video publicado, el año donde se realizaron más publicaciones fue en el 2014. Entre el contenido que destaca se encuentran videos introductorios sobre CEN-CINAI y sus servicios. En cuanto al perfil de Instagram “cencinaicr”, este es un canal que, al momento del diagnóstico, tenía menos de una semana de haberse abierto y contaba solo con cuatro publicaciones, las cuales corresponden al logo de CEN-CINAI y a videos introductorios.

Recomendaciones generales de las redes sociales empleadas por CEN-CINAI:

Al pertenecer a la fase de diagnóstico, en este apartado se compartirán recomendaciones generales, una vez en fase de estrategia se profundizará cómo estos canales pueden ser empleados como herramienta para compartir información sobre la alimentación en los primeros mil días de vida.

- Evitar el uso de copias largos, refiriéndose a estos como los textos o descripciones que acompañan las imágenes o publicaciones, ya que esto puede dificultar su lectura.
- Atención a comentarios: es importante que estas redes sociales se sientan como un canal oficial y de pronta respuesta. Por lo que, se recomienda contestar en lo mayor posible las consultas que surgen en los comentarios de las publicaciones realizadas. Asimismo, debe darse respuesta vía mensaje privado.
- Integrar dentro de las temáticas de publicación contenido educativo sobre diferentes servicios que brinda CEN-CINAI.
- Maximizar el uso de contenido audiovisual, el cual es el preferido de muchos usuarios.

Preferencia de canales por parte de madres beneficiarias:

Resultados en grupos focales y consultas digitales realizadas en este diagnóstico

En la consulta digital realizada a madres beneficiarias extramuros e intramuros se obtuvieron 1184 respuestas, dentro de este instrumento se consultó la preferencia de distintos canales de comunicación, donde se obtuvo:

OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS
Ver videos cortos para madres	66.24% 777
Ver programas de televisión para padres, madres y cuidadores	55.58% 652
Escuchar programas para madres	45.69% 536
Leer material impreso sobre temas de madres en casa	40.32% 473
Dibujar, pintar y/o llenar libros de recuerdos de bebés	38.62% 453
Chatear por WhatsApp sobre temas de madres	35.29% 414
Clases gratuitas para madres	34.61% 406
Dinámicas en grupo para madres	34.10% 400
Total de encuestados: 1,173	

Fuente: Consulta digital a madres beneficiarias elaborada el mes de septiembre y octubre 2022 por Comunicación Corporativa de Centroamérica.

En estas respuestas se evidencia una preferencia por los videos cortos y por el formato audiovisual, esta es una tendencia que ha permeado en diferentes audiencias y el caso de las madres beneficiarias no es la excepción. Profundizando en los grupos focales elaborados, las madres participantes destacaron tres elementos que preferían en los videos cortos: dinamismo, poco texto (solo menciones de lo importante) y que representaran su realidad.

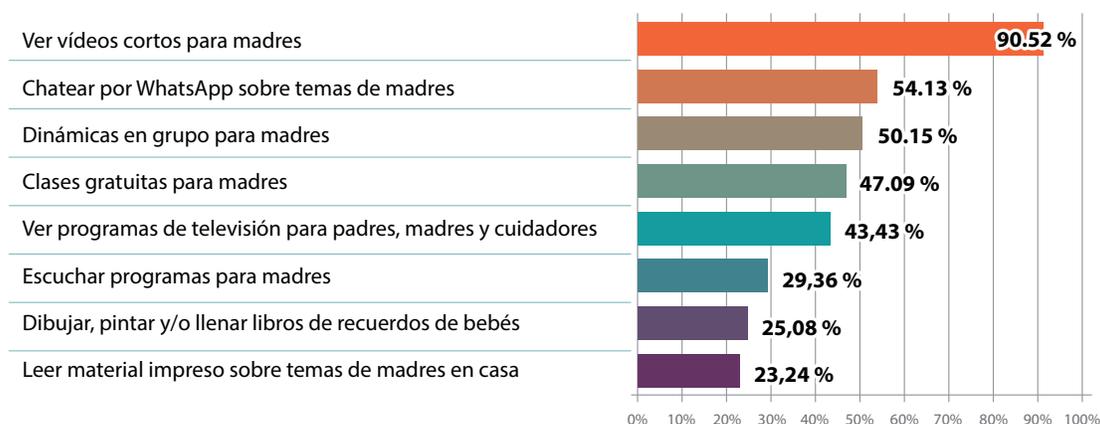
Parte del auge del consumo de este formato, se debe al crecimiento de la red social Tik Tok, la cual ha crecido en Costa Rica de 478.932 usuarios en el 2019 a 1.776.598 en el 2022, según la edición del 2022 de estudio Red 506. Puede valorarse esta red social como un canal para producir este tipo de videos, sin embargo, es válido realizar la creación de videos cortos que cumplan con los elementos que buscan las madres beneficiarias y compartirlos por una red social que tenga mayor cobertura y alcance en el país y que sea de su preferencia, como lo es WhatsApp. Red que destaca en el puesto seis en preferencia de canales según las madres beneficiarias y es un canal de comunicación actual que utiliza CEN-CINAI.

Otro de los canales de comunicación actualmente utilizado por los CEN-CINAI y de la preferencia de las madres beneficiarias son los materiales impresos con información, los cuales pueden recibir en el centro y llevar a sus casas. Esta puede ser una forma de impactar a otras personas que participan o influyen en la toma de decisiones de la madre beneficiaria, las cuales puede que no acudan regularmente al centro, pero si se encuentren o visiten el lugar de residencia de la madre beneficiaria.

Por último, en los grupos focales las madres beneficiarias externaron que espacios donde podían compartir experiencias con otras madres les era enriquecedor, cómo lo son las charlas, pero que les gustaba que fuera un espacio de interacción. Además, aseguraron que si asistirían a este tipo de sesiones educativas siempre que su horario u ocupación se los permita.

Preferencia de canales por parte de madres beneficiarias según percepción del personal de CEN-CINAI

Además de obtener la preferencia de las madres beneficiarias en este tema, se consultó al personal de CEN-CINAI sobre su percepción de los canales de comunicación que eran de mayor gusto para las madres beneficiarias, estos fueron los resultados obtenidos:



Fuente: Consulta digital a personal de CEN-CINAI elaborada el mes de septiembre y octubre 2022 por Comunicación Corporativa de Centroamérica.

Como resultado destacan los videos cortos en primer lugar con un 90,52% y en segundo lugar la actividad “chatear por WhatsApp sobre temas de madres”. Por lo que, podría enlazarse estas dos actividades aprovechando un canal actual y un formato que en todos los instrumentos implementados destaca.

Otra actividad o canal de comunicación que el personal de CEN-CINAI menciona como preferido en segundo lugar por las madres beneficiarias son las dinámicas en grupo para madres y en el tercer puesto resaltan clases gratuitas para madres. Actividades por las cuales las madres beneficiarias mostraron interés en los grupos focales, donde compartían que este tipo de dinámicas les permitían interactuar con otras madres, escuchar experiencias con las que podían empatizar y se sentían identificadas, aprender de experiencias ajenas y entender lo particular y personal que pueden ser estas etapas.

A diferencia de lo percibido por el personal de CEN-CINAI sobre la opción “leer material impreso sobre temas de madres en casa”, las madres beneficiarias comentaron que esto les era de utilidad y era

» RECOMENDACIONES Y/O CONCLUSIONES GENERALES:

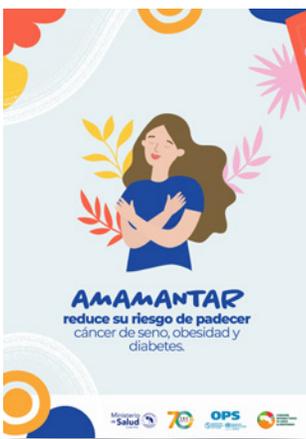
de su agrado, aún más si estos materiales contaban con una línea gráfica atractiva.

Al pertenecer a la fase de diagnóstico, en este apartado se compartirán recomendaciones generales, una vez en fase de estrategia se profundizará los canales indicados para compartir información sobre la alimentación en los primeros mil días de vida y su recomendación de uso. Además, al identificar los requerimientos informativos y crear la estrategia de comunicación sobre la alimentación en los primeros 1000 días de vida para el periodo 2023-2028, pueden valorarse otros canales que emplea actualmente CEN-CINAI o que podrían implementar, los cuales se adapten a las preferencias de las madres beneficiarias. Esto con el fin de poder impactar de una forma más directa y amena a los públicos de interés en las necesidades de información que se detecten.

- Como resultado de los tres tipos de consultas ejecutados (consulta digital a madres beneficiarias, consultas a personal de CEN-CINAI y grupos focales) destacan la preferencia por videos cortos y dinámicos.
- Hay una inclinación en los tres tipos de consultas sobre las dinámicas en grupo, cómo lo son sesiones donde interactúan entre madres, clases o charlas informativas. Sin embargo, un factor que debe considerarse en este canal de comunicación son los horarios y la disponibilidad de estas madres.
- Por último, en las consultas digitales realizadas a madres beneficiarias y en los grupos focales destaca la importancia de los materiales impresos.

Análisis específico de afiches de lactancia

Se realizó una dinámica de revisión de los siguientes afiches con las madres beneficiarias de las 7 provincias.



Afiche 1



Afiche 2



Afiche 3



Afiche 4

Dicho apartado se dividió en una serie de preguntas dirigidas a entender el impacto del mensaje que contiene cada afiche en las participantes y lo que estas perciben de la línea gráfica de los afiches (paleta de color, vectores, tipografía, entre otros).

» Sobre el mensaje y contenido

Afiche	Comentarios realizados por las participantes
<p>Afiche 1</p> <p>Texto: Amamantar reduce su riesgo de padecer cáncer de seno, obesidad y diabetes.</p>	<p>La palabra de este afiche a la que más reaccionaron las participantes fue "obesidad". Con respecto a esta, las participantes la relacionaron según su experiencia con el aumento o la pérdida de peso en el periodo de lactancia. Surgieron comentarios como "a mí no me adelgazó" en Pueblo Civil de Siquirres y en la comunidad de Los Almendros en Puntarenas.</p> <p>Debido a esta relación con la pérdida o el aumento de peso, en el grupo focal realizado en Guanacaste mencionaron: "no le creo a este, más bien voy para arriba" y, por el contrario, en Sarapiquí surgió el comentario: "lo que dice este afiche es cierto".</p> <p>Por otro lado, en el grupo focal de Cartago mencionaron que nunca habían escuchado sobre la información que tiene el afiche.</p>
<p>Afiche 2</p> <p>Texto: Apoye y facilite la lactancia materna en el trabajo y el estudio, cree lugares adecuados y respete los tiempos de la madre.</p> <p>Recuerde que es un derecho.</p>	<p>En cuanto al contenido de este afiche se realizaron comentarios de la importancia de contar con información sobre los derechos en el periodo de lactancia en espacios como el trabajo o el estudio.</p> <p>Varias de las participantes mencionaron que se sintieron identificadas con el afiche, ya que estas estudiaban o trabajaban.</p> <p>Por otro lado, en algunas zonas se comentó que esto no aplicaba o no era una realidad para todas, en el grupo focal de Cartago mencionaron: "esto depende del jefe, a uno lo echan", en el grupo focal de Guanacaste: "en Liberia no hay lugares de esos", "en mi trabajo no había espacio" y "solo vi eso en un hotel" (estos últimos comentarios refiriéndose a los espacios para dar lactancia materna) y en el grupo focal de Puntarenas: "no muchos lo respetan, a uno lo ven raro", sin embargo, en este último punto, tanto en la zona de Puntarenas como en otras localidades, luego de realizar este comentario las participantes reforzaban que era un derecho dar de mamar y que "no les importaba" la forma en que las vieran las demás.</p>
<p>Afiche 3</p> <p>Texto: Amamante todo el tiempo que usted y su bebé lo deseen, la lactancia es un derecho para ambos.</p>	<p>En general, las participantes comentaron que este afiche les generó "ternura" y que representa un momento especial para ellas.</p> <p>En varios de los grupos focales se mencionó que les gustaba que se hablara de que la lactancia también es un derecho del lactante y que este merece alimentarse en las condiciones adecuadas.</p> <p>Por último, en el grupo focal de Puntarenas se relacionó el tema del tiempo con los años que toma un individuo leche materna, con comentarios como: "mi sobrino tiene 3 años y sigue tomando, los protege de los virus".</p>

<p>Afiche 4</p> <p>Texto: La lactancia es un acto de amor y paciencia, confíe en que usted y su bebé lo van a lograr.</p>	<p>La palabra que más destacaron las participantes en este afiche fue “paciencia”. En todos los grupos focales las participantes comentaron que se sentían muy identificadas con esta palabra, ya que la etapa de la lactancia era para ellas un momento especial, pero que implicaba mucha paciencia.</p> <p>En Siquirres pronunciaron: <i>“yo me identifico con la paciencia, es el afiche más acertado”</i>; en el grupo focal de Boca Arenal mencionaron: <i>“todo el mundo dice que duele, pero es más algo de paciencia”</i>; en la localidad de Sarapiquí: <i>“la paciencia es muy importante, uno piensa que no lo va a lograr”</i>; en el grupo focal de Cartago: <i>“es un proceso de amor, pero también de paciencia”</i> y <i>“y de paciencia con las personas que lo rodean a uno”</i> y por último, en el grupo focal de Guanacaste: <i>“para esto se ocupa mucha paciencia”</i>.</p>
--	---

» Apreciaciones generales

Las participantes de los diferentes grupos calificaron los afiches como “muy importantes” y “muy buenos”, dicen que estos resaltan la importancia de la lactancia materna.

Al preguntarle a las participantes la emoción que les transmitían los afiches, destacaron: ternura, amor, tranquilidad y paz. Además, estas mencionaron que sintieron reflejado en los afiches el momento especial que representa dar de mamar para ellas y sus bebés, así como que ejemplificaban la conexión madre e hijo o hija que se da en la lactancia.

En cuanto a la extensión y calidad del contenido, todas las participantes concuerdan en que se sienten cómodas con la cantidad de texto, ya que es corto y conciso, así como con la calidad de su contenido, ya que la información que comparten es de suma importancia.

» Sobre aspectos gráficos

Paleta de colores

La mayoría de las participantes comentaron que la paleta de colores les parecía atractiva, que esta resaltaba frente a otros materiales, lo cuales solían contener colores menos vibrantes, y que los empleados en estos afiches les generan alegría.

En cuanto al color de fondo surgieron diferentes comentarios, donde para algunas participantes el que el color del fondo fuera un derivado del color del texto les dificultaba su lectura y que preferirían contar con un mayor contraste entre ambos. Por el contrario, para otras participantes esto les parecía visualmente atractivo.

Vectores

Los vectores utilizados fueron calificados en la mayoría de los lugares como atractivos, llamativos y modernos. La mayoría de las participantes mostraron una reacción positiva hacia estos.

En cuanto al aspecto de estos, sobresalió el vector utilizado para representar a la madre y a su bebé en el afiche 4, las participantes mencionaron que se sentían identificadas y que les parecía muy bien ver a mujeres de piel morena representadas en este afiche.

Otro de los comentarios que surgieron en torno a la representación de las mujeres y los momentos de lactancia se mencionó que en los afiches “se romantizaba” este espacio y que están alejados de la imagen de una mujer real dando de amamantar. En el grupo focal realizado en la zona de Pueblo Civil, Siquirres, una de las participantes mencionó que las mujeres en estos afiches se veían muy “barbies” y que así no se veía ella. En el grupo focal de Cartago mencionaron: “se ven bonitas las imágenes, pero así no se ven en la vida real” y “la lactancia es muy bonita, pero también es muy dura”.

Por último, las participantes concuerdan en que los vectores dan información por si solos y que sin leer el texto pueden identificar que se trata del momento de lactancia, además de que estos vectores les generan sentimientos como “paz”, “tranquilidad” y “amor”.

Tipografía

Sobre esta temática, los comentarios que surgieron validaban la legibilidad de los textos que contienen los afiches. Además, en todos los grupos focales realizados, la respuesta fue positiva ante la estética de la tipografía empleada.

Tamaño de la impresión

El tamaño de los afiches y sus colores los hacen destacar entre otros materiales en los centros, la mayoría de las participantes afirman que los han visto y que les parecen llamativos. Además, destacan que el tamaño hace que el texto sea legible.

» PRINCIPALES CONCLUSIONES SEGÚN LOS HALLAZGOS PRESENTADOS Y EL ANÁLISIS REALIZADO

Cabe destacar que todos los afiches muestran armonía a nivel de la paleta de colores y los vectores empleados, si bien cada afiche cuenta con un fondo de un color diferente a los otros y profundizan los vectores centrales en cuanto a este, podemos ver que todos comparten elementos y colores que los hacen parte una misma línea gráfica. Esto hace que no se genere una disonancia visual y se puedan identificar los afiches dentro de una misma línea.

Un aspecto muy positivo que contienen estos afiches es que son lo suficientemente llamativos para que en todos los grupos focales realizados fueran calificados como “vistosos” y la mayoría de las participantes aseguraron que llamaban su atención y que los habían visto al menos una vez. Esto puede deberse a una serie de factores, entre estos su paleta de colores, el tamaño de su impresión y la distribución del espacio entre texto y vectores, donde los vectores sobresalen.

Una de las necesidades encontradas es la importancia de no “romantizar” la lactancia materna, las madres beneficiarias quieren sentirse identificadas en estos afiches, quieren que se represente la conexión entre madre e hijo o hija y lo especial que puede ser este momento, pero a su vez esperan ver en estos materiales que la lactancia es una tarea dura y que requiere un esfuerzo. Además, buscan en los afiches una mujer más real y parecida a ellas.

La empatía es un elemento clave para conectar con las madres beneficiarias, en este diagnóstico vimos el impacto de la palabra “paciencia”, la cual destacó en todos los grupos focales y las participantes compartían que se sentían identificadas. Utilizar palabras como esta, las cuales ejemplifican lo que vive una madre en esta etapa, ayudan a que el mensaje del afiche tenga un mayor impacto y les genere un sentimiento positivo.

Contar con mensajes empáticos e imágenes más reales les ayuda a las madres beneficiarias a mostrarles a las personas que las rodean, a sus influencias y a la sociedad en general el esfuerzo que la lactancia implica, lo duro que puede ser para algunas y la importancia de este momento único que comparten y disfrutan ellas con sus bebés.

Por último, es importante velar por la inclusión y representación a nivel de vectores e imágenes de las diferentes mujeres a las que se impacta mediante estos materiales gráficos.

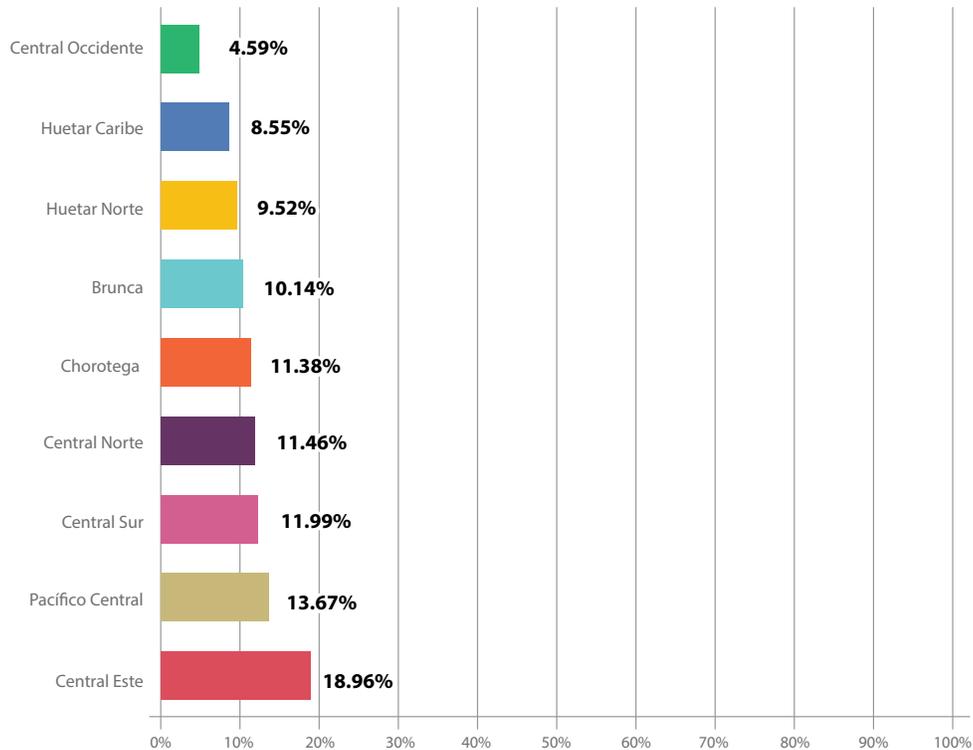
■ Consulta cuantitativa

» Consulta cuantitativa a madres beneficiarias

A continuación, se mostrará los hallazgos de las respuestas a las consultas realizadas a madres beneficiarias y personal de los CEN-CINAI. La consulta se realizó de forma digital a 1184 madres beneficiarias, de estas sólo 1134 madres identificaron la dirección regional de la cual son beneficiarias.

Por favor pida a la persona del CEN-CINAI que le indique cuál dirección regional marcar

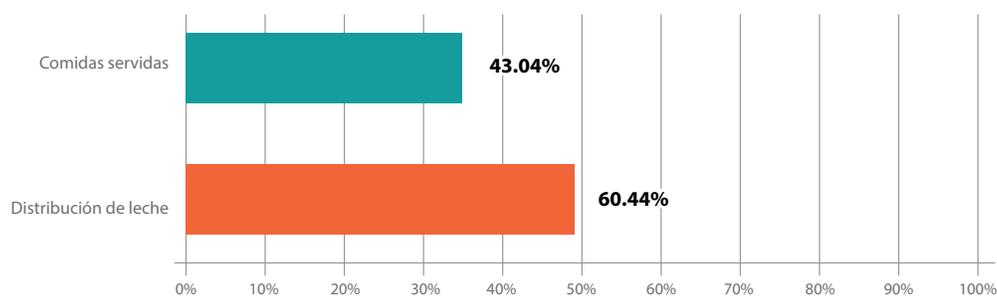
Respondidas: 1,134 Omitidas: 50



Se recibió respuesta de todas las direcciones regionales de CEN-CINAI del país. Central Este fue la dirección regional que aportó más respuestas de madres beneficiarias, en total 215 madres, representando el 18.96%.

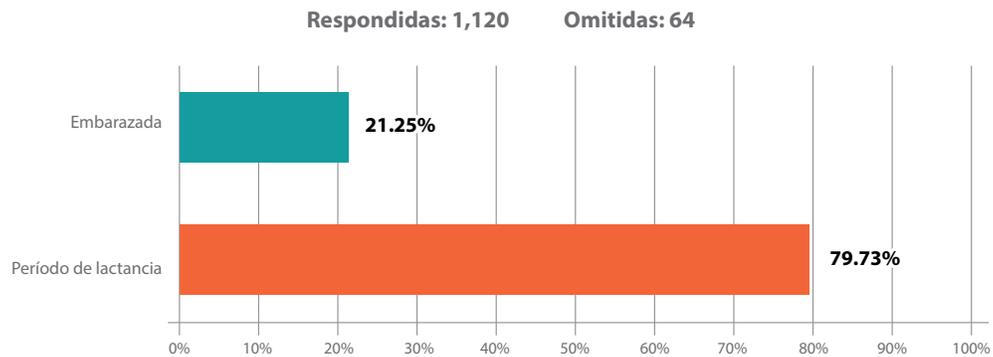
¿Cuál es el servicio que recibe?

Respondidas: 1,178 Omitidas: 6



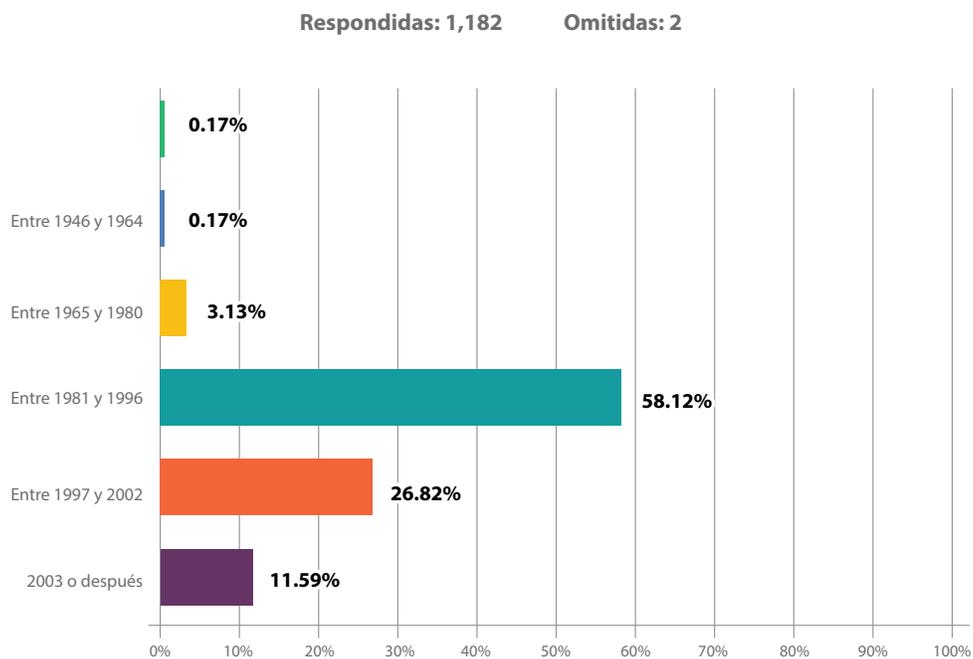
Del total de madres consultadas, 43.04% reportaron beneficiarse del servicio de comidas servidas, mientras que 60.44% recibe el servicio de distribución de leche.

Por favor marque cuál es su condición actual:



Como parte del proceso de convocatoria de los CEN-CINAI a la consulta, se les pidió que las personas participantes estuvieran en periodo de lactancia o fueran personas gestantes. En total 893 (79.73%) madres reportaron encontrarse en periodo de lactancia mientras que 238 (21.25%) indicaron estar embarazadas.

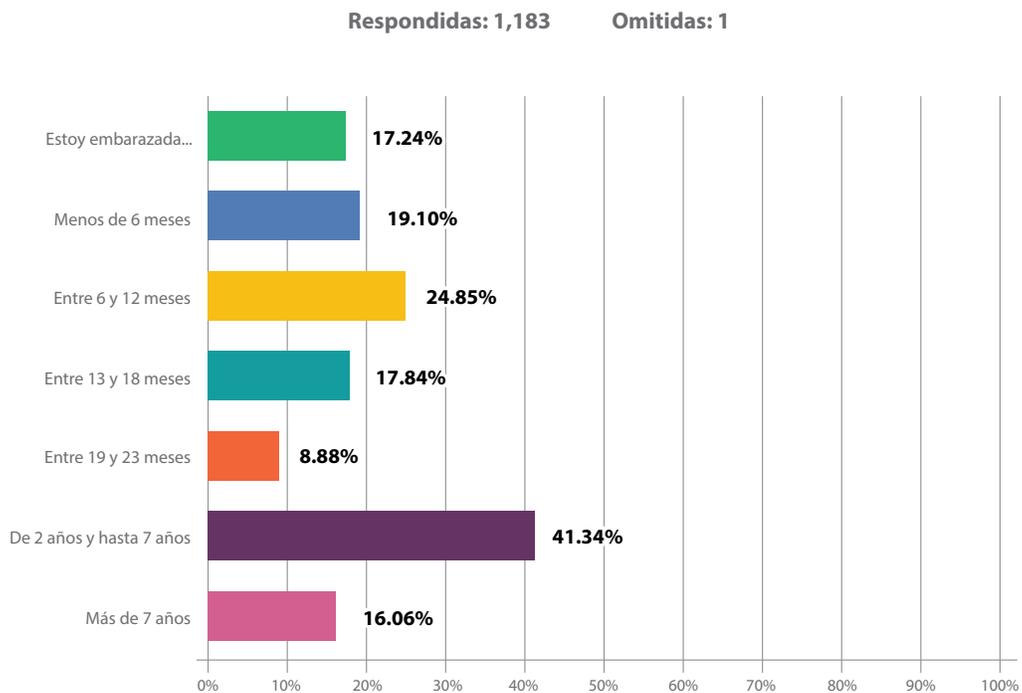
¿Cuál es su año de nacimiento?



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Antes de 1946	0.17%	2
Entre 1946 - 1964	0.17%	2
Entre 1965 y 1980	3.13%	37
Entre 1981 y 1996	58.12%	687
Entre 1997 y 2002	26.82%	317
2003 o después	11.59%	137
TOTAL DE ENCUESTADOS		1,182

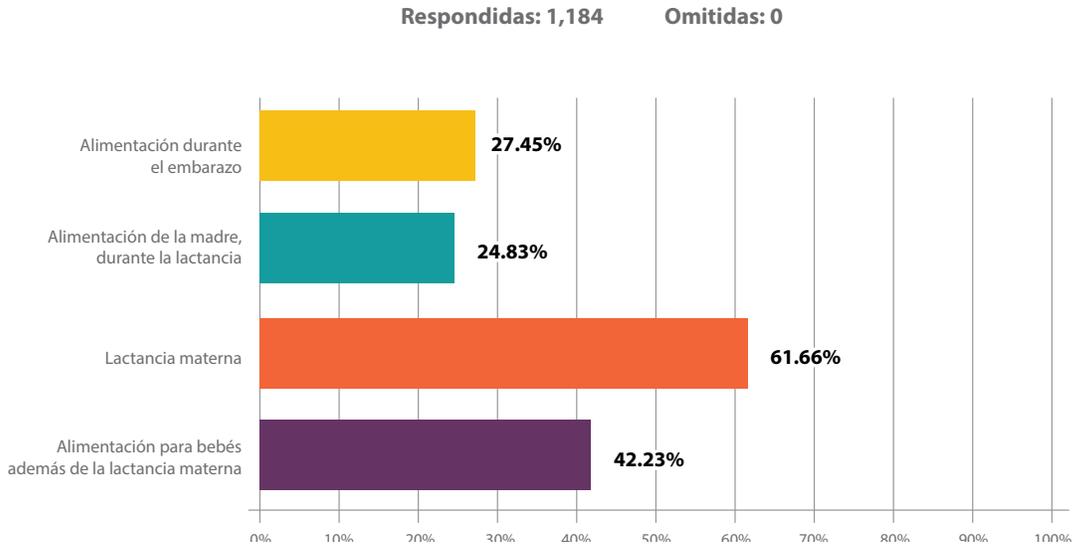
La mayoría de las participantes, 58.12%, de la encuesta son madres *millenials*, es decir pertenecen a la generación de personas nacidas entre 1981 y 1996. La representación de madres adolescentes (nacidas en 2003 o después de ese año) que respondieron la consulta es de 11.59 puntos porcentuales.

¿Qué edades tiene sus hijos e hijas? Marque todas las que apliquen



Las edades de las y los hijos de quienes llenaron la consulta es muy variada. En el gráfico anterior, se evidencia la diversidad. Esto nos permite obtener datos de experiencias diferentes vividas por cada madre con cada uno de sus hijos e hijas.

En cuál de los siguientes temas, el personal del CEN-CINAI le ha brindado más información: Marque máximo 2

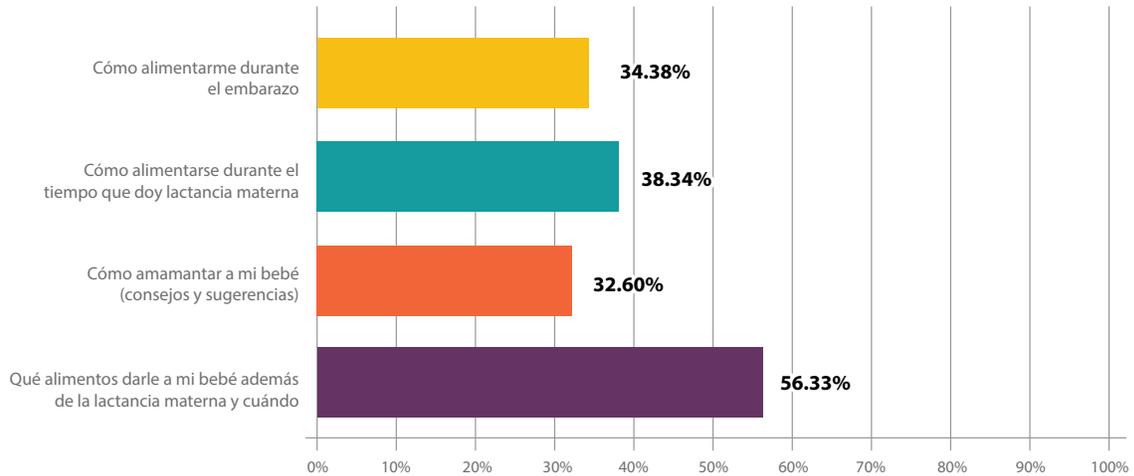


OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Alimentación durante el embarazo	27.45%	325
Alimentación de la madre, durante la lactancia	24.83%	294
Lactancia materna	61.66%	730
Alimentación para bebés además de la lactancia materna	42.23%	500
TOTAL DE ENCUESTADOS		1,184

Se evidencia que, desde la experiencia de las madres y su percepción, la lactancia materna es el tópico del cual han recibido más información de parte del CEN-CINAI.

¿De cuál de los siguientes temas le hubiera gustado saber más? Marque 2

Respondidas: 1,184 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Cómo alimentarme durante el embarazo	34.38%	407
Cómo alimentarse durante el tiempo que doy lactancia materna	38.34%	454
Cómo amamantar a mi bebé (consejos y sugerencias)	32.60%	386
Qué alimentos darle a mi bebé además de la lactancia materna y cuándo	56.33%	667
TOTAL		1,184

El tema del que tiene más interés es la alimentación complementaria (56.33%), seguido de cómo alimentarse a sí misma durante la época de lactancia.

Respuesta de acuerdo con su experiencia

	NO	MÁS O MENOS	SÍ	TOTAL	PROMEDIO PONDERADO
¿Conoce las leyes relacionadas con embarazo que deben aplicarse en el trabajo o centro de estudio?	30.41% 354	27.92% 325	41.67% 485	1,164	1.11
¿Sabe cuáles alimentos no consumir estando embarazada?	15.97% 186	28.76% 335	55.28% 644	1,165	1.39
¿Sabe cuáles alimentos preferir estando embarazada?	13.91% 162	36.22% 422	49.87% 581	1,165	1.36
¿Sabe cuáles suplementos de minerales y vitaminas se requieren tomar estando embarazada?	12.30% 143	23.04% 268	64.66% 752	1,163	1.52
¿Sabe por qué es importante recibir vacunas durante el embarazo?	8.43% 98	12.22% 142	79.35% 922	1,162	1.71

Se evidencia que, en la etapa de embarazo, hay necesidades de información en relación con la legislación y a qué alimentos preferir o no consumir. Mientras que la suplementación y las vacunas son temas de los que las participantes reportan tener conocimiento.

Respuesta de acuerdo con su experiencia

	NO	MÁS O MENOS	SÍ
¿Conoce las leyes relacionadas con lactancia que deben aplicarse en su trabajo o centro de estudio?	31.18% 366	25.72% 302	43.10% 506
¿Sabe qué suplementos de minerales y vitaminas deben consumir los bebés lactantes?	28.82% 339	29.45% 346	41.70% 490
¿Conoce los derechos de las madres en período de lactancia?	25.17% 295	25.51% 299	49.32% 578
¿Sabe cómo hacer más confortable y sin dolor la lactancia?	22.81% 268	26.47% 311	50.72% 596
¿Sabe la importancia de contar con el apoyo de la red familiar durante la lactancia?	18.65% 219	17.38% 204	63.97% 751
¿Sabe por qué es importante recibir vacunas durante la lactancia?	18.53% 217	16.40% 192	65.07% 762
¿Sabe cómo guardar la leche materna para su adecuada conservación?	18.38% 215	19.57% 229	62.05% 726
¿Sabe cómo hacer la correcta extracción de la leche materna?	14.54% 171	22.19% 261	63.27% 744
¿Sabe sobre la necesidad de brindar lactancia por libre demanda del bebé?	14.29% 167	16.60% 194	69.12% 808
¿Sabe sobre la importancia de continuar la lactancia materna hasta los dos años de edad?	13.98% 164	16.79% 197	69.22% 812
¿Sabe de las diferentes posiciones que puede usar para dar lactancia materna?	10.91% 128	25.40% 298	63.68% 747
¿Sabe hasta que edad las y los bebés deben tomar única y exclusivamente leche materna?	5.37% 63	11.07% 130	83.56% 981

La legislación es también el tema de mayor desconocimiento, seguido por la suplementación de bebés en la etapa de lactancia.

Respuesta de acuerdo con su experiencia

	NO	MÁS O MENOS	SÍ
¿Sabe a qué edad pueden empezar las y los bebés a consumir otros alimentos diferentes a la leche materna?	3.41% 40	7.94% 93	88.65% 1039
¿Sabe a qué edad las y los bebés pueden comer las diferentes texturas y tipos de alimentos?	7.05% 83	24.28% 286	68.68% 809
¿Sabe cuántas veces al día deben comer alimentos complementarios a la leche materna?	16.16% 190	26.70% 314	57.14% 672
¿Sabe cuál es el ambiente y las situaciones apropiadas para ayudarle a las y los bebés a experimentar con la comida?	16.84% 198	28.74% 338	54.42% 640
¿Sabe cuándo una o un bebé está satisfecho?	8.23% 97	16.38% 193	75.38% 888
¿Sabe cuándo una o un bebé tiene hambre?	2.38% 28	8.93% 105	88.69% 1,043
¿Sabe a que edad pueden empezas las y los bebés a tomar agua?	16.88% 198	13.81% 162	69.31% 813
¿Sabe la importancia de usar beberito u otro similar?	18.68% 220	18.59% 219	62.73% 739
¿Sabe sobre la importancia de cumplir con horarios de sueño de su bebé?	8.09% 95	14.31% 168	77.60% 911

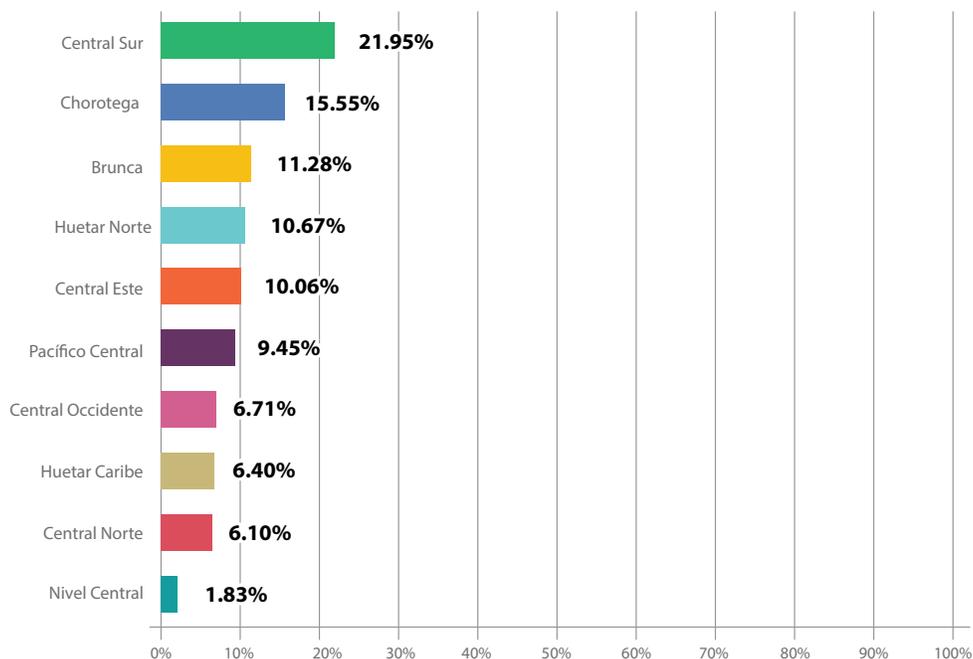
La alimentación complementaria presenta más niveles de inseguridad (porcentaje más altos de respuestas “más o menos”), lo cual evidencia poca certeza en la información a la que tienen acceso las madres en relación con la alimentación complementaria. Experimentar con la comida, uso de herramientas como el beberito y la edad para el inicio de beber agua son los temas con mayor desconocimiento.

» Consulta cuantitativa a personal de CEN-CINAI

La consulta digital realizada al personal de CEN-CINAI la respondieron 328 personas funcionarias de direcciones regionales y nivel central. Se anota que se obtuvo participación del total de direcciones regionales.

Por favor indique su lugar de trabajo:

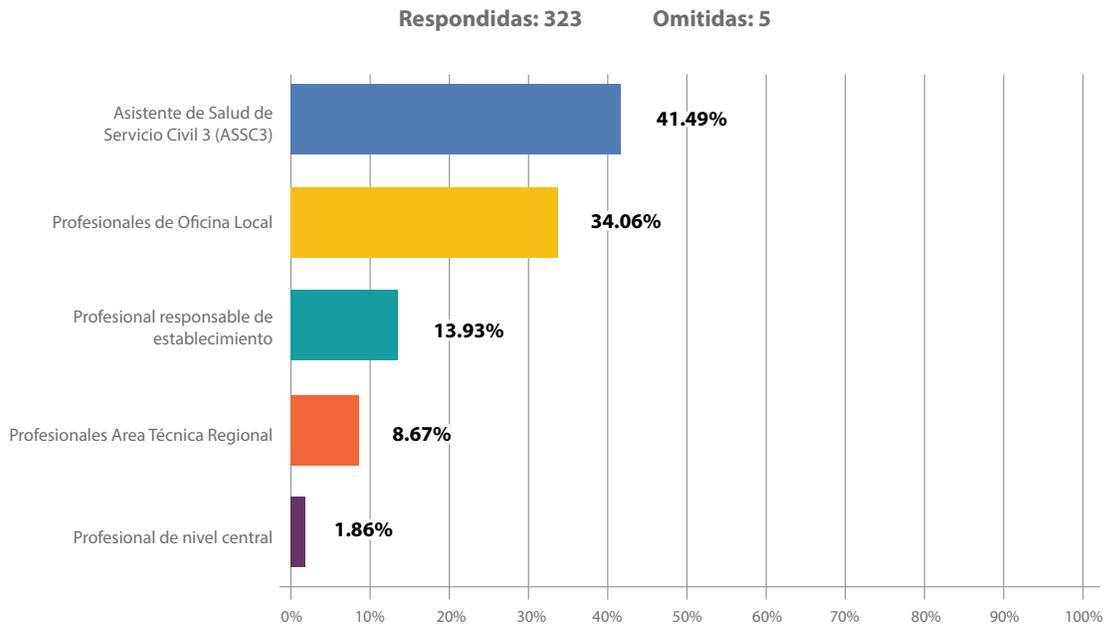
Respondidas: 328 Omitidas: 0



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Central Sur	21.95%	72
Chorotega	15.55%	51
Brunca	11.28%	37
Huetar Norte	10.67%	35
Central Este	10.06%	33
Pacífico Central	9.45%	31
Central Occidente	6.71%	22
Huetar Caribe	6.40%	21
Central Norte	6.10%	20
Nivel Central	1.83%	6
TOTAL DE ENCUESTADOS		328

Respondieron la encuesta 134 asistentes de Salud de Servicio Civil 3, 110 profesionales de oficinas locales, 45 responsables de establecimiento, 28 profesionales de áreas técnicas regionales y 6 profesionales de nivel central.

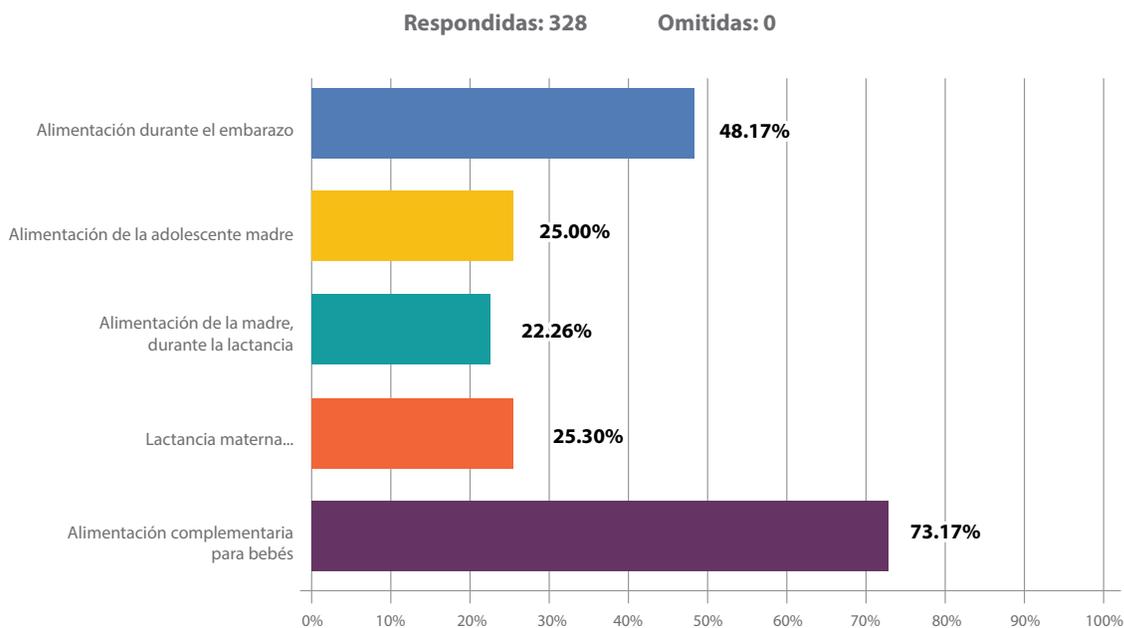
Marque su tipo de puesto:



OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Asistente de Salud de Servicio Civil 3 (ASSC3)	41.49%	134
Profesionales de Oficina Local	34.06%	110
Profesional responsable de establecimiento	13.93%	45
Profesionales Area Técnica Regional	8.67%	28
Profesional de nivel central	1.86%	6
TOTAL DE ENCUESTADOS		323

Al pedirles que seleccionaran las dos áreas temáticas en las que consideran que las personas tienen más necesidad de información, la mayoría marcó “Alimentación complementaria”.

Marque máximo 2

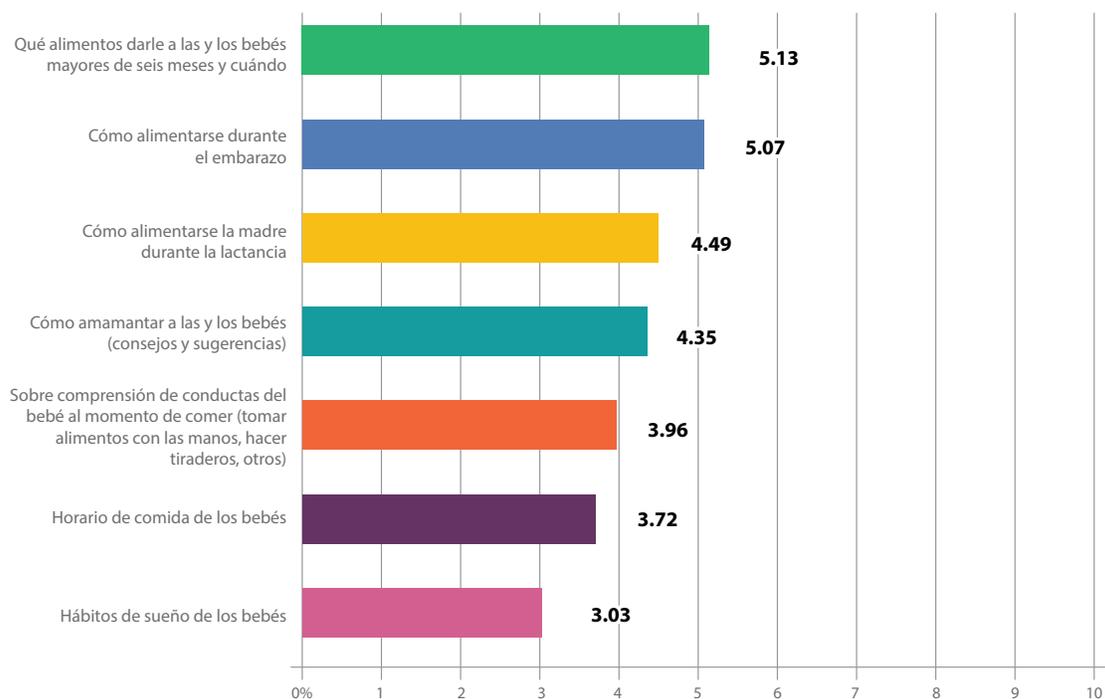


OPCIONES DE RESPUESTA	RESPUESTAS	
Alimentación durante el embarazo	48.17%	158
Alimentación de la adolescente madre	25.00%	82
Alimentación de la madre, durante la lactancia	22.26%	73
Lactancia materna	25.30%	83
Alimentación complementaria para bebés	73.17%	240
TOTAL DE ENCUESTADOS		328

Se les solicitó a las personas funcionarias que priorizaran subtemas ordenándolos, siendo 1 el tema en el que las madres beneficiarias requieren más información y 7 en el que menos.

Las puntuaciones se aplican a la inversa. En otras palabras, la opción preferida del encuestado (que clasifican como n.º 1) tiene la mayor ponderación, en este caso 7, y su opción menos preferida (que clasifican en la última posición) tiene una ponderación de 1.

Aplicamos las puntuaciones de esta manera para garantizar que cuando los datos se presenten en un gráfico, quede claro qué opción de respuesta es la prioridad.



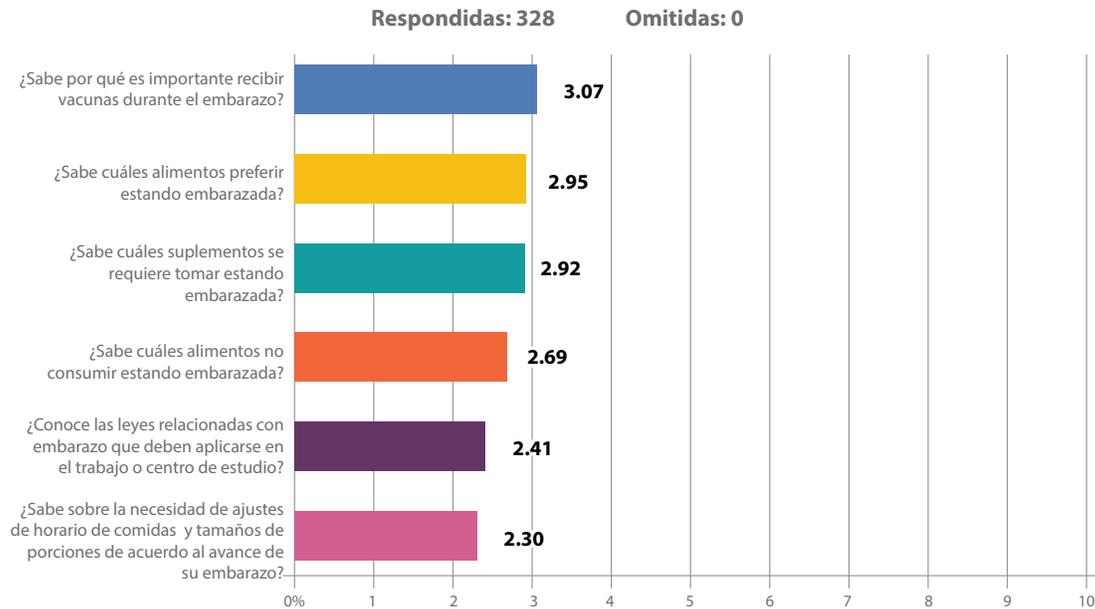
	1	2	3	4	5	6	7	TOTAL	PUNTUACIÓN
Qué alimentos darle a las y los bebés mayores de seis meses y cuándo	28.77% 84	20.21% 59	17.81% 52	15.07% 44	8.56% 25	5.48% 16	4.11% 12	292	5.13
Cómo alimentarse durante el embarazo	38.08% 107	13.17% 37	13.88% 39	9.25% 26	9.61% 27	9.96% 28	6.05% 17	281	5.07
Cómo alimentarse la madre durante la lactancia	11.19% 30	28.36% 76	16.04% 43	12.31% 33	13.43% 36	12.31% 33	6.34% 17	268	4.49
Cómo amamantar a las y los bebés (consejos y sugerencias)	14.13% 38	17.47% 47	21.19% 57	15.61% 42	10.78% 29	10.04% 27	10.78% 29	269	4.35
Sobre comprensión de conductas del bebé al momento de comer (tomar alimentos con las manos, hacer tiraderos, otros)	17.20% 48	11.11% 31	11.47% 32	19.71% 55	11.47% 32	8.96% 25	20.07% 56	279	3.96
Horario de comida de los bebés	1.51% 4	13.21% 35	18.49% 49	21.51% 57	20.00% 53	18.87% 50	6.42% 17	265	3.72

Así descubrimos que la alimentación complementaria es el tema de mayor requerimiento informativo para las madres, desde la perspectiva de las personas funcionarias, seguido de la alimentación durante el embarazo y posteriormente la alimentación durante la lactancia. Se les consultó también según su percepción que tanto conocimiento tiene la población beneficiaria de su CEN-CINAI sobre los diversos subtemas de embarazo, lactancia materna y alimentación complementaria, para esto se les pidió que marcaran del 1 al 5, siendo 1 ningún conocimiento y 5 entendimiento total del tema para cada pregunta. Para esta pregunta se sacó el promedio ponderado para graficar las respuestas.

EMBARAZO

Según su percepción, marque del 1 al 5, qué tanto conocimiento tiene la población beneficiaria de su CEN-CINAI de los siguientes temas:

1 - Ningún conocimiento | 5 - Entendimiento total del tema

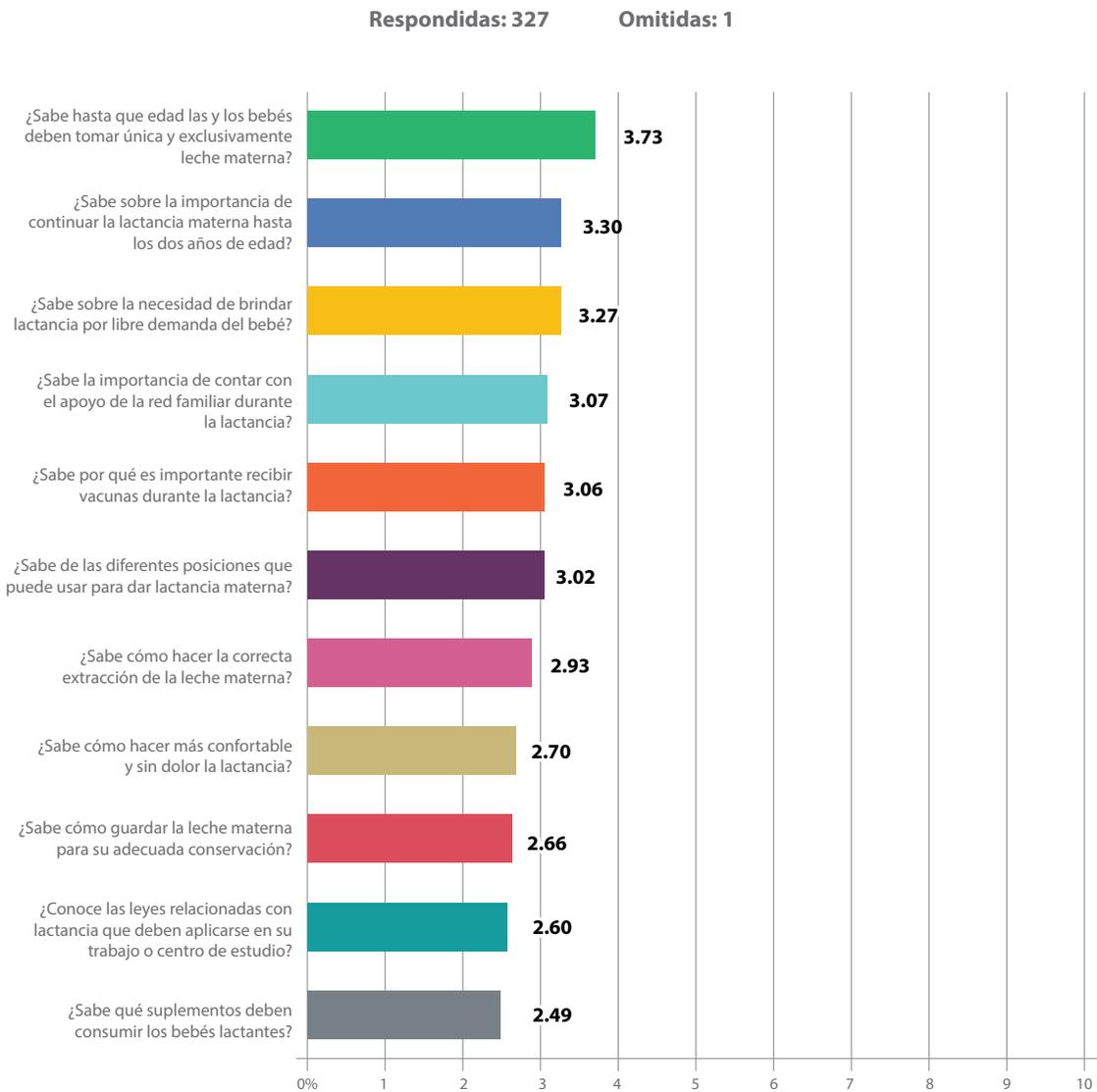


	(1) NINGÚN CONOCIMIENTO	2	3	4	(5) ENTENDIMIENTO TOTAL DEL TEMA	TOTAL	PROMEDIO PONDERADO
¿Sabe por qué es importante recibir vacunas durante el embarazo?	10.40% 34	23.24% 76	28.75% 94	23.85% 78	13.76% 45	327	3.07
¿Sabe cuáles alimentos preferir estando embarazada?	7.01% 23	24.70% 81	43.29% 142	15.85% 52	9.15% 30	328	2.95
¿Sabe cuáles suplementos se requiere tomar estando embarazada?	11.59% 38	27.13% 89	30.79% 101	18.29% 60	12.20% 40	328	2.92
¿Sabe cuáles alimentos no consumir estando embarazada?	12.84% 42	31.50% 103	36.09% 118	12.54% 41	7.03% 23	327	2.69
¿Conoce las leyes relacionadas con embarazo que deben aplicarse en el trabajo o centro de estudio?	21.10% 69	39.45% 129	23.85% 78	8.56% 28	7.03% 23	327	2.41
¿Sabe sobre la necesidad de ajustes de horario de comidas y tamaños de porciones de acuerdo al avance de su embarazo?	24.16% 79	37.61% 123	25.69% 84	8.87% 29	3.67% 12	328	2.30

Las personas colaboradoras encuentran que existe conocimiento sobre vacunación durante embarazo y preferencias en alimentos en esta etapa. Mientras que el tema del cual consideran hay más desconocimiento es el relacionado con horarios y legislación.

LACTANCIA MATERNA

Según su percepción, marque del 1 al 5, qué tanto conocimiento tiene la población beneficiaria de su CEN-CINAI de los siguientes temas:
 1 - Ningún conocimiento | 5 - Entendimiento total del tema

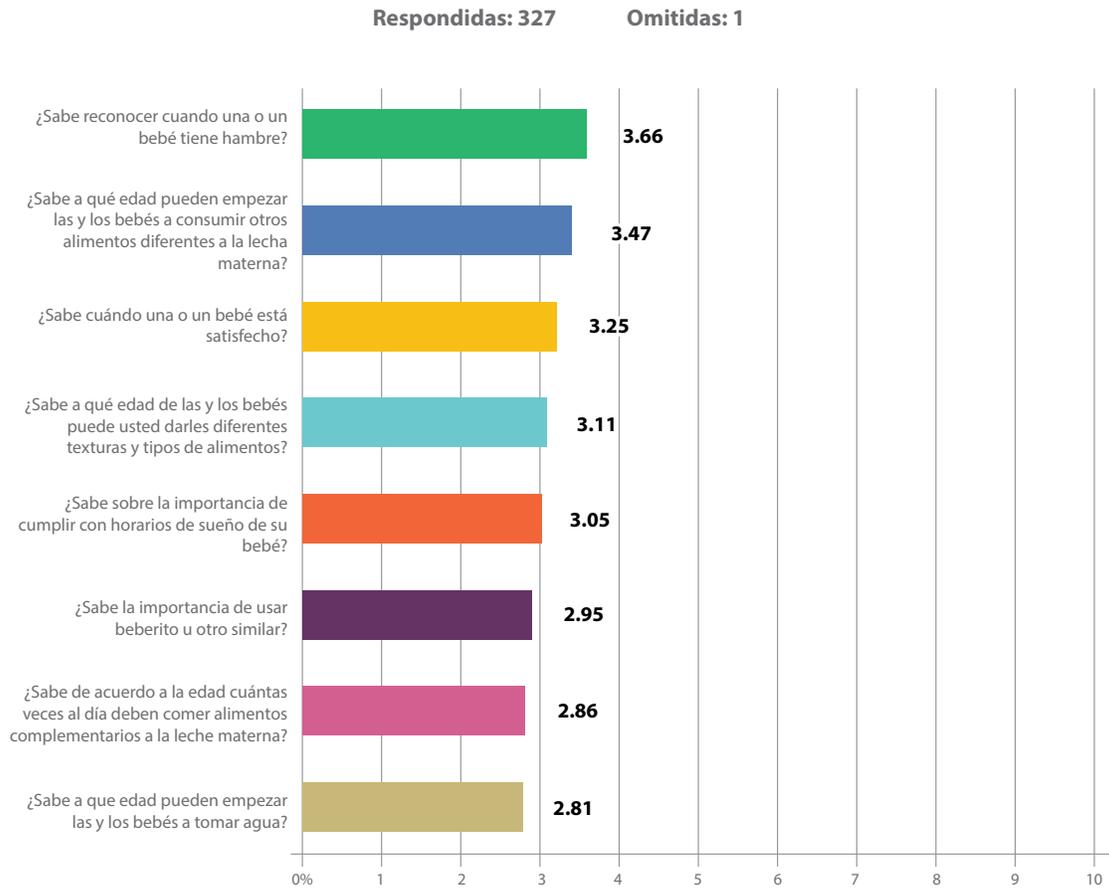


	(1) NINGÚN CONOCIMIENTO	2	3	4	(5) ENTENDIMIENTO TOTAL DEL TEMA	TOTAL	PROMEDIO PONDERADO
¿Sabe hasta que edad las y los bebés deben tomar única y exclusivamente leche materna?	2.15% 7	14.11% 46	20.86% 68	34.05% 111	28.83% 94	326	3.73
¿Sabe sobre la importancia de continuar la lactancia materna hasta los dos años de edad?	5.20% 17	18.96% 62	31.80% 104	28.44% 93	15.60% 51	327	3.30
¿Sabe sobre la necesidad de brindar lactancia por libre demanda del bebé?	8.67% 28	17.96% 68	30.65% 99	23.53% 76	19.20% 62	323	3.27
¿Sabe la importancia de contar con el apoyo de la red familiar durante la lactancia?	5.52% 18	28.22% 92	32.52% 106	21.47% 70	12.27% 40	326	3.07
¿Sabe por qué es importante recibir vacunas durante la lactancia?	9.79% 32	22.94% 75	31.19% 102	24.16% 79	11.93% 39	327	3.06
¿Sabe de las diferentes posiciones que puede usar para dar lactancia materna?	7.69% 25	23.69% 77	38.46% 125	19.69% 64	10.46% 34	325	3.02
¿Sabe cómo hacer la correcta extracción de la leche materna?	8.87% 29	23.85% 78	41.90% 137	15.90% 52	9.48% 31	327	2.93
¿Sabe cómo hacer más confortable y sin dolor la lactancia?	14.37% 47	31.19% 102	31.80% 104	15.60% 51	7.03% 23	327	2.70
¿Sabe cómo guardar la leche materna para su adecuada conservación?	16.21% 53	32.72% 107	28.75% 94	13.46% 44	8.87% 29	327	2.66
¿Conoce las leyes relacionadas con lactancia que deben aplicarse en su trabajo o centro de estudio?	16.82% 55	35.78% 117	26.91% 88	11.93% 39	8.56% 28	327	2.60
¿Sabe qué suplementos deben consumir los bebés lactantes?	17.43% 57	39.14% 128	26.30% 86	11.62% 38	5.50% 18	327	2.49

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

Según su percepción, marque del 1 al 5, qué tanto conocimiento tiene la población beneficiaria de su CEN-CINAI de los siguientes temas:

1 - Ningún conocimiento | 5 - Entendimiento total del tema

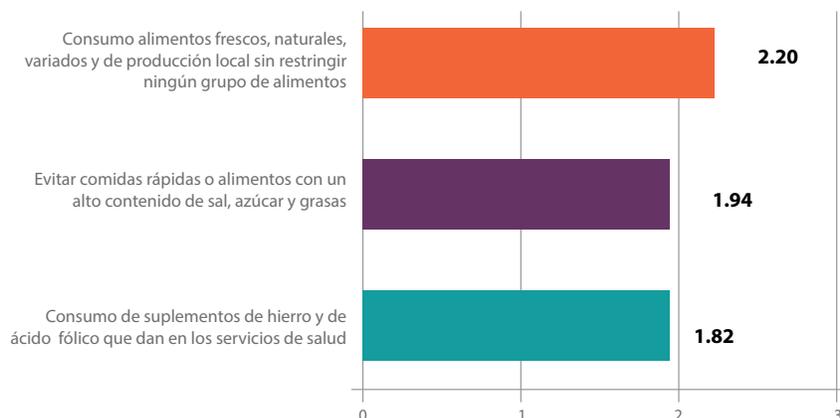


	(1) NINGÚN CONOCIMIENTO	2	3	4	(5) ENTENDIMIENTO TOTAL DEL TEMA	TOTAL	PROMEDIO PONDERADO
¿Sabe reconocer cuando una o un bebé tiene hambre?	2.46% 8	11.08% 36	28.31% 92	34.15% 111	24.00% 78	325	3.66
¿Sabe a qué edad pueden empezar las y los bebés a consumir otros alimentos diferentes a la leche materna?	1.53% 5	22.32% 73	26.61% 87	26.91% 88	22.63% 74	327	3.47
¿Sabe cuándo una o un bebé está satisfecho?	5.81% 19	19.57% 64	33.94% 111	25.08% 82	15.60% 51	327	3.25
¿Sabe a qué edad de las y los bebés puede usted darles diferentes texturas y tipos de alimentos?	3.67% 12	27.22% 89	35.17% 115	22.02% 72	11.93% 39	327	3.11
¿Sabe sobre la importancia de cumplir con horarios de sueño de su bebé?	8.87% 29	22.94% 75	35.17% 115	20.80% 68	12.23% 40	327	3.05
¿Sabe la importancia de usar beberito u otro similar?	8.00% 26	29.54% 96	31.69% 103	20.92% 68	9.85% 32	325	2.95
¿Sabe de acuerdo a la edad cuántas veces al día deben comer alimentos complementarios a la leche materna?	7.95% 26	28.75% 94	39.76% 130	16.82% 55	6.73% 22	327	2.86
¿Sabe a que edad pueden empezar las y los bebés a tomar agua?	13.76% 45	27.22% 89	32.72% 107	16.82% 55	9.48% 31	327	2.81

Además de consultarles sobre su percepción del conocimiento de las madres, se les consultó su propia valoración y priorización de los temas que consideran más importante de transmitir a las madres embarazadas beneficiarias de su área. Se retomará un análisis articulado de estos requerimientos, en una sección posterior.

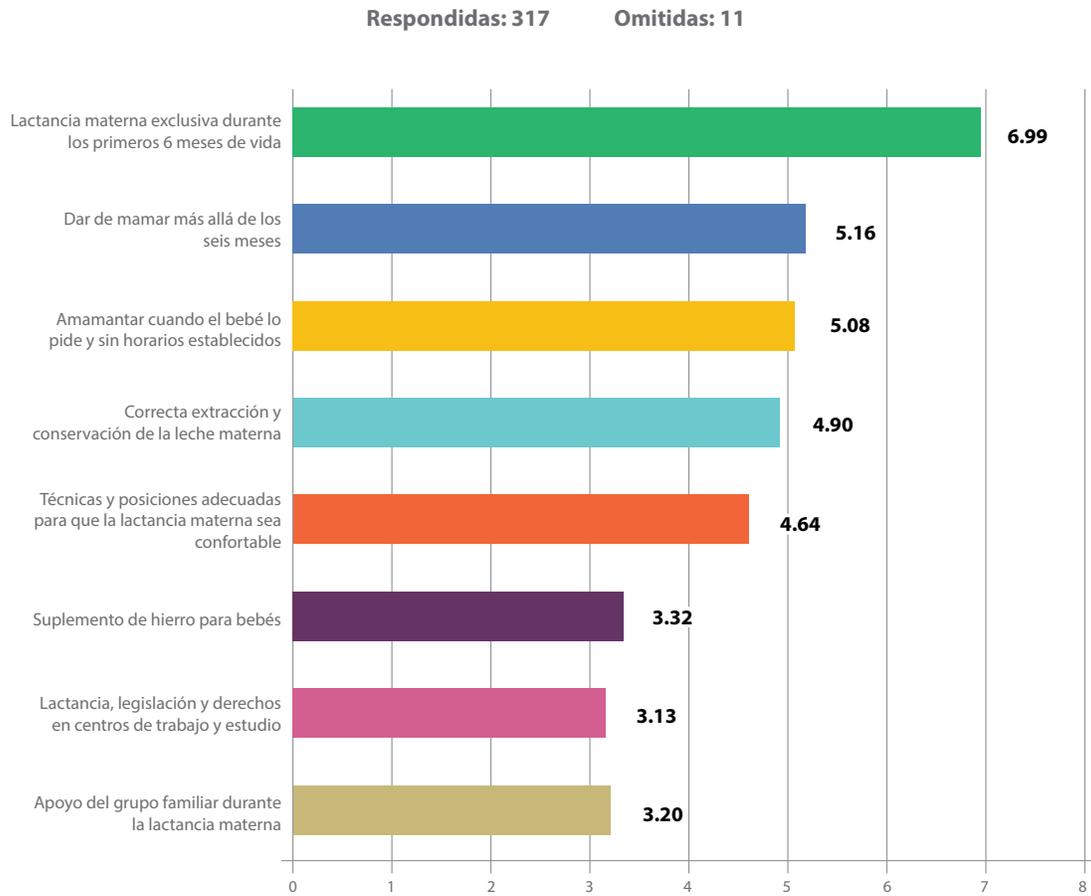
Ordene los siguientes ejes temáticos, siendo 1 el que usted considera más importante de transmitir a las madres embarazadas beneficiarias de su área:

Respondidas: 318 Omitidas: 10



	1	2	3	TOTAL	PUNTUACIÓN
Consumo alimentos frescos, naturales, variados y de producción local sin restringir ningún grupo de alimentos	43.38% 131	33.44% 101	23.18% 70	302	2.20
Evitar comidas rápidas o alimentos con un alto contenido de sal, azúcar y grasas	34.42% 106	25.32% 78	40.26% 124	308	1.94
Consumo de suplementos de hierro y de ácido fólico que dan en los servicios de salud	25.89% 80	39.81% 123	34.30% 106	309	1.92

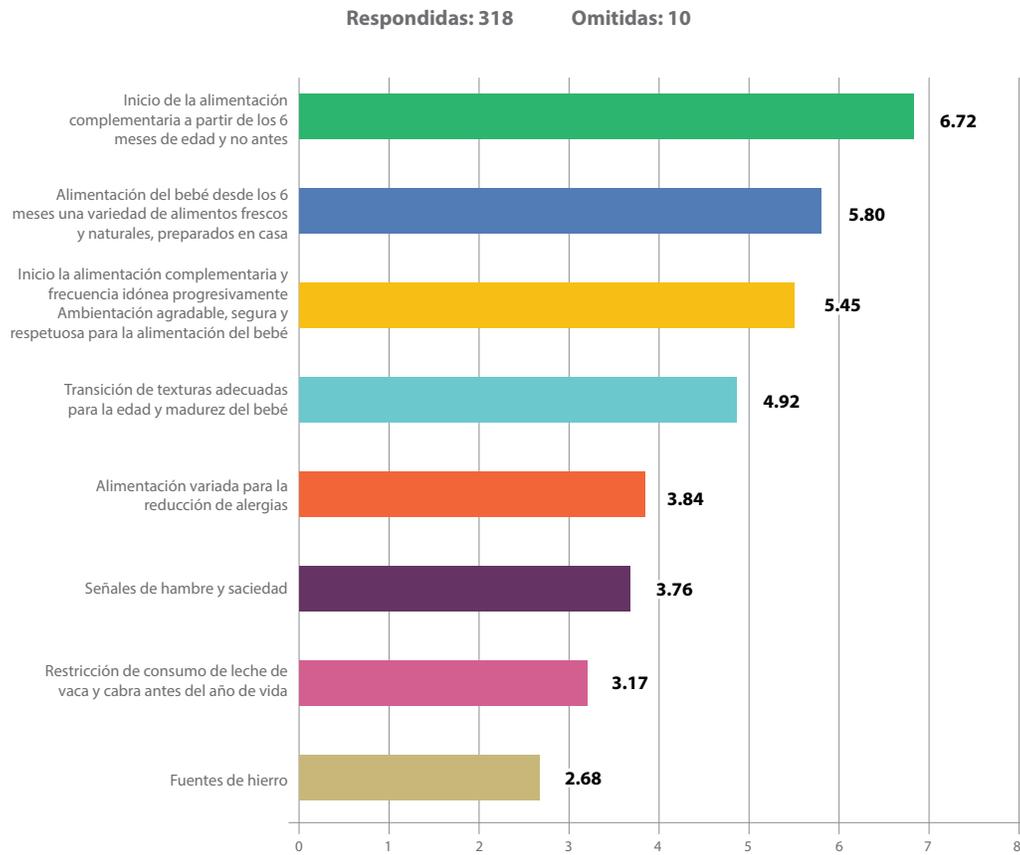
Ordene los siguientes ejes temáticos, siendo 1 el que usted considera más importante de transmitir a las madres embarazadas beneficiarias de su CEN-CINAI:



	1	2	3	4	5	6	7	8	TOTAL	PUNTUACIÓN
Lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida	67.66% 205	9.57% 29	6.60% 20	3.63% 11	3.96% 12	2.97% 9	2.64% 3	2.97% 9	303	6.99
Dar de mamar más allá de los seis meses	6.40% 19	27.27% 81	17.85% 53	12.46% 37	15.15% 45	7.07% 21	8.75% 26	5.05% 15	297	5.16
Amamantar cuando el bebé lo pide y sin horarios establecidos	4.38% 13	20.88% 62	26.60% 79	15.49% 46	11.78% 35	7.07% 21	7.41% 22	6.40% 19	297	5.08
Correcta extracción y conservación de la leche materna	5.32% 16	13.62% 41	16.61% 50	26.91% 81	15.95% 48	13.95% 42	4.98% 15	2.66% 8	301	4.90
Técnicas y posiciones adecuadas para que la lactancia materna sea confortable	4.67% 14	14.00% 42	13.00% 39	17.00% 51	26.00% 78	14.33% 43	7.33% 22	3.67% 11	300	4.64
Suplemento de hierro para bebés	3.69% 11	3.36% 10	7.05% 21	11.41% 34	10.74% 32	27.18% 81	18.79% 56	17.79% 53	298	3.33
Lactancia, legislación y derechos en centros de trabajo y estudio	6.25% 19	6.58% 20	5.92% 18	5.92% 18	8.22% 25	10.20% 31	31.91% 97	25.00% 76	304	3.13
Apoyo del grupo familiar durante la lactancia materna	6.60% 20	5.94% 18	6.93% 21	7.92% 24	7.92% 24	15.51% 47	16.83% 51	32.34% 98	303	3.20

Es interesante como se evidencia una percepción de bajo conocimiento en general sobre el tema legislativo. Además se detaca que en términos generales las puntuaciones no son altas.

Ordene los siguientes ejes temáticos, siendo 1 el que usted considera más importante de transmitir a las madres beneficiarias de su CEN-CINAI sobre alimentación complementaria:



	1	2	3	4	5	6	7	8	TOTAL	PUNTUACIÓN
Inicio de la alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad y no antes	56.62% 171	14.24% 43	9.60% 29	3.97% 12	5.30% 16	3.97% 12	1.99% 6	4.30% 13	302	6.72
Alimentación del bebé desde los 6 meses una variedad de alimentos frescos y naturales, preparados en casa	9.93% 30	35.76% 108	21.19% 64	13.25% 40	6.29% 19	5.63% 17	6.62% 20	1.32% 4	302	5.80
Inicio la alimentación complementaria y frecuencia idónea progresivamente Ambientación agradable, segura y respetuosa para la alimentación del bebé	15.46% 47	12.83% 39	21.05% 64	26.32% 80	6.29% 19	10.53% 32	3.62% 11	2.96% 9	304	5.45
Transición de texturas adecuadas para la edad y madurez del bebé	4.95% 15	12.54% 38	23.43% 71	23.43% 71	13.86% 42	10.56% 32	8.58% 26	2.64% 8	303	4.92
Alimentación variada para la reducción de alergias	2.64% 8	8.25% 25	7.59% 23	8.58% 26	22.77% 69	30.03% 91	15.51% 47	4.62% 14	303	3.84
Señales de hambre y saciedad	4.70% 14	7.05% 21	5.37% 16	12.42% 37	26.17% 78	17.79% 53	10.40% 31	16.11% 48	296	3.76
Restricción de consumo de leche de vaca y cabra antes del año de vida	7.52% 23	6.54% 20	7.19% 22	7.84% 24	9.15% 28	7.52% 23	15.36% 47	39.89% 119	306	3.17
Fuentes de hierro	3.32% 10	3.32% 10	4.65% 14	3.65% 11	5.65% 17	16.51% 50	36.54% 110	26.25% 79	301	2.88

Se destaca que las áreas de menor conocimiento de la alimentación complementaria señaladas por los funcionarios coinciden con la poca certeza en los mismos temas específicos indicados por las madres beneficiarias.

» Consulta cualitativa a madres beneficiarias (grupos focales)

Se realizaron 7 grupos focales, 1 en cada provincia, la siguiente tabla expone los resultados generales obtenidos en relación con el conocimiento, actitud y comportamiento a partir de cada uno de los mensajes principales de las “Guías alimentarias basadas en alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica”.

Grupo focal	Cantidad de personas
Heredia (Sarapiquí)	12
Cartago (Paraíso)	7
San José (Tibás)	6
Limón (Siquirres)	9
Alajuela (Boca Arenal)	5
Guanacaste (San Roque)	10
Puntarenas (Los Almendros)	7

Haga clic acá para ingresar a la carpeta con las transcripciones de cada uno de los grupos focales.

Embarazo	Conocimiento	Actitud	Comportamiento
<p>Por su salud y la de su bebé consume alimentos frescos, naturales, variados y de producción local sin restringir ningún grupo de alimentos</p>	<p>Se evidencia, en todas las consultadas, un alto conocimiento de la necesidad de consumir alimentos frescos, especialmente frutas y verduras. Entre los grupos alimentarios el menos mencionado se sitúan las proteínas de origen animal.</p>	<p>En general se encuentra que muchas de las madres, especialmente en los primeros trimestres del embarazo no manifiestan haber tenido ganas de comer de forma variada y/o saludable, pues en términos generales se sienten con aversión a los alimentos.</p>	<p>En general se encuentra que muchas de las madres, especialmente en los primeros trimestres del embarazo no manifiestan haber tenido ganas de comer de forma variada y/o saludable, pues en términos generales se sienten con aversión a los alimentos.</p>
<p>Para que la lactancia sea confortable utilice técnicas y posiciones adecuadas</p>	<p>Algunas mamás, específicamente las que tuvieron que atender asuntos en Lactancia de la CCSS tienen mejor conocimiento de estos temas.</p>	<p>En este se evidencian actitudes encontradas entre quienes creen que la lactancia confortable es posible según la posición y técnica apropiadas y quienes creen que no lo es posible.</p>	<p>Cada una encuentra su posición adecuada. El comportamiento se ve muy influenciado por quienes dan lactancia a sus bebés.</p>
<p>Brinde a su bebé el suplemento de hierro que le receta el servicio de salud</p>	<p>Hay desconocimiento en este tema. No se menciona de manera espontánea y solo algunas (minoría) hablan del asunto al ser convocado el tema.</p>	<p>No existe o es neutra</p>	<p>Este comportamiento depende directamente de las instrucciones de los centros de salud.</p>
<p>Colabore en todos los ámbitos para que el proceso de lactancia materna sea exitoso y la madre se sienta apoyada</p>	<p>Elas saben que necesitan apoyo.</p>	<p>No sienten que tengan las condiciones de apoyo. Creen que las demás ocupaciones, especialmente otros hijos y labores del hogar les impiden el proceso óptimo durante lactancia. Madre, suegra y pareja son actores determinantes para ese apoyo.</p>	<p>Manifiestan hacer lo que pueden en las condiciones que tienen.</p>
<p>En lugares de trabajo y estudio apoye y facilite el proceso de lactancia</p>	<p>No conocen por qué esto debe darse. Desconocen leyes. No hay claridad de cuánto tiempo se contempla en las leyes para tiempo de lactancia.</p>	<p>Su percepción es de indiferencia de los demás (centros de estudio y trabajo) ante su realidad.</p>	<p>Quienes estudian, procuran no dar lactancia en los centros de estudio. Mientras que quienes trabajan, si están bien informadas de leyes, apelan por su derecho.</p>

Alimentación complementaria	Conocimiento	Actitud	Comportamiento
<p>Comience la alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad y no antes</p>	<p>Mayoría tiene una clara comprensión de este mensaje.</p>	<p>A pesar del conocimiento, la actitud es negativa ante la espera a los 6 meses. En términos generales la percepción es que si se inicia antes con “las probaditas” las y los bebés comerán más de todo tipo de comida. No obstante, la población que sí reconoce los 6 meses como momento idóneo manifiesta sentirse influenciada a darle “probaditas” desde antes por presión social.</p> <p>Suelen creer que cuando un bebé ve comer a adultos es porque quiere y por eso se le dan “probaditas”.</p>	<p>El comportamiento en este tema se ve sumamente influido por madres y suegras; quienes desde el conocimiento popular manifiestan que la experiencia les demuestra que no sucede nada negativo al introducir a bebés a la alimentación complementaria de manera temprana a los 6 meses.</p>
<p>Brinde a su bebé desde los meses una variedad de alimentos frescos y naturales, preparados en casa</p>	<p>Claridad con el mensaje</p>	<p>Actitud positiva</p>	<p>En el comportamiento por temas tiempo y/o facilidad hay quienes prefieren colados preparados y/o cereales preparados.</p>
<p>Realice una transición de texturas adecuada para la edad y madurez del bebé. Inicie la alimentación complementaria con dos tiempos de comida y aumente progresivamente, hasta alcanzar al menos cinco tiempos de comida, al año de vida</p>	<p>No hay claridad en ambos temas. Se dejan llevar por instintos y también, en algunos casos por la aparición de dientes.</p>	<p>No existe o es neutra</p>	<p>El comportamiento responde más a intuición y también manifestaron buscar en internet. Otro elemento muy usado es el material nutricional incluido en el libro de vacunación que otorga la Caja Costarricense de Seguro Social.</p>

<p>Genere un ambiente agradable, seguro y respetuoso para la alimentación del bebé, aprenda a reconocer sus señales de hambre y saciedad</p>	<p>Este conocimiento suele transmitirse de forma popular, especialmente de madres a hijas y el llanto se reconoce como principal indicador de hambre.</p>	<p>Hay una percepción de claridad y seguridad con su instinto en este tema.</p>	<p>Comportamiento instintivo y/o de reconocimiento de señales “populares”.</p>
<p>Ofrezca a su bebé desde los 6 meses una alimentación variada que incluya alimentos potencialmente alérgenos para reducir el riesgo de alergias</p>	<p>Hay mitos en relación con alimentos en específico, especialmente los potencialmente alérgenos.</p>	<p>Se reconoce miedo a las alergias y cólicos; por tanto, hay percepción negativa hacia algunos alimentos.</p>	<p>Hay alimentos y/o grupos de alimentos vetados para los bebés, entre ellos, los más mencionados: huevo, proteínas animales y yuca.</p>
<p>Desde los meses de vida incluya una alimentación que contenga alimentos fuente de hierro</p>	<p>No hay conocimiento de qué alimentos son los que contienen hierro.</p>	<p>No existe o es neutra</p>	<p>Si dan fuentes de hierro lo hacen sin ser conscientes de ello.</p>
<p>No ofrezca leche de vaca ni cabra antes del año de vida</p>	<p>Hay quienes reconocen y quienes no este mensaje.</p>	<p>No existe o es neutra</p>	<p>En la mayoría de los casos se les da previo al año. Suele pasar por la influencia mencionada en apartados anteriores de madres y/o suegras.</p>



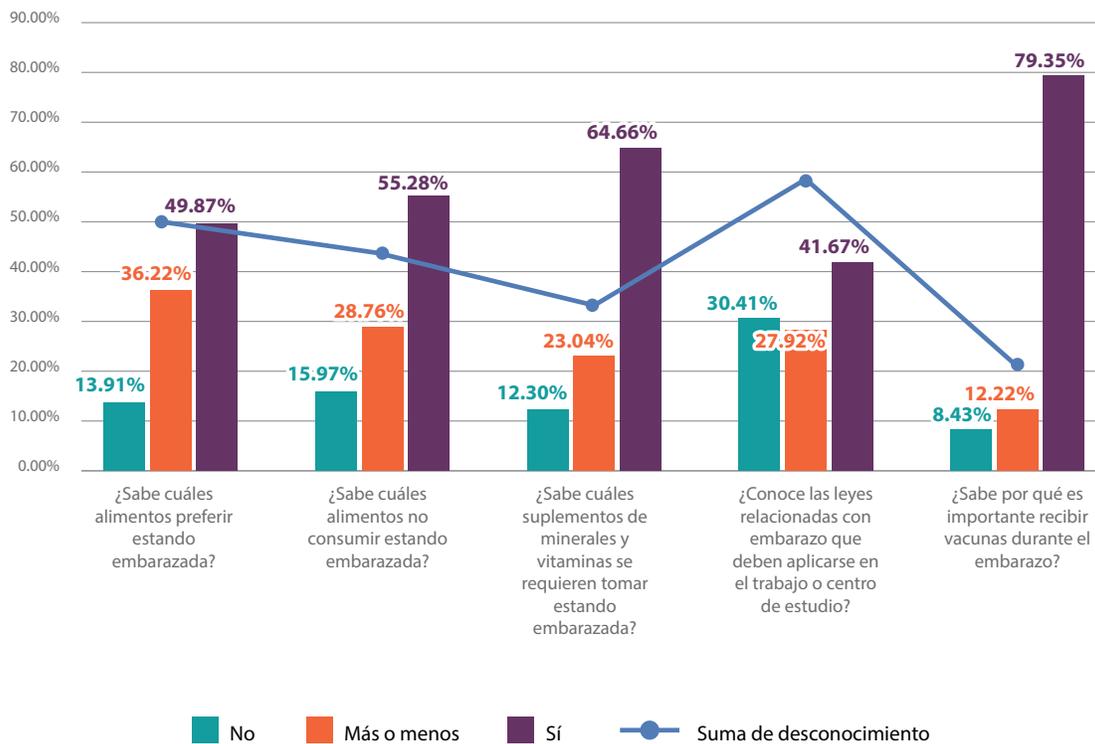
Producto 4:

**REQUERIMIENTOS
INFORMATIVOS Y
CONCLUSIONES**

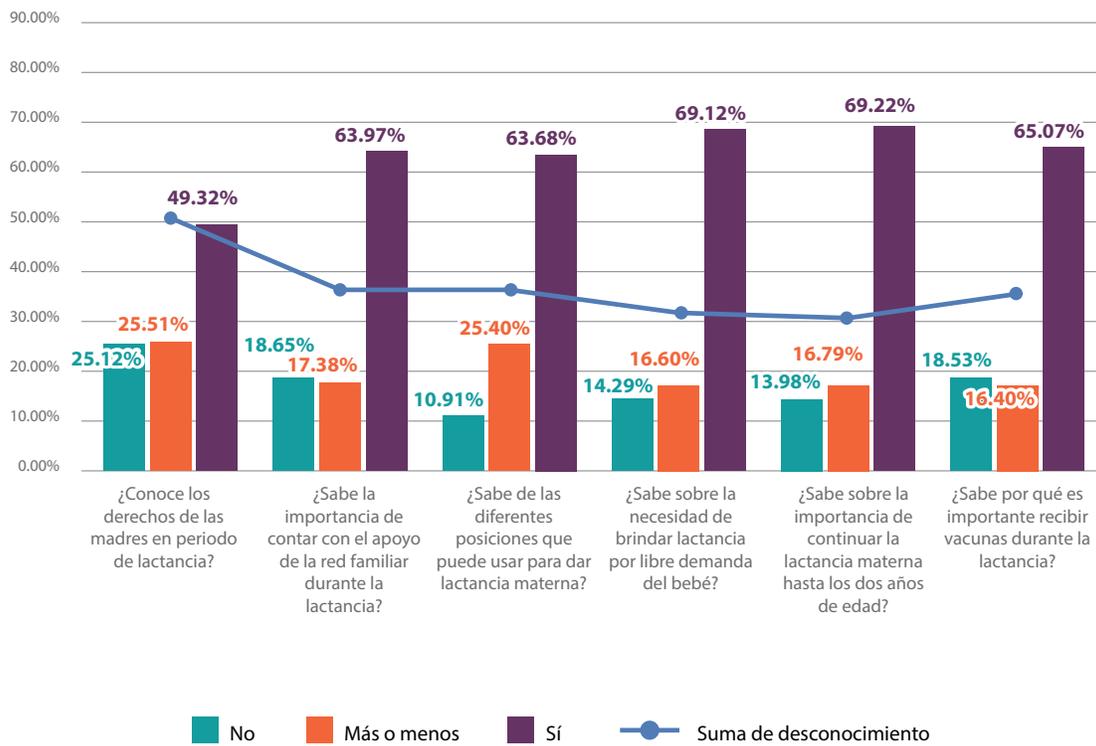
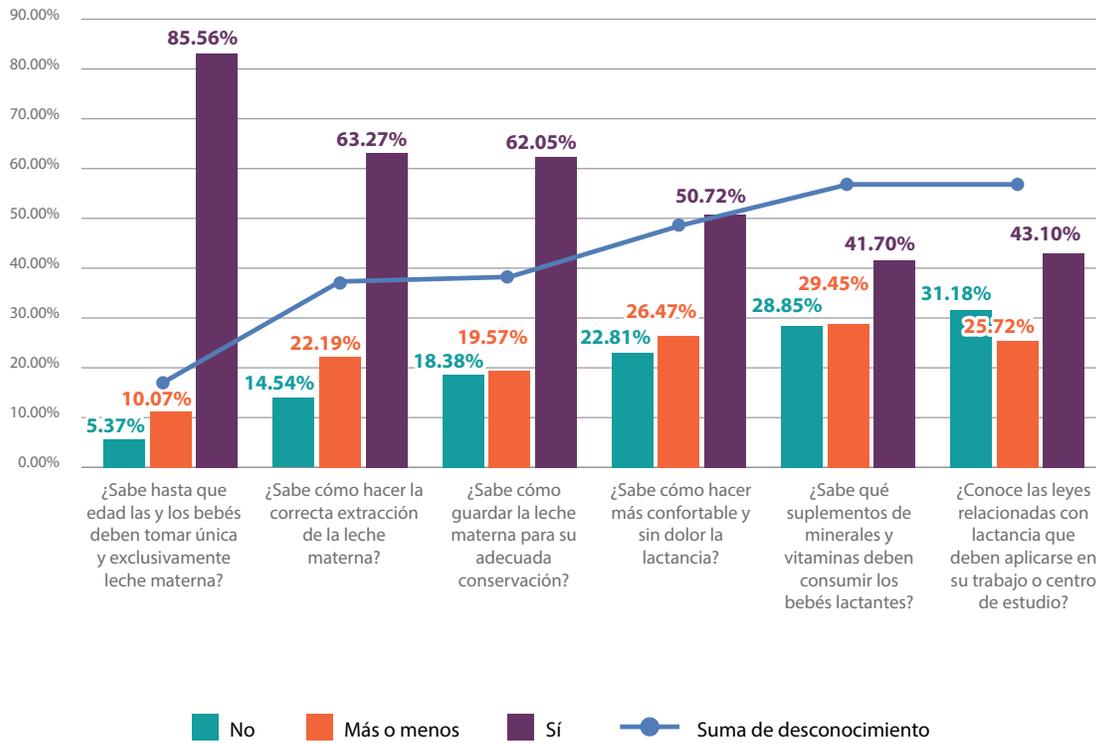
Requerimientos informativos prioritarios

Los siguientes gráficos muestran el análisis de percepción de conocimiento y desconocimiento. La línea marca el estado de desconocimiento al sumar las respuestas “no” y las “no sé” de las madres beneficiarias.

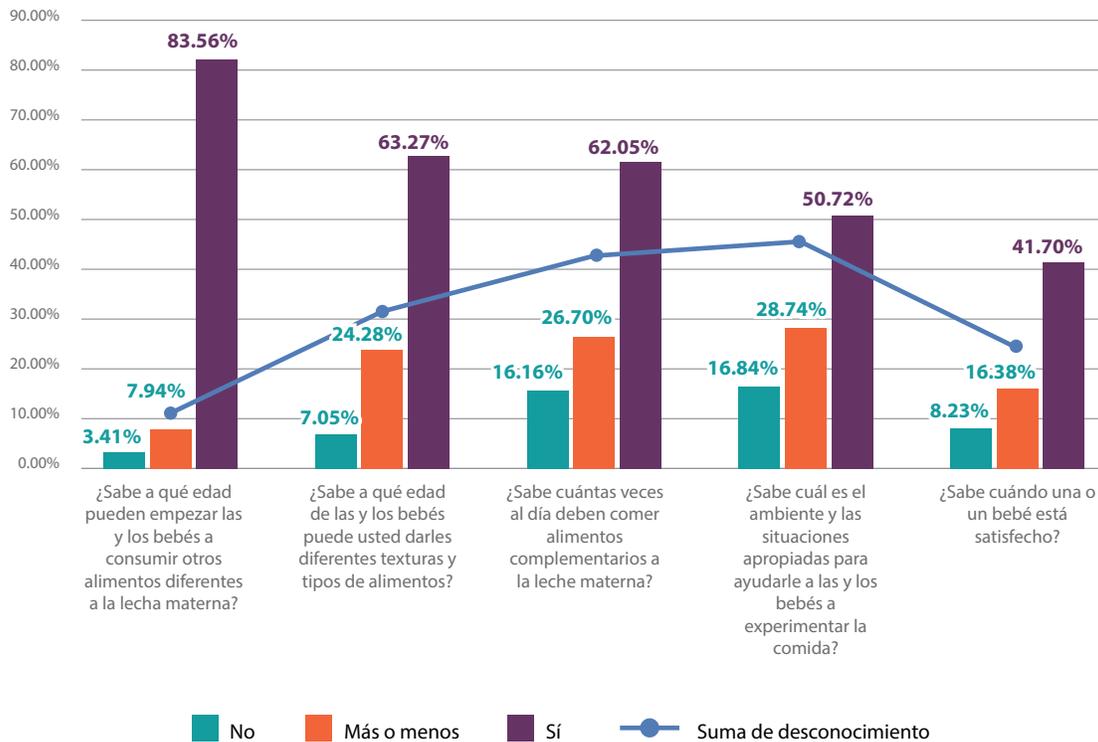
El siguiente corresponde a la etapa de embarazo, en el cual se evidencia que el tema de conocimiento legal es en el que existe una brecha más amplia. Este hallazgo coincide además con la valoración que realizan las personas funcionarias.



En la etapa de lactancia encontramos nuevamente el tema de legislación como asunto con mayor desconocimiento, seguido por los suplementos de minerales y bebidas para bebés.



Encontramos que los tiempos de alimentación y la experimentación del bebé con la comida son las áreas de mayor desconocimiento, en la etapa de alimentación complementaria.



En términos generales y al realizar un análisis articulado, entre las consultas cuantitativas y cualitativas, descubrimos los requerimientos informativos urgentes:

- Las madres enfocan su esfuerzo y atención en la alimentación del bebé, por tanto, su alimentación durante el embarazo y lactancia no es tan importante para ellas y los mensajes relacionados con esas etapas no son interiorizados y/o no surgen efecto en su actitud y comportamiento.
- En términos generales, durante la etapa del embarazo, las madres saben qué deben consumir para estar mejor. Sin embargo, los vacíos más grandes en información están en lo que no se debe consumir o evitar. Lo mismo sucede en el caso de la alimentación durante la lactancia, etapa en la que las madres no se dan espacio para priorizar su propia alimentación y salud.
- Sobre la etapa de lactancia, se descubre que los mensajes en los que existe mayor desconocimiento son los relacionados a la legislación y derechos que amparan la lactancia materna.
- Mientras que la alimentación complementaria, tema de mayor interés para ellas, no tienen certezas y / o mensajes de fuentes de credibilidad. Además, en esta etapa hay creencias populares de parte de abuelas que se posicionan mejor o con más fuerza entre las madres.

Hallazgos y conclusiones de las diferentes consultas, articulados por cada una de las etapas de la alimentación en los primeros 1000 días de vida

Con el fin de detallar las conclusiones articuladas de las diferentes consultas (madres beneficiarias: cuantitativa y cualitativa, así como la consulta cuantitativa a personas funcionarias) por cada una de las etapas: embarazo, lactancia y alimentación complementaria, se desarrolla esta sección de conclusiones por apartados temáticos.

EMBARAZO

- Durante la etapa del embarazo las mujeres beneficiarias generalmente se influyen por la información que reciben de los centros médicos. No obstante, esto no necesariamente sucede durante la totalidad de la gestación; esto debido a que las mujeres que se enteran o asumen tardíamente su embarazo (en mayoría madres adolescentes). Empiezan este proceso en el segundo trimestre o inclusive en el tercero. La atención médica de las madres beneficiarias sucede en los centros de salud primaria de la Caja Costarricense del Seguro Social. La influencia de esta entidad implica alto conocimiento en temas de vacunación (79.35%) y suplementación (64.66%). Es interesante que 48.17% de las personas funcionarias considera la alimentación durante el embarazo como tema prioritario en la alimentación durante los primeros 1000 días, antecedido únicamente por alimentación complementaria (73.17%).
- En relación con cómo alimentarse su conocimiento es más alto en qué no consumir estando embarazadas (55.28%) versus qué alimentos preferir al enterarse de su embarazo (49.87%). En términos generales ellas oyen información de sus familiares, y también de medios de comunicación, información que las impulsa a incluir una dieta alta en frutas y verduras. Sin embargo, al corroborar comportamientos en la consulta cualitativa, descubrimos que no hay conocimientos profundos de selección de alimentos que aporten nutrientes específicos. El conocimiento es algo superfluo y su comportamiento se basa en la inclusión especialmente de frutas.
- Durante la etapa del embarazo ellas están pensando mucho en los cuidados para su bebé, tienen muchas inquietudes sobre lo que vendrá. Sin embargo, su conexión con el presente y la importancia de la alimentación propia en esa etapa, no las ilusiona tanto como la idea de pensar en sus bebés.

- En general existe un desconocimiento amplio en temas de leyes y/o normativas que les amparan. Las madres beneficiarias que no trabajan fuera del hogar y/o que no asisten a centros de estudio son las que más desconocen sobre legislación. Esto se vuelve una situación difícil de manejar si por alguna razón su situación de vida cambia y esta debe trabajar o estudiar durante el periodo de embarazo y/o lactancia.
- Los principales obstáculos que deben traspasar para alimentarse correctamente durante la etapa del embarazo son: la oportuna visita al médico (especialmente en madres adolescentes), la comprensión de “los antojos” para no dejarse llevar por ingerir constantemente comidas rápidas no saludables.
- La principal necesidad urgente en esta etapa es encontrar información en la que se asocie su alimentación con resultados específicos y concretos de la salud del bebé. Además, de empezar a familiarizarse con la legislación que le ampara durante la maternidad y gestación.

LACTANCIA MATERNA

- Durante esta etapa hay varios factores influyentes en las madres beneficiarias: sus propias madres y suegras, sus parejas y el personal médico.
- De parte del personal médico y también de los CEN-CINAI han recibido información (83.56%) sobre la importancia de la lactancia materna exclusiva durante los primeros meses de vida. No obstante, en ocasiones las madres que dan fórmulas alternativas a leche materna lo hacen por considerar que su leche materna no es suficiente y/o no sacia al lactante; esto sin considerar a médicos para su decisión y, en algunos casos, dejándose influenciar por sus familiares únicamente. Esta situación está bien identificada por las personas funcionarias de CEN-CINAI, quienes consideran que las madres saben de la importancia de la red familiar durante la lactancia (3.07 en una escala del 1 al 5) pero que no necesariamente la obtienen (según comentarios de las mismas personas funcionarias).
- En términos de actitud, se descubrió en los grupos focales, que las madres tienen una aspiración y sueños con la conexión con sus bebés durante la lactancia. Sin embargo, las dificultades que experimentan son consideradas muy fuertes. La palabra paciencia se escucha constantemente en sus comentarios e inclusive 31.38% de las personas funcionarias marcan 1 o 2/de 5 como nivel de conocimiento de las madres sobre posiciones para dar lactancia materna. Mientras que en los grupos focales las madres admitieron encontrar esto por sí mismas y no porque tuvieran información disponible al respecto.

- La legislación vuelve a surgir como un tema que no ha sido de interés de las madres, ocasionando problemas cuando la realidad de cuidado y cercanía de la madre y bebé se truncan.
- La alimentación de la madre durante la lactancia es un asunto bastante desconocido por las madres, quienes de este tema sólo reciben información popular transmitida por abuelas, madres y vecinas; en la mayoría de las veces sin fundamento. Lo que más escuchan las madres es que deben evitar alimentos que den cólicos a sus bebés, sin embargo, no tienen claridad de cuáles son y qué otros alimentos preferir en esa etapa.
- En relación con la libre demanda, suele haber desconocimiento pues ellas cuentan con información contradictoria al respecto. Inclusive manifiestan recibir opiniones encontradas desde centros de salud. Hay quienes siguen un estricto protocolo de alimentación cada cierta cantidad de horas, dificultando esto el sueño propio y de las y los bebés.
- Los obstáculos más importantes que deben superar las madres en relación con la lactancia materna son: (1) el manejo de expectativas erróneas de que todo va a ser fácil durante el amamantamiento; (2) la educación en relación con extracción y, principalmente conservación, de leche materna y (3) la legislación a aplicarse en centros de lactancia y/o estudios. Se vuelve necesario anotar que las personas funcionarias están más enfocadas en la edad en la que los bebés deben amamantar que en asuntos más prácticos sobre cómo facilitar ese proceso (confort, posiciones, tiempos, extracción y conservación, entre otros).

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

- Existe un conocimiento claro sobre que la alimentación complementaria debe iniciar después de los 6 meses del bebé (88.65%). Sin embargo, la actitud ante el tema se ve muy influenciada por conocimientos populares contradictorios a este mensaje. Madres y suegras manifiestan que la experiencia les demuestra que no sucede nada negativo al introducir a bebés a la alimentación complementaria de manera temprana a los 6 meses.
- La herramienta oficial con la que cuentan es la información nutricional que viene en el libro de vacunas para bebés. No obstante, la fuente de información más consultada para atender dudas al respecto es Internet, evidencian que les gusta ver información en Tik Tok y/o buscar en Google, aunque no sepan si las fuentes que usan son o no confiables, quedando así las madres a merced de información falsa y/o incompleta desde cualquiera de los escenarios: presencial familia y virtual.

- En relación con el consumo de agua, se encuentra que es el hábito del que las personas funcionarias consideran que las madres tienen menos información (2.81/5). Las madres consideran sí tener información y saber al respecto. Sin embargo, al comprobar los conocimientos en grupo focal, descubrimos que este conocimiento es inexacto y que las y los bebés suelen tomar agua desde inicios del primer trimestre.
- Los principales obstáculos que deben traspasar para alimentarse correctamente durante la etapa del embarazo son: comprender el camino correcto para proveer alimentación variada a sus hijas e hijos y ayudarles a prevenir alergias, así como comprender la importancia de que estos experimenten con la comida y usen herramientas como el beberito.

En términos generales se encuentra que el trabajo realizado por las personas funcionarias de CEN-CINAI ha tenido resultado en las madres beneficiarias y que esas personas funcionarias cuentan con amplios niveles de conocimiento sobre el conocimiento y especialmente sobre el comportamiento de las beneficiarias.

Hay caminos recorridos de una manera óptima como la enseñanza de la importancia de la lactancia materna y hay caminos que deben empezar a recorrerse como el de la legislación y la instrumentación (tips y maneras apropiadas) para la lactancia materna y la alimentación complementaria; temas en los que la estrategia de comunicación deberá hacer especial énfasis.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Código de la Niñez y la Adolescencia No. 7739. Recuperado de: Código de la Niñez y de la Adolescencia (No.7739)
- Código de Trabajo. Recuperado de: Código de Trabajo
- Comunicados de prensa emitidos por la Dirección Nacional de CEN-CINAI relacionados a la alimentación en los primeros 1000 días de vida realizados en el periodo 2020 a 2022. Extraídos de: <https://www.cen-cinai.go.cr/news/>
- Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (ONU, 1979). Recuperado de: Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer
- Decreto N° 35873- MTSS Reglamento a la Ley de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares. Recuperado de: Decreto No. 35873
- Decreto N° 37270 – S Reglamento Orgánico de la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición de Centros Infantiles de Atención Integral. Recuperado de: Decreto No.37270-S
- Decreto N°39487: Reglamento autónomo de servicio de la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral. Recuperado de: Decreto No.39487
- Estudio Red 506 (2022) Consumo de redes sociales en Costa Rica. Elaborado por El Financiero.
- Guía alimentaria basada en alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica. Recuperado de: Guía alimentaria basada en alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica
- Ley 6879 creando impuesto 1% Valor Aduanero Mercancías Importadas. Recuperado de: Ley 6879
- Ley 8783 Reforma de la Ley de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares No. 5662. Recuperado de: Ley 8783
- Ley 8809 Creación de la Dirección Nacional de CEN-CINAI. Recuperado de: Ley 8809
- Ley 9220. Red Nacional de Cuido y Desarrollo Infantil. Recuperado de: Ley 9220

- Ley de Fomento de la Lactancia Materna. Recuperado de: Ley de Fomento de la Lactancia Materna
- Ley General de Protección a la Madre Adolescente. Recuperado de: Ley General de Protección a la Madre Adolescente
- Ley General de Salud N°5395. Recuperado de: (No. 5395),
- Norma de alimentación complementaria. Recuperado de: Norma de alimentación complementaria
- Norma Institucional e intersectorial para la prevención y atención del embarazo en la adolescencia. Recuperado de: Manual de atención del embarazo y maternidad en población de menores de edad insertas en el sistema educativo - MEP
- Política Pública de Lactancia Materna. Recuperado de: Política pública de lactancia materna
- Reporte Nacional CEN-CINAI: Actividades de promoción de la Semana Mundial de la Lactancia Materna 2022. elaborado por la Unidad de Investigación y Vigilancia del Crecimiento y Desarrollo de la Dirección Nacional de CEN-CINAI.
- Reporte Nacional de actividades de promoción realizadas en los CEN-CINAI durante la Semana Nacional de la Nutrición 2021, elaborado por la Unidad de Investigación y Vigilancia del Crecimiento y Desarrollo de la Dirección Nacional de CEN-CINAI.
- Reporte Nacional de actividades promoción de la Semana Mundial de la Lactancia Materna en contexto de pandemia por COVID-19, 2021, elaborado por la Unidad de Investigación y Vigilancia del Crecimiento y Desarrollo de la Dirección Nacional de CEN-CINAI.



OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

