

# Apoyo Para Amamantar En El Lugar Laboral En California

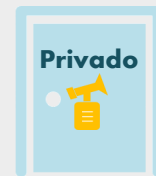


La leche materna contiene nutrientes esenciales para el óptimo crecimiento y desarrollo infantil.



El Cirujano General ha hecho un llamado a todos los sectores de la comunidad, incluyendo a empleadores, para proteger, promover, y apoyar a madres que estén amamantando.

## El Apoyo para Amamantar en el Lugar Laboral es Requerido por la Ley






La mitad de todas las mamás trabaja durante sus embarazos y la mayoría planea regresar a sus trabajos y amamantar. Las mamás que trabajan necesitan apoyo para poder seguir amamantando.




El apoyo para amamantar en lugares laborales incluye proveer tiempo y un lugar privado para poder extraer la leche. Las mamás necesitan extraer su leche cada 2-3 horas.

*Nota: Todos los individuos que estén lactando necesitan apoyo de acomodación, no solamente aquellos que se identifiquen como madres.*

### Los empleadores deberían:

-  Proveer apoyo para amamantar en lugares laborales para mantener los costos. Esto ahorra dinero debido a la reducción de días de enfermedad y costos médicos. Vea cómo y porque en Business Case for Breastfeeding<sup>1</sup>.
-  Designar áreas, aparte de servicios higiénicos para crear un lugar favorable donde amamantar, extraer leche, y guardar la leche. Vea las leyes<sup>2</sup> que protegen a los empleados que amamantan.
-  Desarrollar, implementar y compartir con todos los empleados una póliza de apoyo de lactancia en el lugar laboral. La póliza incluirá los derechos del empleador y el proceso para solicitar tiempo y espacio privado para extraer leche. Vea ejemplo de póliza<sup>3</sup>.

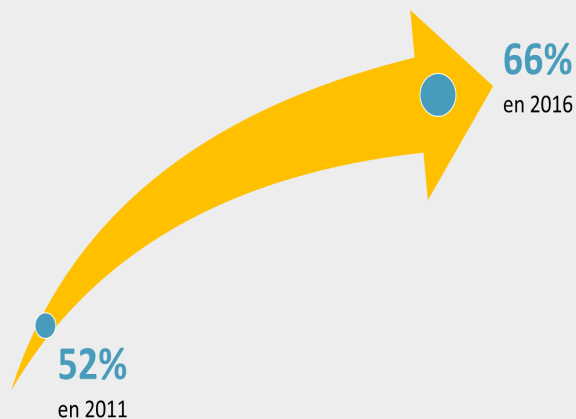
### Las mamás pueden:

-  Saber sus derechos. Hablar con su empleador sobre permiso de maternidad y apoyo para amamantar en sus lugares laborales.
-  Hablar con su proveedor médico sobre el apoyo para amamantar y cómo conseguir un extractor de leche.
-  Hablar con sus empleadores sobre sus necesidades para lactar y poder continuar amamantando a sus bebés una vez que regresen a trabajar.

- [https://www.womenshealth.gov/files/documents/bcfc\\_business-case-for-breastfeeding-for-business-managers.pdf](https://www.womenshealth.gov/files/documents/bcfc_business-case-for-breastfeeding-for-business-managers.pdf)
- <http://www.usbreastfeeding.org/p/cm/ld/fid=482>
- <https://www.womenshealth.gov/files/assets/docs/breastfeeding/employer-solutions/samplepolicy.pdf>

# Apoyo Para Amamantar En El Lugar Laboral En California

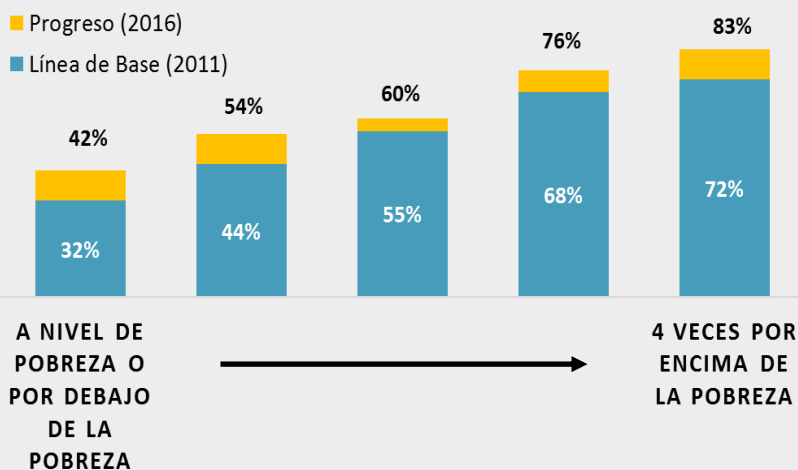
## Progreso en Apoyo para Amamantar en el Lugar Laboral Desde el 2011



Desde el 2011, el porcentaje de mujeres que tiene apoyo para amamantar en el lugar laboral ha aumentado de un **52% a 66% en el 2016**.

### Ingreso Familiar

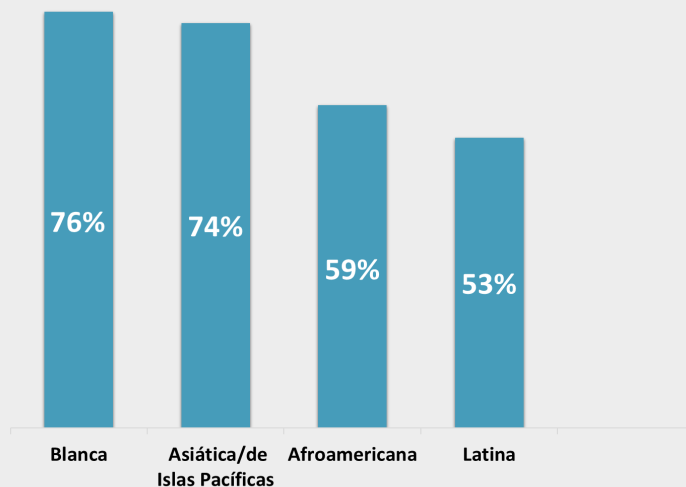
Aunque las mujeres con un ingreso familiar bajo tienen menor probabilidad de tener apoyo para amamantar en sus lugares laborales, las estadísticas han estado mejorando desde el 2011.



## Las Discrepancias del Apoyo para Amamantar Continúan en el Lugar Laboral

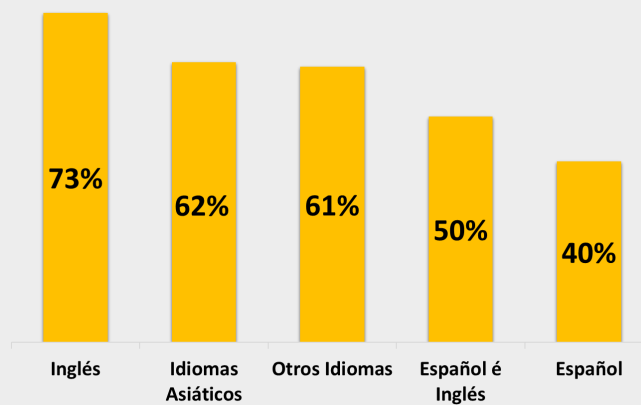
### Raza/Etnicidad

Las mujeres Afroamericanas y Latinas tienen menor probabilidad de tener apoyo de amamantar en el lugar laboral comparado con mujeres Blancas, Asiáticas y de las Islas Pacíficas.



### Idioma

Las mujeres con un idioma primario aparte del Inglés tienen menor probabilidad de tener apoyo de amamantar en el lugar laboral.



Fuente Maternal and Infant Health Assessment (MIHA), 2011 and 2016. para más información sobre MIHA, visite [www.cdph.ca.gov/MIHA](http://www.cdph.ca.gov/MIHA).

