

Son Llätzer

HOSPITAL

# Semana Mundial Lactancia Materna

## Amamantar y Trabajar



¡logremos que sea posible!

### LO QUE NECESITAN LAS MUJERES PARA PROTEGER LA MATERNIDAD

#### TIEMPO

1. Seis meses de licencia por maternidad post natal y pagada para apoyar la lactancia materna exclusiva. Además, una adecuada licencia pre natal pagada. Si la licencia es más corta, las mujeres necesitan poder extenderla para estar con sus bebés, combinando varias formas de licencias, sean pagadas o no.
2. Licencia adicional pagada para las madres de bebés prematuros o vulnerables que necesitan tiempo extra para el cuidado especial, para extraerse la leche materna y para poder ofrecer a sus bebés este recurso que salva vidas.
3. Uno o más periodos pagados para amamantar o una reducción de la jornada laboral para poder amamantar a su bebé.
4. Horarios flexibles de trabajo para amamantar o extraerse la leche; pueden ser jornadas de tiempo parcial, periodos de almuerzos o recesos más largos, compartir el trabajo u otras alternativas similares.

#### ESPACIO/PROXIMIDAD

1. Centros infantiles en o cerca de los lugares de trabajo y transporte para que las madres puedan estar con sus bebés. En ambientes rurales y de trabajo estacional, las mujeres pueden utilizar unidades de cuidado móviles o compartir el cuidado infantil o hacer acuerdos con nodrizas, según sean sus prácticas culturales.
2. Lugares privados para extraerse y almacenar la leche materna. Pueden ser salas de lactancia o un pequeño lugar o espacio en los sitios de trabajo o cercanos.
3. Un ambiente limpio, seguro y libre de basura y contaminantes químicos.

#### APOYO

1. Información sobre las leyes y beneficios de maternidad y otras provisiones en los lugares de trabajo o sectores más amplios pueden ser más beneficiosas que las mismas leyes y prácticas nacionales.
2. Apoyo de empleadores/as, administración, superiores, compañeros y compañeras de trabajo con actitudes positivas para amamantar en público.
3. Información sobre la salud de las mujeres durante el embarazo y amamantamiento para lograr que las madres puedan combinar el empleo con la lactancia y las necesidades de crianza de sus hijos e hijas.
4. Apoyo de los y las trabajadoras, y de los sindicatos de su sector o a nivel nacional.
5. Seguridad laboral y ninguna discriminación por maternidad o por lactancia materna.

#### ¿Que acciones queremos llevar a cabo desde nuestro hospital para celebrar el SLML 2015?

- |            |   |
|------------|---|
| 28/09/2015 | de 10:00 a 11:00 horas, aula 3 - Comunicación y empoderamiento<br><b>Ponente:</b> Lola Forteza Pons. Enfermera Unidad de Obstetricia HSSL.  |
| 29/09/2015 | de 10:00 a 11:00 horas, aula 3 - La lactancia materna en la Unidad de Pediatria HSSL<br><b>Ponente:</b> Silvia Herrero Celda. Enfermera Unidad de Pediatria HSSL.                 |
| 30/09/2015 | de 10:00 a 11:00 horas, aula 1 - Caso clínico de grietas y anquilosis.<br><b>Ponente:</b> Helena Torres Eespínosa. Enfermera Unidad de Neonatos HSSL.                             |
| 01/10/2015 | de 10:00 a 11:00 horas, aula 3 - Probióticos y lactancia materna<br><b>Ponente:</b> Ana Belén de la Cruz Cano. Matrona HSSL.  |
| 01/10/2015 | de 11:00 a 12:00 horas, aula 3 - La lactancia materna como analgésico en la Unidad de Obstetricia.<br><b>Ponente:</b> Carmen Cerdá Juan. Enfermera de Unidad de Obstetricia HSSL. |
| 02/10/2015 | de 10:00 a 11:00 horas, aula 3 - Métodos de suplementación de LM y extracción<br><b>Ponente:</b> Nuria Ortega Sagredo. Enfermera Unidad de Neonatos HSSL.                         |