

QUE EL FIN DE LA LICENCIA NO SEA EL FIN DE LA LACTANCIA

Desde SUTEBA consideramos de suma importancia que las docentes cuenten con la información necesaria y adecuada para poder brindarles a sus hijos el alimento que ellos más necesitan. Por tal motivo, en este material encontrarán orientaciones y recomendaciones para que el fin de la licencia no marque el fin de la lactancia.

Si la lactancia ha podido instalarse durante los tres meses de licencia posteriores al nacimiento del niño, el regreso al trabajo no debería ser un motivo para finalizarla. Es importante no anticiparse dando biberones al bebé antes que esto suceda y continuar priorizando siempre la succión del bebé para que el estímulo de la lactancia continúe.

De acuerdo a los ritmos de mamada de cada bebé y a las horas que la madre deba ausentarse, considerando jornada de trabajo y viaje, será la estrategia que se elija para mantener la alimentación natural del bebé.

La leche puede extraerse, manualmente o con sacaleches de diferentes características (mecánicos o eléctricos), y esto también variará con la disponibilidad y comodidad que cada madre encuentre en ellos. La extracción puede realizarse en la casa solamente o también en el trabajo.

Extraerse leche durante la jornada de trabajo, estimula la producción y permite a las madres seguir teniendo leche suficiente para amamantar al bebé cuando regresen a su lado. Además, otro beneficio es que al recolectar la leche en el trabajo, los bebés seguirán disfrutando de las ventajas nutricionales y de salud de sólo la leche materna ofrece, aun cuando no la madre no se encuentre presente.

Aunque a veces no es muy cómodo, muchas mamás se dan cuenta que los beneficios de extraerse leche en el trabajo superan todos los inconvenientes.