

1 • 7 DE AGOSTO
SEMANA MUNDIAL DE LA

LACTANCIA MATERNA

**UN DERECHO DE
NIÑOS, NIÑAS, MUJERES Y FAMILIAS.**

Se celebra en más de 170 países con el objetivo de fomentar la lactancia materna, y mejorar la salud de los bebés en todo el mundo.

Con la Semana Mundial se conmemora la Declaración de Innocenti, impulsada por la OMS y por UNICEF en agosto de 1990 con el fin de proteger, promover y respaldar la lactancia materna.



OTRA MIRADA

secretariadeigualdad@apoc.org.ar

www.apoc.org.ar

LACTANCIA MATERNA



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

AMAMANTAR ES MUCHO MÁS QUE ALIMENTAR

- Además de aportarle nutrientes, hay un intercambio relacional. Al amamantar se desencadenan en la madre y el niño o niña hormonas que estimulan el apego y contribuyen a la formación de un vínculo estrecho entre ambos.
 - La lactancia materna es la forma de alimentación que contribuye con mayor efectividad al desarrollo físico y mental del niño o niña, proporcionándole nutrientes en calidad y cantidad adecuadas.
 - Cuando una madre da de lactar tiene menores probabilidades de padecer anemia, cáncer, osteoporosis y depresión post-parto.
 - Permite que las mujeres puedan aumentar los niveles de rendimiento y productividad en el trabajo, al reducir las tasas de ausentismo y estrés por enfermedades de los hijos o hijas.
 - La lactancia permite un importante ahorro de recursos a nivel familiar y de la sociedad, tanto en alimentos como en costo de las enfermedades que se evitan con el amamantar.
-



La OMS recomienda:

- Que las madres inicien la lactancia materna en la hora siguiente al parto.
- Que la lactancia sea exclusivamente materna en los primeros 6 meses de vida para lograr un crecimiento, desarrollo y salud óptimos. Posteriormente, los lactantes deben seguir siendo amamantados y recibir alimentos complementarios seguros y nutricionalmente adecuados para atender sus crecientes requisitos nutricionales.
- La lactancia materna debe seguir hasta los 2 años o más.

IMPORTANTE

Hasta los primeros 6 meses de vida, los niños y niñas necesitan como alimento única y exclusivamente la leche materna. No necesitan ni siquiera agua, jugos, infusiones o cualquier otro líquido. Es lo que llamamos lactancia materna *exclusiva*.

A partir de los 6 meses, los niños y niñas deben complementar su nutrición con otros alimentos, pero deben seguir tomando la leche materna hasta los 2 años. Es lo que llamamos lactancia materna *óptima*.

LACTANCIA
MATERNA

Recordá

Todas las instituciones públicas a través de sus áreas de recursos humanos tienen la responsabilidad de promover la lactancia materna mediante las Salas de Familia como parte de los derechos de las madres y padres que trabajan o prestan servicios en la entidad.

LACTANCIA MATERNA Y TRABAJO

PASOS PARA PROMOVER LA LACTANCIA MATERNA EN NUESTRAS INSTITUCIONES

- Respetar el derecho de todas las madres a su hora diaria de permiso por lactancia materna establecido por la ley 20.744, que les permite entrar una hora después o salir una hora antes de su horario laboral, hasta que el hijo o hija tenga un año de edad, para garantizar la lactancia materna exclusiva y promover la lactancia materna óptima.
- Implementar un servicio de Sala de Familia digno, cálido y cómodo.
- Respetar el tiempo que dedican las madres para la extracción de su leche. El tiempo de uso de la Sala de Familia no puede generar ningún descuento en la remuneración de la madre, ni la ampliación de su horario laboral.
- Realizar actividades de promoción de la lactancia materna dirigidas a las madres gestantes y madres lactantes de la institución, brindando orientación y consejería.
- Elaborar material informativo y educativo sobre la importancia de la lactancia materna, la utilidad del servicio de Sala de Familia, las formas de extracción y conservación de la leche materna, entre otros.



En 2017 Carla Pitiot, la Secretaria de Igualdad de Oportunidades y Trato de **APOC**, impulsó la creación de la **Sala de Familia** de la *Auditoría General de la Nación*, un espacio que permite ejercer el derecho y responsabilidad de la lactancia materna dentro del ámbito laboral, en condiciones de calidad y calidez.

¿QUÉ ES UNA SALA DE FAMILIA?

Las Salas de Familia son espacios en los lugares de trabajo donde las madres pueden amamantar, extraer su leche y conservarla de manera adecuada. En estos ambientes también, tanto la madre como el padre pueden cambiar al niño/a y alimentarlo/a, compartiendo un momento único.

La ley 26.873 de promoción y concientización pública de lactancia materna, sancionada en 2013, tiene por objetivo promover acciones, formular recomendaciones respecto a las condiciones adecuadas de la lactancia materna y difundir su importancia.

Los sindicatos, las empresas y el Estado a través de sus organismos debemos asumir la responsabilidad o de promover y proteger la lactancia materna.

Desde APOC reafirmamos nuestro compromiso de seguir trabajando en la difusión de la importancia de la lactancia materna desde la mirada de los derechos de nuestros trabajadores y trabajadoras.



LACTANCIA MATERNA EN ARGENTINA

- El porcentaje de lactancia materna exclusiva desciende a medida que aumenta la edad de los niños y niñas. Apenas el 42% de los bebés recibe leche materna a los seis meses.
- Los niños y niñas que nacen con bajo peso enfrentan más desafíos que los que nacen con peso adecuado a la hora de iniciar y continuar la lactancia materna en el tiempo.
- El 68% de las madres amamantan en la primera de hora de vida del bebé.
- El tiempo que la madre y el niño o niña pasan separados durante el día afecta la lactancia materna.

Fuente: Encuesta Nacional de Lactancia Materna 2017

Últimos datos oficiales disponibles



LACTANCIA MATERNA Y ODS



La lactancia materna es clave para el desarrollo sostenible. La protección, la promoción y el apoyo son una inversión relacionada con la salud que mejora el desarrollo económico y social.

Desde el 2017 en **APOC** y con el impulso de la **Secretaría de Igualdad de Oportunidades y Género**, estamos trabajando para contribuir al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible propuestos por Naciones Unidas porque los sindicatos tenemos un rol fundamental para lograr sociedades más justas.

2 HAMBRE CERO



La leche materna proporciona toda la energía y nutrientes que un bebé necesita durante los primeros seis meses de vida.

3 SALUD Y BIENESTAR



La Lactancia mejora significativamente la salud y la supervivencia tanto de los bebés como de las madres.

5 IGUALDAD DE GÉNERO



La lactancia materna garantiza la equidad desde el comienzo de la vida, ofreciéndole a cada niña o niño un comienzo justo. Es también un derecho de las mujeres que debe ser apoyado por la sociedad.

16 PAZ, JUSTICIA E INSTITUCIONES SÓLIDAS



La lactancia materna está contemplada en todas las convenciones de Derechos Humanos. Para mejorar las tasas de lactancia materna se deben mejorar las políticas públicas y la educación de la comunidad.

Fuente: UNICEF y OMS