



para cada infancia

¿Cómo desarrollar acciones comunicativas para el apoyo a la lactancia materna en el entorno laboral?

Recomendaciones para empleadores y empleadoras

Contexto

Entornos favorables que brindan apoyo a las mujeres en periodo de lactancia son esenciales para que la lactancia sea exitosa. Por esto, el acompañamiento que se brinda a la madre, al padre y a la familia desde y en los lugares de trabajo es de suma importancia.

En este documento encontrarán algunas recomendaciones para comunicar entre sus colaboradores/as la 'Guía de Lactancia Materna en el Entorno Laboral', **buscando sensibilizar y promover la lactancia en estos espacios.**



Objetivo de la guía de comunicaciones para el apoyo a la lactancia materna en el entorno laboral

Brindar orientaciones a tomadoras y tomadores de decisión que permitan promover y visibilizar la lactancia materna en sus empresas, sensibilizando sobre los beneficios de la práctica de la lactancia materna como factor protector del bienestar laboral y la adecuada nutrición.

¿Cómo dar a conocer los mensajes clave para la promoción de la Lactancia Materna al interior de su empresa?

1. Identifique los canales de comunicación del entorno laboral: redes sociales, intranet, circulares, oficios, entre otros con los que cuente la empresa para comunicar la información.
2. Defina cuáles piezas puede producir de acuerdo con su presupuesto y seleccione los medios a través de los cuales comunicar esta información (Afiches, impresión de folletos, videos, etc.)
3. Determine los espacios físicos (salas amigas de la familia lactante, oficinas, baños, cartelera de información) para comunicar este material.
4. Aproveche las fechas significativas para sensibilizar sobre la importancia de la lactancia materna, tales como:
 - **8 marzo** - Día Internacional de la Mujer
 - **29 de abril** - Día del Niño
 - **7 mayo** - Día de la Madre
 - **15 mayo** - Día de las Familias
 - **19 de mayo** - Día mundial donación de leche humana
 - **28 de mayo** - Día Internacional de Acción para la Salud de las Mujeres
 - **1 al 7 agosto: Semana Mundial de la Lactancia Materna**
 - **19 de octubre** - Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama





Mensajes clave

Estos son los principales mensajes a tener en cuenta para comunicar sobre el apoyo a la lactancia materna en el entorno laboral, que puede incluir o mencionar en diferentes medios y espacios de capacitación o sensibilización que se realicen desde su empresa:

La lactancia materna es reconocida por la OMS y UNICEF como un derecho humano que debe ser protegido. Por ende, Colombia ha legislado sobre este tema con el fin de garantizar su protección, por ejemplo, en enero de 2017 se sancionó la ley 1822 sobre el aumento de la licencia de maternidad para proteger la práctica de la lactancia materna en el entorno laboral, y que también se ve reflejada en la ley 1823 de 2017, que adopta la estrategia para la creación de Salas Amigas de la Familia Lactante en el Entorno Laboral.

Todas las personas involucradas en el entorno laboral tenemos la obligación de: i) garantizar el derecho a que las madres en periodo de lactancia cuenten con espacios dignos y de bienestar para ejercer esta práctica, y ii) defender la adecuada nutrición desde el comienzo de la vida para nuestras niñas y niños.

Las mujeres en periodo de lactancia tienen el derecho de hacer uso de la sala amiga de la familia lactante en cualquier momento. Como colaboradoras y colaboradoes, es importante que respetemos estos espacios.



Mensajes clave

La leche materna es el mejor alimento para las y los bebés, y tiene todos los nutrientes que necesitan para tener un inicio de vida saludable. Promover la lactancia es fortalecer ese vínculo de amor que les vuelve sanos, fuertes y felices.

Para que los niños y niñas crezcan sanos e inteligentes, bríndeles solamente leche materna durante los primeros seis meses de vida.

Para favorecer la salud y nutrición de los niños y niñas, ofrezca a partir de los seis meses de edad alimentos variados, frescos y naturales, preparados en el hogar y continúe amamantando hasta los dos años o más.

¿Cómo implementar estas recomendaciones?

1. Incluya el código QR que dirija a la página web de Unicef en lugares visibles.
2. Pueden acceder al contenido de www.aprendedelactancia.com, e invitar a sus colaboradores/as a que creen su propio usuario en la plataforma, y juntos/as capacitarse sobre temas relacionados con lactancia materna.
3. Invite a las y los colaboradores a que se sumen en las **redes sociales** usando el hashtag #PorLaLactanciaMaterna. Pueden compartir el kit o subir el material a sus propias redes.
4. Aprovechen fechas coyunturales para reutilizar el material.
5. Acceda al banco de imágenes de UNICEF para utilizar estas imágenes en sus productos.
6. Implemente distintas iniciativas para divulgar y sensibilizar sobre la Guía de Lactancia Materna



Tips importantes



unicef 
para cada infancia

- Si va a diseñar un folleto incluya mensajes clave sobre los beneficios de la lactancia materna para el bienestar laboral y la nutrición infantil.
- Imprima carteleras de sensibilización que pueden ubicar en áreas comunes de sus oficinas, como baños y cafeterías, promoviendo la iniciativa (tanto espacios frecuentados por mujeres como por hombres). Pueden usar e imprimir los mensajes clave en espacios como las salas de lactancia. En este documento encuentran mensajes para usar como referencia: [Guía familiar de lactancia materna y alimentación complementaria.pdf \(unicef.org\)](#) y en la [Guía para Empresas Colombianas](#)
- Realizar procesos de formación general de 2 a 3 veces por año para brindar información constante y basada en evidencia esto es clave para generar mayor sensibilización entre las y los colaboradores.
- Entregar a las y los colaboradores y sus familias un pin con el identificador de la campaña, indicándoles que esta es una forma de identificarse como aliados o aliadas de la lactancia materna.

Tips importantes

- Con el fin de hacer más llamativa la presentación de la información proponemos el uso de herramientas gratuitas como Kahoot!, que permite la creación de cuestionarios de evaluación. Cualquier persona puede acceder registrando un correo electrónico y crear preguntas de opción múltiple, a las que el público responde durante la reunión en un tiempo límite a cambio de un puntaje. La plataforma destaca los primeros 3 lugares. <https://kahoot.com/es/home/kahoot-plus/>
- Esta herramienta puede ser utilizada antes de iniciar la capacitación con el propósito de romper el hielo y medir el nivel de conocimiento de los colaboradores respecto al tema de la lactancia materna, o al final para cerrar de forma dinámica y recompensar a los colaboradores por su atención .



Tips importantes

- Les recomendamos emplear un **lenguaje cotidiano, fácil de entender y cercano** para transmitir los mensajes a sus colaboradores/as de forma más efectiva, a continuación algunos ejemplos:

Para colaboradores/as:

- *Nuestra empresa es aliada de la lactancia materna. Alimentar a un bebé con leche materna es brindarle un futuro mejor y con ello nos beneficiamos todos.*
- *¿Sabes cómo apoyar y proteger los espacios de lactancia materna? Es muy sencillo:*
 1. *Conoce más sobre lactancia materna en: www.aprendedelactancia.com*
 2. *No olvides que la lactancia materna **no** es solo responsabilidad de la mamá. También es nuestra responsabilidad cuidar y proteger sus espacios. Juntos y juntas podemos promover la lactancia materna.*
- *Respetar los momentos de extracción de leche y de lactancia, así como los espacios dispuestos para esta actividad.*

Para mujeres en periodo de lactancia:

- *Nuestra sala de lactancia materna es tu espacio. Puedes hacer uso de ella en cualquier momento.*
- *Conoce tips para la extracción de leche, cómo usar la sala de lactancia y por qué es importante la lactancia materna en www.aprendedelactancia.com, también encontrarás postales informativas en la sala de lactancia.*
- *¿Sabías que la extracción manual de leche es la manera más segura, eficiente y económica de obtenerla? Para comenzar tu extracción, recuerda estar tranquila y relajada, y sigue paso a paso las recomendaciones que encontrarás en la sala de lactancia.*

Material para difundir la guía con las y los colaboradores

En la página web de UNICEF encontrarán un kit digital para las empresas, con material en formato editable que pueden adaptar y difundir internamente con las y los colaboradores, como:

Pieza con el
identificador

Pieza vertical larga
para que se pueda
adaptar para mailing

Pieza para
Whatsapp

Fondo de
pantalla para
sus escritorios

Piezas verticales
para sus estados o
historias



unicef 
para cada infancia

En (nombre de la empresa) estamos comprometidos con la garantía de la lactancia materna, tú también puedes ayudar a promoverla así:

Recursos para empresas

Los siguientes recursos están a su disposición para que incluya el logo de su empresa y el contenido que más se adapte a su contexto, y así promover la lactancia materna en el entorno laboral

- Plantilla para stories en Instagram [aquí](#)
- Plantilla para mailing [aquí](#)
- Postal editable para hablar de lactancia materna [aquí](#)
- Wallpaper para computador [aquí](#)
- Plantilla para campaña por whatsapp [aquí](#)