Beneficios de la Lactancia Materna

LECHE MATERNA

1. Nutrientes completos.
2. Digestión fácil.
3. Se aprovecha de manera eficiente.
4. Protege contra las infecciones.
5. Protege contra las enfermedades no transmisibles a largo plazo.
6. Cuesta menos que la alimentación artificial.

LACTANCIA MATERNA

1. Fomenta el apego y el desarrollo.
2. Ayuda a retrasar un nuevo embarazo.
3. Protege la salud de la madre.

PARA MÁS INFORMACIÓN CONTACTANOS:

https://extranet.sre.gob.mx/igualdad-laboral-y-no-discriminacion

generosre@sre.gob.mx

5447, 7384, 6781 y 8590

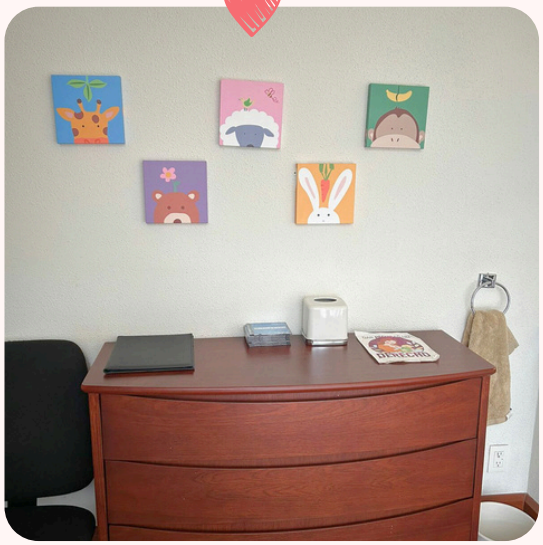
La sala de lactancia se ubica en el piso 3 del Edificio Tlatelolco

> Dirección General del Servicio Exterior y de Recursos Humanos
> Área de Política de Igualdad de Género

RELACIONES EXTERIORES
SECRETARÍA DE RELACIONES EXTERIORES

UNIDAD DE GÉNERO
DGSERH

IMPORTANCIA DE LA SALA DE LACTANCIA



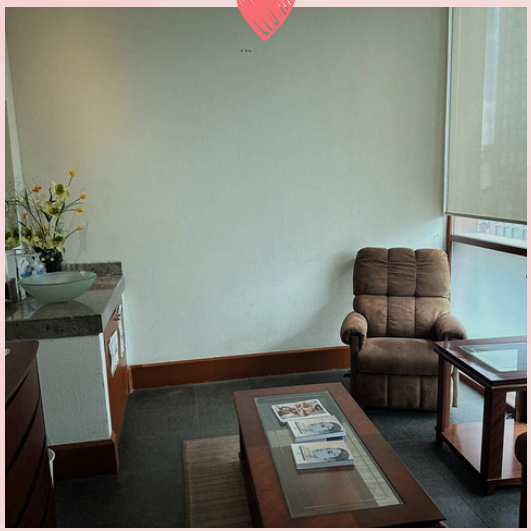
Según la Organización Mundial de la Salud...

La OMS establece que la lactancia materna es una de las formas más eficaces de asegurar la salud y la supervivencia de infantes, ésta combinada con una alimentación adecuada contribuye a estados de salud nutricional óptimos.

¿QUÉ ES?

La Sala de Lactancia

Es el espacio privado, digno, higiénico y cálido en el cual las madres pueden amamantar, extraer su leche, almacenarla y conservarla en un lugar seguro, para posteriormente trasladarla a su hogar al finalizar su jornada laboral. Con la finalidad de dar continuidad a la lactancia materna.



Obligaciones del estado para garantizar la Lactancia Materna

1. Implementación de salas/espacios adecuados para la lactancia y/o extracción de leche materna.
2. Programas de educación y difusión sobre la lactancia materna.
3. Formación del personal de salud con enfoque de derechos humanos para un adecuado acompañamiento.
4. Proporcionar estrategias individualizadas para las mujeres en situaciones particulares de vulnerabilidad.
5. Involucra y sensibilizar a los hombres en su participación en la crianza de sus hijas e hijos.