
EDITORIAL

Espacios amigos de la lactancia humana en entornos laborales

*Su valor estratégico para el sostenimiento de la práctica del
amamantamiento y la promoción de la salud*

 **María del Carmen Grande¹, María Dolores Román^{1,2}**

1. Escuela de Nutrición, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba.

2. Escuela de Salud Pública y Ambiente, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba.

La lactancia humana es reconocida en el mundo como el alimento ideal para el crecimiento y el desarrollo del lactante, y es también parte del proceso reproductivo con repercusiones importantes para las madres (1). Además, la práctica del amamantamiento promueve la accesibilidad y sustentabilidad e invita a pensar en un modelo de producción de alimentos sustentable para nuestros territorios y saludable tanto para quienes deciden amamantar como para las niñas (2).

La creciente feminización de los mercados laborales y en ámbitos de estudio, como así también las diversas conformaciones familiares junto con las transformaciones en la organización del trabajo y la producción, han aumentado las tensiones entre las dinámicas y exigencias laborales y familiares. Así, el mayor desafío surge a partir del intento de conciliar la vida familiar y personal con la vida laboral/profesional, garantizando la corresponsabilidad necesaria

entre las familias, el Estado, el mercado y la sociedad en general, con el fin de avanzar hacia la equidad de género y la igualdad de oportunidades en materia de salud (3).

Diferentes situaciones representan barreras para la continuidad de la lactancia materna. Se destacan la insuficiente aceptación de esta práctica en la sociedad, poca disponibilidad de tiempo por parte de las madres, escaso apoyo en el hogar, el trabajo y el lugar de estudio, sentimientos de pudor o vergüenza de amamantar en público y una cierta preferencia cultural por la alimentación a biberón (4). Tanto para las mujeres trabajadoras como para las estudiantes, el retorno a sus actividades laborales o de estudio luego de licencias por maternidad representa uno de los principales obstáculos para sostener la lactancia, frecuentemente a causa de actitudes negativas dentro de los entornos institucionales, las extensas jornadas fuera del hogar, los cortos tiempos de descanso, la ausencia de guarderías

para el cuidado infantil y espacios insuficientes e inadecuados para practicar el amamantamiento o la extracción segura de la leche dentro de las instituciones laborales (5). Es evidente entonces que combinar la lactancia y el trabajo requiere de una red de apoyo dentro del ámbito laboral que trasciende la voluntad de madres y familias.

Organismos internacionales especializados en temas de salud y de derechos de la mujer y de las niñas y niños, entre ellos la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) a través de sus declaraciones como la Declaración Universal de los Derechos Humanos y la Convención de los Derechos del Niño, han destacado la importancia de la lactancia para la mujer y los grandes beneficios para el binomio madre-hijo, las familias, la sociedad en su conjunto y para el ecosistema por ser una práctica que no degrada los recursos naturales contribuyendo también a proteger el ambiente (6-8).

Por su parte, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) señala la importancia del derecho a amamantar estableciendo el deber de los empleadores de ofrecer las pausas necesarias en la jornada laboral o límites en su extensión horaria para favorecer la continuidad de la práctica en aquellas mujeres que se reincorporan la vida laboral luego de la licencia por maternidad. La OIT ha recomendado también que se establezcan instalaciones que permitan la lactancia con las condiciones adecuadas en el lugar de trabajo o cerca del mismo y señala que los empleadores que otorgan a las madres el tiempo para amamantar, y/o destinan un espacio para tal propósito con las condiciones higiénicas adecuadas, se benefician

en términos de aumento de la productividad debido a una disminución del ausentismo por licencia de cuidado parental (debido a un mejor estado de salud de los bebés), una tasa más alta de regreso al trabajo una vez finalizada la licencia por maternidad y una mejor sensación de bienestar de las trabajadoras. Sin embargo, los espacios de trabajo de mujeres-madres en general carecen de estos espacios, que con mínimos requisitos de estructura y equipamiento podrían funcionar para facilitar la vuelta al trabajo y la continuidad de la lactancia humana (9,10).

Una sala de extracción y conservación de leche humana, en nuestro medio denominadas “Espacio amigo de la lactancia humana”, es un recinto pequeño, silencioso, privado y tranquilo que, estando instalado dentro de una institución donde trabajan mujeres en edad reproductiva, permite que aquellas que se encuentran en periodo de lactancia puedan realizar la extracción de su leche y almacenarla refrigerada en condiciones de temperatura e higiene adecuadas hasta el momento de regresar a su hogar. Hacia el interior de la familia, la posibilidad de reservar y transportar la leche extraída durante la jornada laboral permite, en ausencia de la madre, que la pareja y/o cuidador pueda alimentar al niño o niña asumiendo un rol activo en la responsabilidad compartida de la lactancia (10,11).

Instalar una de estas salas no resulta una inversión onerosa, requiere instalaciones y equipamiento mínimos y la voluntad de la gestión para su concreción. Además, necesita una logística de cuidado y funcionamiento que incluye el compromiso imprescindible de la autoridad institucional, de las y los trabajadores, de la familia

y la sociedad en su conjunto. Para esto debe existir una conciencia colectiva a partir de la cual cada persona pueda contribuir con sus habilidades, conocimiento y sensibilidad en el funcionamiento y mantenimiento de la sala (11,12).

La iniciativa de Espacios amigos de la lactancia humana en los entornos laborales contribuye a garantizar el derecho de la mujer que trabaja fuera del hogar a practicar la lactancia materna y a tomar decisiones informadas y libres de presiones comerciales. Al mismo tiempo garantiza el derecho de los niños y niñas a una alimentación saludable como lo es la leche de su propia madre, por lo tanto, se constituyen como una de las

herramientas de derecho que más contribuye de manera igualitaria a la continuidad de la lactancia independientemente de la forma de contratación laboral de la mujer trabajadora fuera de su hogar, como así brindar a las mujeres en edad reproductiva que estudian un apoyo para transitar esta etapa de sus vidas.

Favorecer la transformación de los espacios laborales y de desarrollo de mujeres hacia entornos amigables con la lactancia humana, ofrece la posibilidad de compartir responsabilidades inherentes a esta práctica, contribuyendo de manera colectiva a la promoción de la salud e impartiendo justicia social desde el comienzo de la vida.



Referencias bibliográficas

- (1) Masso Guijarro E. Lactancia materna y revolución o la teta como insumisión biocultural, calostro, cuerpo y cuidado Dilemata 2013; (11) 169-206.
- (2) Ministerio de Salud de la Nación Argentina. La lactancia ¿Es sólo materna? Reseña de los conversatorios sobre lactancia 2020-2021. 1000 días Cuidar para transformar. [internet]. Buenos Aires, Argentina. Ministerios de Salud, de Cultura y de Mujeres, Géneros y Diversidad de la Nación. 2021. [Consultado en junio 2024]. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2022-03/2022-03-conversatorios-lactancia-2020-2021.pdf>
- (3) Ministerio de Justicia de la Nación Argentina. Por el derecho a la lactancia sin discriminación. [internet] Buenos Aires, Argentina. Ministerio de Justicia de la Nación Argentina. 2020. [Consultado en junio 2024] Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/noticias/por-el-derecho-la-lactancia-sin-discriminacion>
- (4) Anderson AK, Johnson E, Motoyasu N, Bignell WE. Awareness of Breastfeeding Laws and Provisions of Students and Employees of Institutions of Higher Learning in Georgia. J Hum Lact. 2019; 35(2):323– 39.
- (5) West JM, Power J, Hayward K, Joy P. An exploratory thematic analysis of the breastfeeding experience of students at a canadian university. J Hum Lact. 2017; 33(1):205–13.
- (6) Organización Panamericana de la Salud. Organización Mundial de la Salud. Lactancia Materna y Alimentación Complementaria. [internet] Washington DC: OPS-OMS; 2024. [Consultado en junio 2024]. Disponible en <https://www.paho.org/es/temas/lactancia-materna-alimentacion-complementaria>

- (7) Organización de las Naciones Unidas. Hagamos que la lactancia materna y el trabajo funcionen. [internet]. Noticias ONU; 2023. [Consultado en junio 2024]. Disponible en <https://news.un.org/es/story/2023/08/1523132>
- (8) Selim L. Lactancia materna desde la primera hora de vida: lo que beneficia y lo que perjudica. [internet]. UNICEF 2018. [Consultado en mayo 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/historias/lactancia-materna-desde-la-primera-hora-de-vida-lo-que-beneficia-y-lo-que-perjudica>
- (9) Organización Internacional del Trabajo. Convenio sobre protección de la maternidad, 2000 (núm 183). [internet] Organización Internacional del Trabajo, 2012. [Consultado en marzo 2024]. Disponible en: <https://www.ilo.org/es/resource/convenio-sobre-la-proteccion-de-la-maternidad-2000-num-183>
- (10) UNICEF. Lactancia y trabajo: Facilitar la lactancia para madres y padres en los espacios de trabajo. [PDF en línea] Argentina: UNICEF, 2023. [Citado en mayo 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/media/18896/file/Lactancia%20y%20trabajo.%20Facilitar%20la%20lactancia%20para%20madres%20y%20padres%20en%20los%20espacios%20de%20trabajo.pdf>
- (11) Grande MC, Román MD, Niclis C, Lambert V, Miranda VS, Vallejos F, et al. Manual de la Sala Amiga de la Familia Lactante. Lineamientos técnicos para la instalación de espacios de extracción segura de leche humana en entornos laborales. [internet] Córdoba: Universidad Nacional de Córdoba, 2022. [Citado en mayo 2024] Disponible en: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/202758>
- (12) Mangialavori G, Tenisi M. La lactancia materna y las mamás que trabajan. Recomendaciones del Ministerio de Salud de la Nación para lugares de trabajo y empleadores. [internet] Ministerio de Salud de la Nación. Dirección Nacional de Maternidad, Infancia y Adolescencia, Área de Nutrición: 2017. [Citado en junio 2024] Disponible en: <http://saludsantacruz.gob.ar/portal/wp-content/uploads/2018/12/Espacio-amigo-de-la-lactancia.pdf>