

2025-07-31

Lactancia materna en riesgo por licencias laborales insuficientes

Autor: Redacción

Género: Nota Informativa

<https://laverdadnoticias.com/mexico/lactancia-materna-en-riesgo-por-licencias-laborales-insuficientes-20250801>

Lactancia materna: ¿un derecho negado por las condiciones laborales?

La historia de cada madre lactante en México comienza antes del parto, y muchas veces, tropieza con la falta de apoyo. Así fue para Daniela, una joven nutrióloga que, tras el nacimiento de su hija, tuvo que elegir entre alimentar a su bebé o mantener su empleo. Como ella, miles de mujeres mexicanas enfrentan un dilema silencioso: una licencia de maternidad de apenas 90 días que complica la posibilidad de cumplir con la lactancia materna exclusiva durante seis meses, como lo recomiendan la OMS y UNICEF.

Esta Semana Mundial de la Lactancia Materna (1 al 7 de agosto), especialistas como la doctora Claudia Radilla Vázquez, de la Universidad Autónoma Metropolitana, ponen el dedo en la llaga: las políticas públicas no están alineadas con la salud de los bebés ni con los derechos de las madres.

¿Por qué es crucial la lactancia materna exclusiva?

La leche materna no es solo alimento: es inmunidad, vínculo y prevención de enfermedades. Según la OMS, proporciona todos los nutrientes necesarios para el desarrollo en los primeros seis meses, fortalece el sistema inmunológico y previene obesidad, diabetes tipo 2 y alergias. También mejora el desarrollo neurológico, emocional y cognitivo de las y los bebés.

Además, para las madres, disminuye el riesgo de cáncer de mama y ovario, ayuda a una recuperación posparto más rápida y fortalece el lazo afectivo con el bebé.

La gran barrera: solo 90 días de licencia

En México, la licencia de maternidad actual otorga 90 días: 30 antes del parto y 60 después. ¿El problema? El tiempo no alcanza. Esto obliga a muchas madres a dejar la lactancia o a recurrir a fórmulas lácteas, lo que rompe con los objetivos globales de salud infantil.

Según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, las mujeres con empleo remunerado tienen menos posibilidad de amamantar que aquellas sin trabajo formal, lo que refleja una grave desigualdad estructural.

Falta infraestructura: lactarios ausentes en centros laborales

En los centros de trabajo sigue siendo una rareza contar con espacios dignos para que las madres extraigan y almacenen su leche. Sin lactarios, muchas deben elegir entre su empleo y la nutrición de sus hijos. La doctora Radilla advierte que esto no solo frena la lactancia, sino que fomenta el uso de sucedáneos innecesarios.

La meta 2030: ¿alcanzable en México?

La Agenda Global de Salud busca que el 70% de los bebés reciban lactancia exclusiva hasta los seis meses. Sin embargo, en México la cifra apenas alcanza 33.6%, según datos de 2022. Aunque representa un avance del 18.8% desde 2012, aún estamos lejos del objetivo. La meta nacional es alcanzar el 42% para 2030, pero para lograrlo, se requiere más que voluntad: se necesita acción institucional.

El rol de la educación y las universidades

Universidades como la UAM, a través de sus licenciaturas en Nutrición, Medicina y Enfermería, están comenzando a formar conciencia desde la base. La creación de un lactario en su unidad Xochimilco representa un paso pequeño pero crucial en la dirección correcta. La formación integral de futuros profesionales de la salud debe incluir la promoción activa de la lactancia.

Mercadeo engañoso de fórmulas lácteas: otra amenaza

Desde 1981, el Código de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna ha tratado de frenar el marketing agresivo de fórmulas infantiles. Sin embargo, con la digitalización, la publicidad en redes sociales y plataformas de e-commerce ha ganado terreno, muchas veces de forma engañosa.

En mayo, 27 países, incluido México, se comprometieron con la Organización Panamericana de la Salud a regular el marketing digital de estos productos, garantizando que las familias reciban información veraz y científica.

Lactancia materna y sostenibilidad: una mirada al futuro

La doctora Radilla recalca que la lactancia también es una práctica sostenible. No requiere envases, ni transporte, ni genera emisiones contaminantes. En un mundo que lucha por frenar el cambio climático, la leche materna es un recurso renovable que no deja huella ambiental.

¿Qué sigue? Un llamado a la acción conjunta

La Semana Mundial de la Lactancia Materna no es una efeméride simbólica: es una oportunidad para exigir mejores políticas, mayor infraestructura y regulación efectiva. La iniciativa "Código Lactancia México", en la que participan universidades, gobierno y sociedad civil, apunta hacia un sistema de apoyo sostenible que garantice el derecho a lactar.

En el fondo, se trata de un tema de justicia social, salud pública y sostenibilidad. No basta con decirle a las madres que amamenten: hay que darles las condiciones para que lo hagan.