

SALA DE LACTANCIA EN LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE TECÁMAC

La lactancia materna y los centros de trabajo

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

¿Por qué es importante la lactancia?

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 nutrimentos, 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 eso implique conflictos en su empleo o abandonar la lactancia. Cuando los centros de trabajo establecen condiciones que propician y posibilitan la lactancia materna de manera 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 lactancia 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 amamantamiento, extracción manual y almacenamiento de leche.
- 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.

**Jefatura de Departamento de
Recursos Humanos
Tel. 5938-8419
Ext. 419**