

Del 9 al 15 d'octubre de 2023

Setmana Europea de la Lactància Materna



La campanya de la **Setmana Europea de la Lactància Materna** d'aquest 2023 gira entorn a la **lactància materna** i el **treball** amb el següent lema:

Donar el pit i treballar, fem que sigui possible!

Des de la **Comissió de Lactància Materna** de l'**Hospital Universitari Sant Joan de Reus** volem fer difusió d'aquesta campanya amb propostes per al nostre centre i per a la resta de la població.



La lactància materna **protegeix al bebè** de múltiples malalties de la infantesa i repercuteix en la seva salut a llarg termini.

Aporta també molts **beneficis per a la salut de la mare** (menor risc de càncer, hipertensió, diabetis i depressió postpart).

D'altra banda, implica un **estalvi significatiu** per a les famílies i un **benefici important** per al medi ambient.

Malgrat tot, **menys de la meitat dels bebès menors de 6 mesos s'alimenten de llet materna de manera exclusiva**, tal com està recomanat per l'OMS.

Per tal que la lactància es pugui perllongar com a mínim 6 mesos és precís que les dones tinguin **condicions laborals que ho permetin**.

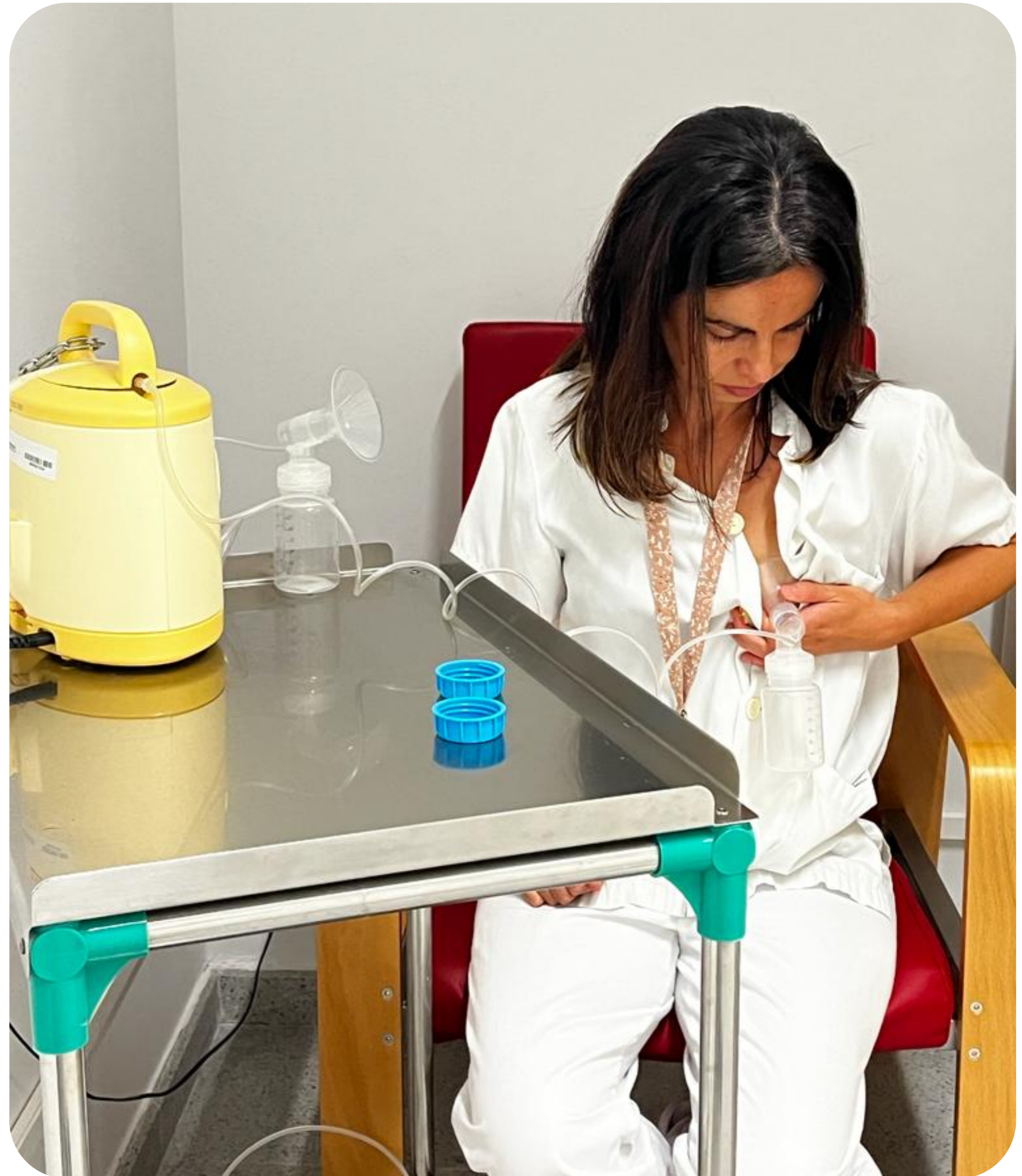
L'OMS denuncia que més de 500 milions de dones treballadores al món no es beneficien de **mesures de protecció de la maternitat**.

Tan sols el 20% dels països exigeixen a les empreses que ofereixin a les treballadores **pauses remunerades i instal·lacions per a la lactància o l'extracció de llet**.



Algunes mesures que poden ajudar a **compatibilitzar la lactància materna i el treball** són:

- Proporcionar **períodes de descans** perquè la mare pugui donar el pit al seu fill o extreure's la llet.
- Disposar d'**espais adequats**, íntims i dignes per fer-ho.
- Facilitar altres opcions per comptabilitzar la lactància i el treball, com ara **flexibilitat dels horaris, jornada parcial o teletreball**.



- Informar a les mares embarassades i a la resta de persones **treballadores que existeix aquesta política** de recolzament a la lactància a l'empresa.

És fonamental que els companys i companyes de feina recolzin les mares treballadores en la defensa d'aquests deures i els respectin.