



La Lactancia materna y los centros de trabajo

- * Es la mejor forma de alimentar a recién nacidos.
- * Ninguna fórmula química sustituye sus beneficios.
- * Las madres tienen derecho a ejercer la lactancia en su lugar de trabajo.



¿Por qué es importante?

Porque alimentar a las y los lactantes exclusivamente con leche materna durante sus primeros seis meses de vida y de manera complementaria hasta los dos años les aporta los nutrientes, hormonas y defensas necesarias para su sano crecimiento y desarrollo; concede beneficios físicos y emocionales a las madres y genera un vínculo estrecho entre ambos.

¿Cuál es su relación con los centros de trabajo?

Actualmente, muchas madres están empleadas en trabajos remunerados y desean alimentar a sus hijas e hijos con leche materna, sin que esto implique conflictos en su empleo o abandonar la lactancia. Cuando los centros de trabajo establecen condiciones que propician y posibilitan la lactancia materna óptima, reducen las incidencias de salud y el ausentismo, entre otros beneficios.

Entonces, ¿qué debo hacer si soy empleador/a?

Según el marco jurídico nacional, como mínimo, debes:

- Otorgar la licencia de maternidad y el permiso por paternidad en el marco de la ley.
- Garantizar que las mujeres regresen al puesto que desempeñaban al término de su licencia de maternidad.
- Respetar y promover el uso de las mujeres de sus dos reposos extraordinarios de media hora al día o la reducción de una hora de su jornada laboral para amamantar a sus hijas/os o extraerse la leche, de impedirlo se incurre en violencia laboral. Los reposos deben considerarse como tiempo de trabajo y por tanto, remunerarse.
- Ofrecer un lugar adecuado e higiénico destinado al almacenamiento de leche y extracción manual .
- Fomentar la lactancia materna y el amamantamiento, incentivando la lactancia materna exclusiva y complementaria.
- Las condiciones de trabajo deben basarse en el principio de igualdad sustantiva entre mujeres y hombres sin establecer diferencias o exclusiones por motivo de embarazo o responsabilidades familiares.