

# Puntos básicos para instalar una sala de lactancia en un centro de trabajo

Las salas de lactancia en los centros de trabajo son una gran opción, en virtud de que su implementación hace valer y ejercer de manera plena el derecho y el respeto a la lactancia en condiciones dignas, un aspecto básico de la maternidad.

Uno de los derechos de las mujeres que en ocasiones no se consideran a cabalidad es el de disfrutar su maternidad, pese a estar regulado principalmente en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en su artículo 123, apartado A, Fracción V y la Ley Federal del Trabajo en su artículo 170.

En virtud de lo anterior, enumeramos los **siguientes puntos básicos para la instalación y funcionamiento de salas de lactancia en los centros de trabajo**, espacios adecuados e higiénicos en donde las madres trabajadoras en periodo de lactancia pueden amamantar a sus hijos o extraer leche materna teniendo a su disposición un lugar seguro para su resguardo.

## **¿Cómo instalar una sala de lactancia en el centro de trabajo?**

Para poder establecer una sala de lactancia en el centro de trabajo es fundamental implementar los siguientes pasos:

- **Designar a una persona responsable** que desempeñe el puesto de coordinador para la implementación, funcionamiento y mantenimiento de la sala de lactancia.
- Desarrollar e implementar una **política que erradique la discriminación hacia las mujeres embarazadas y en periodo de lactancia.**
- **Llevar a cabo capacitaciones** para los colaboradores de la empresa sobre la **importancia y el respeto a la lactancia** (se puede buscar apoyo de instituciones

externas).

- **Identificar y designar un lugar adecuado, privado e higiénico para establecer la sala de lactancia.**
- Suministrar el lugar con los recursos o materiales necesarios: sillas, mesas, refrigerador, fregadero, agua potable, jabón, toallas, etc.
- Implementar las Normas de Seguridad e Higiene para garantizar el correcto resguardo y traslado de la leche materna.

### **¿Cómo se debe de llevar a cabo el uso de la sala de lactancia?**

La responsabilidad del uso de la sala recae en el coordinador designado, el cual velará por el buen funcionamiento de la misma, cumpliendo con los siguientes deberes:

- Difundir a los colaboradores sobre la existencia de la sala de lactancia.
- Identificar a las madres trabajadoras que se encuentran en periodo de lactancia.
- Verificar el buen uso y funcionamiento de la sala.
- Elaborar e implementar un reglamento sobre el uso adecuado de la sala de lactancia, el cual contenga lo siguiente:
  - o Horario del uso de la sala.
  - o Control de bitácoras o registros de uso.
  - o Uso y limpieza de las herramientas.
  - o Etiquetado de los frascos utilizados.
  - o Prohibiciones del uso de la sala de lactancia.

### **Beneficios**

La madre trabajadora pueda desempeñar sus actividades laborales sin preocupaciones de que su hijo no sea interrumpido en su lactancia, para así alcanzar su

desarrollo.

Mientras que la empresa disminuye los ausentismos por alguna enfermedad del menor o de la propia madre trabajadora, así como lograr el sentido de pertenencia de las trabajadoras, al ver que la empresa apoya, mejora y asegura la reincorporación después de una incapacidad por maternidad.

## Colofón

Esta guía tomó como base los esfuerzos hechos por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS), la Secretaría de Salud (SS), el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) sobre el tema.



**JARENI GARCÍA RODRÍGUEZ**

GERENTE DE PLANEACIÓN LABORAL

[jarenigarcia@strategofirma.com](mailto:jarenigarcia@strategofirma.com)

**RECOMENDAMOS:**