



Entornos protectores y promotores de la Lactancia Materna

Salas y Espacios de Lactancia



Ministerio
de Desarrollo
Social

Uruguay
Crece Contigo



Facultad de Arquitectura,
Diseño y Urbanismo
UDELAR



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

**Entornos protectores
y promotores
de la Lactancia Materna**

Salas y Espacios
de Lactancia

AUTORIDADES

Ministro Dr. Alejandro Sciarra
Ministerio de Desarrollo Social (MIDES)

Andrea Brugman
Subsecretaria

Mag. Cecilia Sena
Directora Nacional de Desarrollo Social

Lic. María Victoria Estévez
Gerenta de Uruguay Crece Contigo

COORDINACIÓN Y APOYO TÉCNICO

Florencia Köncke
César Gadea
Ana Paula Flores
División Dinamización de Políticas
Públicas de Primera Infancia,
Área Uruguay Crece Contigo.

Corrección: Helena Garate

Diseño editorial Lucía Stagnaro
Ilustraciones Gerardo Pérez
FADU, Udelar



Ministerio
de Desarrollo
Social

Uruguay
Crece Contigo



Facultad de Arquitectura,
Diseño y Urbanismo
UDELAR



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

P

PRESENTACIÓN

Promover políticas públicas dirigidas a la primera infancia e infancia es uno de los cometidos del Área programática de Uruguay Crece Contigo (UCC) de la Dirección Nacional de Desarrollo Social del Ministerio de Desarrollo Social (MIDES).

En este sentido y como parte de sus objetivos, desarrolla e implementa acciones universales que garanticen los cuidados, desarrollo y protección adecuados de las mujeres embarazadas y familias de todo el país.

Dentro de UCC, la división de Dinamización de Políticas Públicas se propone generar respuestas coordinadas interinstitucionalmente, a partir problemas compartidos e identificados, dinamizando la agenda pública de protección integral de las infancias.

En este marco, se han desarrollado distintas estrategias de intervención con el objetivo de generar entornos protectores de la primera infancia e infancia en la ciudad, desde un enfoque de derechos.

UCC cuenta con un Equipo de Referentes de Lactancia Maternal, a nivel nacional conformados por técnicos de UCC, teniendo como objetivo promover las Buenas Prácticas de Lactancia Materna en los equipos de territorio y la comunidad. Su rol implica desarrollar e implementar instancias socioeducativas que promuevan la Lactancia Materna (LM), como también la gestión de los recursos materiales destinados al apoyo de la Lactancia Materna a las familias acompañadas por UCC.

Una de estas estrategias, promovida en el marco Ley 19.530 y su decreto reglamentario n.º 234/018, es proteger y apoyar la Lactancia Materna en mujeres que regresan a sus actividades educativas o laborales. Es así, y con el objetivo de facilitar la instalación de estos espacios a nivel territorial, que se presenta esta Guía orientadora desarrollada por UCC y la Facultad de Arquitectura, Diseño y Urbanismo.

UCC tiene un largo historial en el trabajo con instituciones públicas, privadas y de la organización de la sociedad civil, articulando y coordinando acciones a nivel territorial. Estos acuerdos han sido fundamentales para la implementación de intervenciones en distintas localidades y ciudades del territorio nacional.

En este contexto es que alentamos a los equipos a mantener y ampliar las redes generadas en estos años para promover la implementación de Entornos protectores y promotores de la Lactancia Materna.

Esta Guía esta orientada a empresas e instituciones educativas públicas o privadas del país, con el objetivo de proteger la lactancia y brindar un entorno que promueva esta práctica.

Cuando una mujer se reincorpora a su lugar de trabajo o estudio, además de tener que ajustar tareas y horarios, es importante establecer cómo podemos apoyarla para que continúe amamantando a su hijo o hija, si es esa su decisión.

Derecho a la Lactancia Materna

A los tres meses de haber nacido el bebé, y en algunos casos antes, las mujeres deben volver a su trabajo o a su centro de estudios. Este retorno a sus actividades puede dificultar el mantenimiento de la Lactancia Materna exclusiva (LME), la que idealmente debería extenderse hasta los 6 meses de vida del bebé. Para que esto se pueda lograr, es imprescindible que las mujeres al reintegrarse encuentren un entorno empático y de apoyo que les permita continuar con la Lactancia Materna.

Por otro lado, es importante mencionar que las mujeres no deberían pasar más de 3 o 4 horas sin extraerse leche, ya que esto puede afectar su producción y la salud de la mujer y del bebé. De hecho, el soporte y promoción de la LM en estos entornos pueden colaborar con la reducción del ausentismo, ya que los niños y niñas que lactan se enferman menos.

Las empresas y centros de estudios deben comprender la importancia de apoyar a la mujer, previniendo toda forma de discriminación hacia ellas.



CONTENIDOS DE ESTA GUÍA

- 1** Beneficios de la lactancia para la madre y el niño y niña, empresa o institución, sociedad y medio ambiente
- 2** ¿Para quiénes y en dónde es obligatorio? > Ley 19.530
Salas y espacios: ¿quiénes están obligados y qué se debe garantizar?
- 3** ¿Cómo podemos generar estas salas y espacios?
Entornos protectores para la Lactancia Materna
- 4** ¿Qué se necesita?
 - 4.1** ¿Cómo debe ser una sala? Mobiliario e insumos
 - 4.2** ¿Cómo debe ser un espacio? Mobiliario e insumos
- 5** Guía de recursos
Enlaces a otros materiales y recursos disponibles

1

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA PARA LA MADRE Y EL NIÑO Y NIÑA, EMPRESA O INSTITUCIÓN, SOCIEDAD Y MEDIO AMBIENTE

**Amamantar es la manera natural
y más saludable de alimentar
a un bebé desde el nacimiento.**

La LM proporciona a los/as bebés todos los nutrientes que necesitan para crecer y desarrollar plenamente su sistema inmunológico. Además la LM es clave para su desarrollo integral, lo que se traduce en beneficios para el niño o la niña, la mujer y su familia, así como para la sociedad y el medio ambiente. Para la mamá los beneficios incluyen, entre otros, el mejoramiento de su salud general reduciendo las enfermedades en el primer año de vida de su hijo o hija, además de mejorar su estado emocional general.

Continuar con la LM una vez reintegrada a su lugar de trabajo o de estudios, a partir de la generación de entornos protectores, es posible y permite que la lactancia y el trabajo o estudios sean compatibles. Por otro lado, aumenta su sentido de pertenencia y su compromiso hacia la empresa, disminuye la rotación del personal calificado y mejora la imagen corporativa

Un beneficio adicional no tan difundido es cómo la LM colabora con el cuidado del medio ambiente. La LM no genera desperdicios y no contamina, entre otros beneficios, lo que renueva día a día el compromiso con el medio ambiente, en un mundo en el cual es necesaria la responsabilidad de todas las personas.

2

LEY 19.530 APROBACIÓN DE LA INSTALACIÓN DE SALAS Y ESPACIOS DE LACTANCIA MATERNA

¿Qué es una sala o espacio de lactancia, y qué debe garantizar?

Según la ley, se trata de un área «exclusiva y acondicionada» para que las madres amamenten a sus hijos e hijas, se extraigan leche y puedan conservarla adecuadamente.

Las salas y espacios de lactancia «deben garantizar la privacidad, seguridad, disponibilidad de uso, comodidad, higiene y fácil acceso de quienes las utilicen» (según el artículo 3.º).

¿Quiénes están obligados a instalarlas?

Las instituciones donde «trabajen o estudien veinte o más mujeres o trabajen cincuenta o más empleados» (según el artículo 2.º).

Por otra parte, el artículo 4.º de dicha ley establece que «[...] los organismos, órganos y las instituciones públicas y privadas que no registren el número de empleados y estudiantes establecido en el artículo 2.º [...], pero que cuenten con al menos una mujer en período de lactancia, deberán asegurar los mecanismos que garanticen el uso de un espacio destinado a amamantar, extraer o almacenar y conservar la leche materna».

2

LEY 19.530

APROBACIÓN DE LA INSTALACIÓN DE SALAS Y ESPACIOS DE LACTANCIA MATERNA

¿Cuáles son sus características?

Ubicación

Sala física independiente, acceso directo, distanciada de servicios higiénicos y cercana al lugar de trabajo, debe garantizar la privacidad, y estar alejada de donde se manipulen sustancias tóxicas y residuos.

Accesibilidad

Disponible durante toda la jornada laboral, clara señalización dentro y fuera de la sala o espacio.

Mobiliario e insumos

Los muebles y materiales deben ser cómodos, seguros, preferentemente individuales y fáciles de higienizar. Superficies lisas, evitar la madera.

Iluminación

La iluminación se prefiere natural, de lo contrario puede ser artificial adecuada.

Ventilación

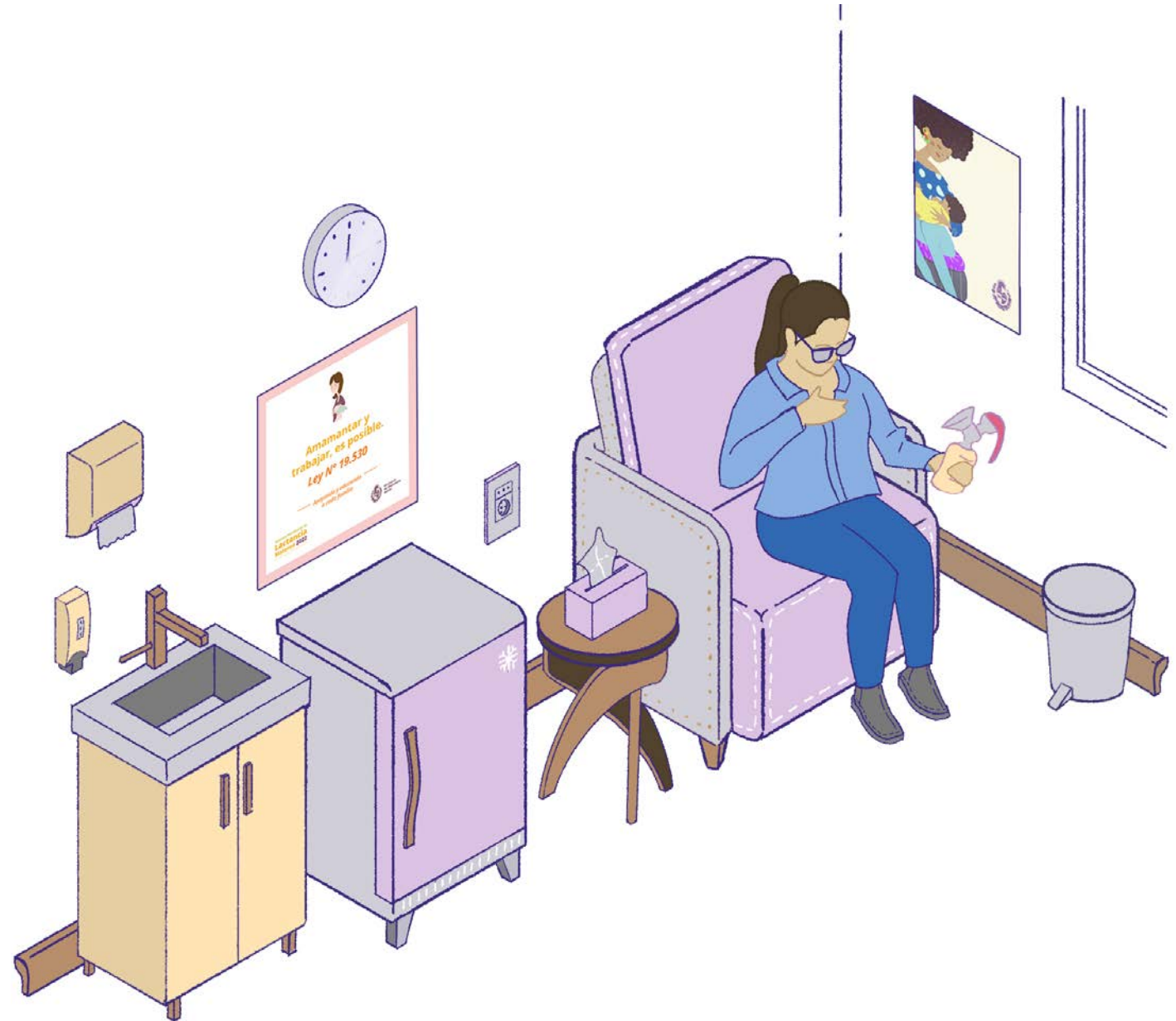
Proveer ventilación natural o artificial, calefacción y ventilación acorde a las necesidades.

Higiene

Debe realizarse con productos destinados a la industria alimentaria, servicios higiénicos y de uso exclusivo para la sala de lactancia. Se debe higienizar diariamente.

2

LEY 19.530 APROBACIÓN DE LA INSTALACIÓN DE SALAS Y ESPACIOS DE LACTANCIA MATERNA



3

ENTORNOS PROTECTORES PARA LA LACTANCIA MATERNA

El retorno a los espacios de trabajo y estudio, para muchas mujeres y sus familias representa un nuevo desafío.

Colaborar a que la lactancia continúe implica un compromiso de todos y todas.

Las empresas y centros de estudios pueden colaborar con la LM a través de múltiples acciones. Empatizar, apoyar, contener a la mujer que desea hacer uso de los espacios o salas de lactancia, se torna fundamental.

Otro aspecto que debe ser abordado es aquel vinculado con la discriminación que pueden experimentar las mujeres en este período de su vida.

Aspectos actitudinales, conductas vinculadas al entorno laboral:

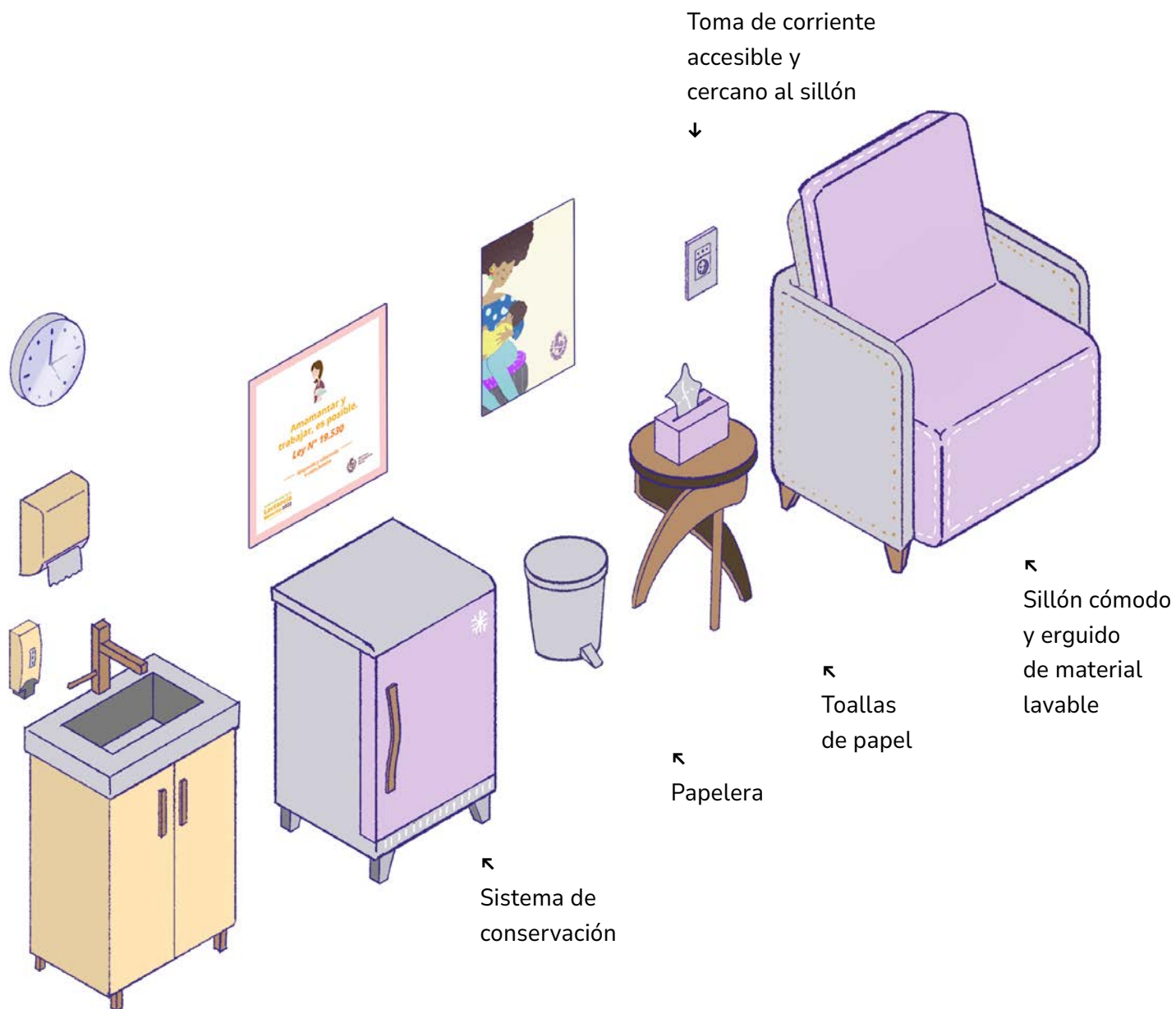
- Entornos amigables, mensajes que se brindan en relación a la lactancia desde los lugares de trabajo.
- Cómo nos vinculamos con las funcionarias en lactancia.
- Posibilidad de generar espacios de sensibilización sobre lactancia materna.
- Guía de recomendaciones, mensajes sencillos.
- Sugerencias de cartelería y otras herramientas para enriquecer el entorno. En ningún caso la cartelería a incluir puede publicitar o hacer promoción directa o indirecta, dirigida a las mujeres y las familias, de empresas o laboratorios que fabriquen o distribuyan preparados para lactantes u otros alimentos o bebidas dirigidos a lactantes y niños y niñas de corta edad, así como de biberones, chupetes y tetinas

4

¿QUÉ SE NECESITA?

- Fácil acceso
- Control de acceso con cerradura

- Dispensador de jabón
- Lavamanos dentro de la sala o a una distancia no mayor a 10 metros



4

4.1 ¿CÓMO DEBE SER UNA SALA? MOBILIARIO E INSUMOS



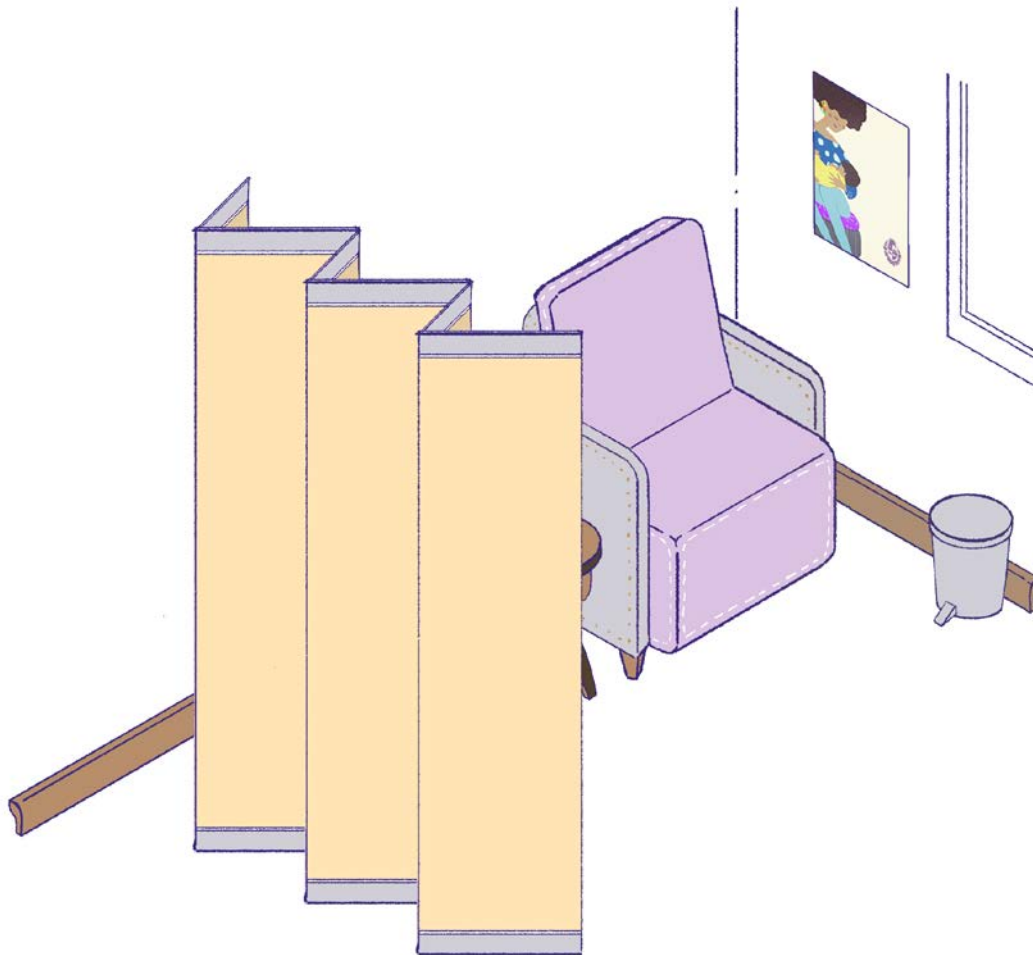
Espacio que asegure privacidad (Módulo de lactancia)

- Sillón de material fácilmente lavable
- Papelera
- Toma de corriente accesible y cercano al sillón
- Higiene diaria
- Disponibilidad en toda la extensión horaria del lugar de instalación
- Acceso a lavatorio en la misma planta física
- Acceso a sistema de conservación de leche en la misma planta física

4

4.2 ¿CÓMO DEBE SER UN ESPACIO?

MOBILIARIO
E INSUMOS



Para los casos en que su emplazamiento sea en un área común, se deben incorporar separadores de ambientes que ejerzan de barrera física y visual.

Recomendaciones para biombos / separadores de ambientes:

- Que sean estables y aseguren la privacidad de las usuarias.
- Que sean fáciles de limpiar.
- Que sus paneles sean (preferiblemente) superficies opacas lisas, sin estampados o gráficas aplicadas.
- Dimensiones y cantidad de módulos acordes a las características y necesidades de cada lugar.

5

GUÍA DE RECURSOS ENLACES A OTROS MATERIALES Y RECURSOS DISPONIBLES

Normativas nacionales vigentes

- [Ley n.º 19.530, Aprobación de la instalación de salas de lactancia materna](#)
- [Reglamentación de la ley n.º 19.530, relativa a la instalación de salas de lactancia materna](#)
- [Ley n.º 19.161, Modificación del subsidio por maternidad y fijación de subsidio por paternidad y subsidio para cuidado del recién nacido](#)
- [Ministerio de Salud Pública, Norma Nacional de Lactancia Materna](#)

Recursos adicionales

- [UNICEF, Lactancia materna en el lugar de trabajo. Las empresas tienen un rol clave en colaborar y promover la lactancia materna](#)
- [Ministerio de Salud Pública, «Manual Práctico de Lactancia Materna: contenidos técnicos básicos para la consejería en lactancia materna, para el equipo de salud», en: Norma Nacional de Lactancia Materna \(en línea\), Montevideo: UNICEF, MSP, RUNADI](#)
- [UNICEF, Salas de lactancia en el lugar de trabajo guía para empresas](#)
- [UNICEF, Espacios de lactancia en el lugar de trabajo](#)
- [Ministerio de Salud Pública, Protocolo de limpieza salas y espacios de lactancia](#)
- [Red Uruguaya de Apoyo a la Nutrición y Desarrollo Infantil](#)
- [Instituto Uruguayo de Lactancia Materna](#)

