

|                                                                                  |                                                                                                                                                                           |                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|  | <p align="center"><b>GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO</b><br/> <b>Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante</b><br/> <b>en el entorno laboral</b></p> | <p>Código: SGI-M001<br/> Versión: 01<br/> Fecha: 08/10/2024</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|

## **Introducción**

El Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales – Ideam en el marco de la estrategia de Organizaciones Saludables promueven la implementación de las Salas Amigas de la Familia Lactante en el entorno laboral.

Esta iniciativa tiene como finalidad, asegurar los derechos de la mujer que trabaja fuera del hogar a practicar la lactancia materna y a tomar decisiones informadas libres de presiones comerciales, a la vez que garantiza el derecho de los niños y niñas a alimentarse con leche materna.

Organismos Internacionales entre ellos, la Organización Mundial de la Salud y diferentes políticas públicas nacionales por la Primera Infancia y la Seguridad Alimentaria y Nutricional, ratifican los beneficios sociales y económicos de la lactancia materna y la promueven de manera exclusiva durante los primeros seis meses de vida y complementada con otros alimentos nutritivos y saludables hasta los dos años y más.

Las Salas Amigas de la Familia Lactante en el entorno laboral, son espacios cálidos y amables, ubicados en entidades públicas y privadas, que ofrecen las condiciones adecuadas para la extracción y conservación de la leche materna bajo normas técnicas de seguridad, para luego transportarla al hogar y disponer de ella para alimentar al bebé en ausencia temporal de la madre; también vinculan a padres, familia y empleados en los procesos de formación que buscan lograr cambios en los conocimientos y prácticas de lactancia materna, alimentación y desarrollo infantil.

## **Objetivo**

Describir las actividades a seguir para hacer un uso adecuado de la Sala Amiga de la Familia Lactante Laboral SAFL-L del Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales Ideam, de acuerdo con la Resolución 2423 del 2018, con el fin de garantizar la calidad e inocuidad de la leche humana extraída y

suministrada a los niños y niñas de acuerdo con la Guía para empresas Colombianas de Lactancia Materna en el entorno laboral del Ministerio de Salud de Colombia.

### **Alcance**

La presente guía aplica para las personas que requieran la Sala Amiga de la Familia Lactante Laboral del Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales Ideam. El proceso inicia con la descripción de la información que podrá ser usada como medio de consulta para las madres gestantes, lactantes o quien requiera el uso de la sala y finaliza con la verificación del uso adecuado por parte de las familias.

### **Definiciones**

- **Extracción de leche materna:** La extracción consiste en sacar la leche de su pecho usando su mano o una bomba extractora de leche materna. Para establecer y mantener la producción de leche para un bebé que no puede amamantarse, se recomiendan bombas extractoras de leche materna eléctricas dobles de uso hospitalario. (Ministerio de Salud de Colombia, 2018).
- **Lactancia materna:** La lactancia materna es la forma óptima de alimentar a los bebés, ofreciéndoles los nutrientes que necesitan en el equilibrio adecuado, así como ofreciendo protección contra las enfermedades (Ministerio de Salud de Colombia, 2018).
- **Sala Amiga de la Familia Lactante – SAFL:** Son espacios cálidos y amables, ubicados en entidades públicas y privadas, que ofrecen las condiciones adecuadas para la extracción y conservación de la leche materna bajo normas técnicas de seguridad, para luego transportarla al hogar y

|                                                                                  |                                                                                                                                                                           |                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|  | <p align="center"><b>GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO</b><br/> <b>Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante</b><br/> <b>en el entorno laboral</b></p> | <p>Código: SGI-M001<br/> Versión: 01<br/> Fecha: 08/10/2024</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|

disponer de ella para alimentar al bebé en ausencia temporal de la madre (Ministerio de Salud de Colombia, 2018).

## **Siglas**

- IDEAM: Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales.
- OMS: Organización Mundial de la Salud.
- SAFL: Sala Amiga de la Familia Lactante.
- SAFL-L: Sala Amiga de la Familia Lactante en el entorno Laboral.

## **Marco Normativo**

- Normograma del Grupo de Administración y Desarrollo del Talento Humano.

## **Descripción metodológica del tema a desarrollar**

Las familias que vayan a hacer uso de la SAFL-L deben haber leído la presente guía y como recomendación haber participado en las socializaciones que se realizan por parte de Seguridad y Salud en el Trabajo del Ideam, las cuales se programan una vez se realice la notificación del estado de gestación o lactancia.

La extracción manual de leche materna es la más segura y económica, permitiendo que la madre lo pueda realizar en cualquier momento que lo necesite, por lo cual la SAFL-L del Instituto se encuentra disponible en la sede principal (Calle 25 D #96B-70 tercer piso) de la entidad en el horario en el que se desarrollan actividades allí, las llaves del lugar pueden ser solicitadas en el Grupo de Administración y Desarrollo de Talento Humano o en su defecto en la Oficina de Monitoreo de la empresa de Seguridad Física de la sede.



**GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO**  
**Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante**  
**en el entorno laboral**

Código: SGI-M001  
Versión: 01  
Fecha: 08/10/2024

Teniendo en cuenta lo anterior, se define el siguiente paso a paso<sup>1</sup> para el uso de la SAFL-L:

1. Previo a la extracción la madre debe seguir las siguientes recomendaciones:

- Efectuar el protocolo de lavado de manos (el protocolo de la OMS, el lavamanos y jabón se encuentran disponibles en la SAFL-L).
- La madre debe tener uñas cortas y sin esmalte.
- Se deben retirar las joyas de las manos.
- Recogerse el cabello.

2. Para realizar la extracción de la leche bajo normas de seguridad, la madre debe seguir las siguientes recomendaciones:

- Evitar hablar durante la extracción.
- Usar tapabocas si tiene alguna afección respiratoria aguda.
- Colocar el frasco sobre una toalla de papel desechable con la tapa boca arriba y tener otra toalla de papel desechable para secar las gotas de leche que salpican (dentro de la SAFL-L se encuentran disponibles toallas desechables).
- Para la extracción de la leche materna debe realizar masajes suaves en forma circular alrededor de cada seno con la yema de los dedos, iniciando en la parte de arriba del seno y con movimientos circulares con los dedos en un mismo punto, se va rotando hasta cubrir todo el seno.
- Luego, acariciar todo el seno deslizando los dedos cuidadosamente desde la parte superior hasta el pezón. Colocar la mano en forma de C de tal

---

<sup>1</sup> Basado en la Guía para empresas Colombianas de Lactancia Materna en el entorno laboral del Ministerio de Salud de Colombia.

manera que el dedo pulgar e índice queden sobre el borde de la areola y empujar los dedos hacia las costillas sin separarlos.

- Seguidamente imprimir una huella con el dedo pulgar en el límite de la areola y desechar esas primeras gotas de leche materna que salen sobre una toalla de papel o servilleta. Continuar con estos movimientos alrededor de cada seno y recoger la leche materna en un frasco de vidrio esterilizado, hasta que la madre complete el vaciamiento de los senos.

3. Para realizar la conservación de la leche materna extraída, la madre debe seguir las siguientes recomendaciones:

- Con el fin de garantizar el mantenimiento de las cualidades de la leche materna extraída, ésta deberá depositarse en un frasco de vidrio con tapa plástica, previamente lavado.
- Se debe rotular con el nombre completo de la madre, fecha y hora de extracción y se dispondrá al interior de la nevera que se encuentra en la SAFL-L para su conservación hasta la hora de salida a su casa.
- Esta nevera es para almacenamiento exclusivo de la leche materna (dentro de la SAFL-L se encuentra disponible marcador y cinta para rotular).

Así mismo, se deben tener en cuenta los tiempos de conservación de la leche materna:

- En la nevera o en refrigeración se puede conservar por 12 horas a una temperatura entre 5°C y 16°C, es recomendable no colocarla en la puerta de la nevera para evitar los cambios de temperatura que se producen al cerrar y abrir la puerta.
- También se puede congelar hasta por 3 meses a una temperatura de -3°C o menor.

- La leche materna puede permanecer a temperatura ambiente máximo por cuatro horas.
- La nevera cuenta con un termómetro, con el fin de que las personas encargadas de servicios generales dentro del Instituto midan la temperatura de la nevera dos veces al día a intervalos regulares (de 8:00 a.m. a 9:00 a.m. y de 3:00 p.m a 4:00 p.m.) verificando que los termómetros cumplan con los parámetros establecidos<sup>2</sup>, esta toma de temperatura quedará registrada en el "Formato de registro de temperatura de nevera salas amigas de la familia lactante del entorno laboral (SAFL- L)":

La temperatura del refrigerador debe estar entre 5 °C y -3 °C.

La temperatura del congelador debe estar entre -4°C a -16 °C.

4. Para realizar el traslado seguro de la leche materna extraída, la madre debe seguir las siguientes recomendaciones:
  - La leche materna envasada y rotulada se puede transportar de manera segura en una nevera pequeña de fibra de vidrio con pilas refrigerantes, hielo o con una botella de agua limpia congelada. También puede utilizar una bolsa de plástico limpia con hielo o la botella congelada para transportar la leche materna.
  - Al finalizar todo el proceso se debe diligenciar el "Formato de uso sala amiga de la familia lactante" de acuerdo a ficha SIRBE de la Secretaria Distrital de Integración Social, esto con el fin de llevar un control y registro del uso de la Sala.
  - Recuerde que podrá ingresar a la SAFL-L las veces que lo considere necesario durante su jornada de trabajo o desarrollo del objeto

---

<sup>2</sup> Recomendación del Hospital Stanford Children's Health. USA. Basado en la Guía para empresas Colombianas de Lactancia Materna en el entorno laboral, del Ministerio de Salud.



**GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO**  
**Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante**  
**en el entorno laboral**

Código: SGI-M001  
Versión: 01  
Fecha: 08/10/2024

contractual y cada vez que ingrese debe registrarse en la planilla:  
"Formato de uso sala amiga de la familia lactante".

5. Para realizar el traslado seguro de la leche materna extraída, la madre debe seguir las siguientes recomendaciones:

La leche materna envasada y rotulada se puede transportar de manera segura en una nevera pequeña de fibra de vidrio con pilas refrigerantes, hielo o con una botella de agua limpia congelada. También puede utilizar una bolsa de plástico limpia con hielo o la botella congelada para transportar la leche materna.

6. Al finalizar todo el proceso se debe diligenciar el "Formato de uso sala amiga de la familia lactante", esto con el fin de llevar un control y registro del uso de la Sala.

Recuerde que podrá ingresar a la SAFL-L las veces que lo considere necesario durante su jornada de trabajo o desarrollo del objeto contractual y cada vez que ingrese debe registrarse en la planilla: "Formato de uso sala amiga de la familia lactante" y posteriormente realizar la devolución de las llaves del lugar.

***Condiciones especiales de la SAFL-L***

1. Prohibiciones en el uso de la SAFL-L:
  - Está prohibido comer dentro de la SAFL-L.
  - Está prohibido almacenar en la nevera alimentos diferentes a la leche materna.
  - Está prohibido usar el espacio para temas diferentes para los que fue habilitada.
  - No es un espacio para cambio de pañal.

|                                                                                  |                                                                                                                                                                           |                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|  | <p align="center"><b>GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO</b><br/> <b>Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante</b><br/> <b>en el entorno laboral</b></p> | <p>Código: SGI-M001<br/> Versión: 01<br/> Fecha: 08/10/2024</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|

## 2. Publicidad en la SAFL-L

De acuerdo con el Decreto 1397 de 1992 relacionado con la publicidad de los alimentos de fórmula para lactantes y complementarios de la leche materna, la Entidad:

- Se prohíbe realizar actividades de publicidad y promoción de alimentos de fórmula para lactantes o alimentos procesados al interior de la SAFL-L.
- Se prohíbe que los productores y comercializadores puedan entregar en sus instalaciones a las madres muestras gratuitas o en venta a bajo precio de fórmulas para lactantes, obsequios, utensilios, biberones y chupetes.
- No se acepta la financiación de eventos o actividades educativas o lúdicas por parte de las compañías que producen y comercializan alimentos infantiles, biberones, extractores, chupos y productos farmacéuticos.
- El material educativo o informativo relacionado con la lactancia materna no contendrá publicidad de fórmulas para lactantes o complementarios de la leche materna.

## 3. Limpieza y desinfección de la SAFL-L

Para la limpieza y desinfección de la SAFL dentro del Instituto se creó el “Manual de limpieza y desinfección de la Sala Amiga de la Familia Lactante” para ser aplicado por el personal correspondiente de servicios generales, así como un “Formato de registro de limpieza y desinfección salas amigas de la familia lactante del entorno laboral (SAFL-L)”, como soporte del proceso que se realiza en las frecuencias estipuladas en dicho documento.

### ***Información adicional para las Familias Lactantes<sup>3</sup>:***

---

<sup>3</sup> Basado en la Guía para empresas Colombianas de Lactancia Materna en el entorno laboral, del Ministerio de Salud de Colombia.





**GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO**  
**Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante**  
**en el entorno laboral**

Código: SGI-M001  
Versión: 01  
Fecha: 08/10/2024

Para la selección, limpieza y desinfección de los frascos de almacenamiento de la leche materna se deben seguir las siguientes recomendaciones:

**Selección de los frascos:** Los frascos deben ser de vidrio, con rosca de plástico, que hayan sido utilizados únicamente para almacenar alimentos, con capacidad entre 3 y 4 onzas (90 a 120 ml) que estén en buen estado; los frascos que hayan contenido productos químicos, cosméticos o farmacéuticos, que no sean de color transparente, que estén rotos, con fisuras o desportillados no pueden ser usados para el proceso de almacenamiento de leche materna.

**Limpieza de los frascos:**

- Vaciar por completo los restos de alimentos que se encuentren en el envase.
- Retirar de la tapa de plástico el disco espumado de polietileno o de cartón que tiene en su interior, así como las etiquetas que estén adheridas al frasco.
- Retirar con agua tibia los restos de pegante y suciedad, si es necesario. Lavar el interior y el exterior del frasco y la tapa con agua limpia y jabón (lavaplatos líquido), utilice una esponja de uso exclusivo para estos recipientes.
- Enjuagar con abundante agua retirando todo residuo de jabón.
- Verificar que el frasco y su tapa no tengan ningún residuo.

**Desinfección por calor del frasco:**

- Colocar el frasco y la tapa en una olla limpia y llenar con agua a temperatura ambiente hasta que queden completamente sumergidos.

- Calentar hasta punto de ebullición (hirviendo), no es recomendable sumergir los frascos cuando el agua esté hirviendo debido a que el cambio térmico puede romperlo.
- Dejar hervir por quince minutos.
- Recuerde tener las manos limpias.
- Retirar del fuego la olla.
- Sacar los frascos y las tapas con pinzas, esto para evitar quemaduras y novedades en las manos.
- Sacudir firmemente para retirar todo exceso de agua y tapar inmediatamente.
- Conservar los frascos limpios y desinfectados en un lugar limpio y seco.
- Suministro de leche materna al niño o la niña.

Cuando por diferentes razones el niño o la niña no se pueda alimentar directamente del seno materno, la mejor alternativa es ofrecer la leche materna extraída en una taza o pocillo de bordes redondeados que faciliten al bebé tomar la leche materna directamente.

Se recomienda la taza o pocillo pequeño de superficie lisa ya que evita el peligro de derrames, igualmente el uso de estos se ha asociado a un menor riesgo de diarrea, porque estos recipientes son de fácil limpieza y pueden lavarse adecuadamente con agua y jabón.

Si se va a utilizar la leche materna que está congelada nunca debe hervirse, es suficiente pasar directamente el frasco por agua caliente hasta dejarla a temperatura ambiente, para ello puede calentar agua en una olla, retirarla del fuego y luego sumergir el frasco con la leche materna, teniendo cuidado que el agua no cubra la boca del frasco o este muy caliente y el frasco corra el riesgo de estallar.

|                                                                                  |                                                                                                                                                                           |                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|  | <p align="center"><b>GESTIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN INTEGRADO</b><br/> <b>Manual de uso de la sala amiga de la familia lactante</b><br/> <b>en el entorno laboral</b></p> | <p>Código: SGI-M001<br/> Versión: 01<br/> Fecha: 08/10/2024</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|

La Organización Mundial de la Salud OMS no recomienda en ningún caso el uso del biberón, por los altos niveles de contaminación bacteriana que ponen en riesgo la salud de los niños y las niñas, promoviendo la aparición de enfermedades como la infección de vías respiratorias, otitis media, caries, mala oclusión, mordida abierta y mala posición de los dientes en formación.

### **Documentos relacionados en el SGI**

- SGI-F47 Formato de registro de limpieza y desinfección Sala Amiga de la Familia Lactante del Entorno Laboral (SAFL-L).
- SGI-F50 Formato de uso de la Sala Amiga de la Familia Lactante del Entorno Laboral (SAFL-L)
- SGI-F49 Formato de registro de temperatura de nevera Sala Amiga de la Familia Lactante del Entorno Laboral (SAFL-L).
- SGI-M002 Manual de limpieza y desinfección de la Sala Amiga de la Familia Lactante del Entorno Laboral (SAFL-L).

### **Bibliografía**

- Guía para empresas Colombianas de Lactancia Materna en el entorno laboral, del Ministerio de Salud de Colombia.
- Protocolo Sugerido por Secretaria de Salud de Limpieza y Desinfección de la sala amiga de la familia lactante - SAFL.

### **Control de cambios**

| <b>Versión</b> | <b>Fecha</b> | <b>Descripción</b>   |
|----------------|--------------|----------------------|
| 01             | 08/10/2024   | Creación del Manual. |