

## MAYOR INFORMACIÓN:

Coordinación Estatal de  
Lactancia Materna y Bancos de Leche  
Juan Aldama norte núm. 114,  
primer piso, C. P. 50000, col. Centro,  
Toluca, Estado de México.

Teléfono: 722 214 75 53.

Correo electrónico: lacmaedomex@gmail.com



Escanea el código y conoce más temas  
sobre lactancia materna.

# A DE LACTANCIA



CE:217C/008/22

## SALAS DE LACTANCIA EN LOS CENTROS DE TRABAJO

## ¿QUÉ ES UNA SALA DE LACTANCIA?

Es un área asignada para que las mujeres en periodo de lactancia amamanten o extraigan y conserven adecuadamente su leche durante su jornada laboral.

### Características de la sala de lactancia:

- Confortable.
- Tranquila.
- Higiénica.
- Confortable.
- Privada.

### ¿Para qué sirve la sala de lactancia en un centro de trabajo?

Para que las madres que regresan a sus áreas de trabajo cuenten con un espacio para amamantar o extraer su leche, almacenarla adecuadamente y, al término de su jornada laboral, transportarla a su casa para alimentar a su hijo.

Si existe apoyo institucional o empresarial a la lactancia, disminuye el riesgo de perder a una empleada calificada.

Al contar con este espacio, el centro de trabajo reduce los problemas más comunes relacionados con la falta de la práctica de la lactancia, como son: el ausentismo laboral y la disminución en gastos de salud, contribuyendo a una infancia más sana y promoviendo los derechos de las madres trabajadoras.

El centro de trabajo respeta, apoya y protege los derechos laborales durante la etapa de gestación, embarazo y lactancia, así como el derecho de los niños a una alimentación sana y nutritiva, por lo que se debe fomentar el ejercicio del derecho a la lactancia.



### Beneficios para el centro de trabajo.

- Disminuye gastos de atención a la salud.
- Disminuye el ausentismo laboral (por enfermedad de la madre, hija o hijo).
- Asegura la reincorporación al trabajo posterior a la licencia de maternidad.
- Genera mayor compromiso y mayor sentido de pertenencia de las trabajadoras al brindarles facilidades para continuar alimentando a su hija o hijo.
- Mejora la imagen institucional o empresarial ante la sociedad, debido a que se preocupa por el bienestar de las trabajadoras y sus familias.
- Contribuye con un mejor estado de salud física y emocional de las empleadas al combinar la maternidad y el trabajo.
- Posiciona a la institución pública o empresa como un referente en igualdad de género y responsabilidad social.