
La Lactancia, Bienvenida Aquí

COALICIÓN Y GUÍA DE DEFENSORES



¡Creando comunidades donde familias lactantes son bienvenidas!



**FIRST
FOOD**

Community Collaboration
to Support Breastfeeding



REACH

Una campaña para invitar negocios locales y espacios públicos para apoyar familias lactantes.

¿Qué es la definición de la frase “La Lactancia, Bienvenida Aquí”?

El verbo **bienvenido** significa “saludar (a alguien que llega) con alegría, forma amable o amistosa.”

El adjetivo **bienvenido** es “muy agradable porque es muy necesario o deseado.”

“**La Lactancia es Bienvenida Aquí**” significa que las personas que lactan pueden dar de comer libremente a sus bebés y niños pequeños en público, sin pedirle que se cubran o se muevan.

Los empleados saludan a las familias de una manera amistosa y proporcionan amablemente cualquier asiento disponible. Si las familias piden un lugar privado para extraer la leche o lactar, los empleados le dirigen cortésmente a un espacio cómodo que no sea el baño. Los baños no son un lugar higiénico para preparar o comer alimentos.

Los defensores de esta causa pueden utilizar esta guía “**La Lactancia es Bienvenida Aquí**” para invitar a las empresas a comprometerse a crear un ambiente de apoyo para las personas que lactan. Toda la comunidad se beneficia de la lactancia, así como First Food.



Pennsylvania Chapter

INCORPORATED IN PENNSYLVANIA

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



First Food es un programa del Capítulo de Pensilvania, Academia Americana de Pediatría, hecho posible a través de fondos del Departamento de Salud de Pensilvania.

Reconocimientos



El Capítulo de Pensilvania de la Academia Americana de Pediatría (PA AAP, por sus siglas en inglés) reconoce y agradece al Kansas Breastfeeding Coalition por compartir el contenido e imágenes para esta guía.

El PA AAP también reconoce:

- Fotografía por Gina Brocker, "Latched On: The Realities of Breastfeeding"
- Fotografías del Comité de Lactancia Materna de los Estados Unidos e iconos de Apoyo a la Lactancia
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Lactancia Materna
- Michigan Breastfeeding Network (MIBFN)
 - Anywhere, Coalition & Advocate Toolkit
- Departamento de Salud de South Dakota
 - Juramento para empresas amigables con la lactancia
 - Educación y Expectativas de formación para empleados

La lactancia es buena para todos



1

2

3

4

- **Más Saludable:**

menos infecciones del oído, menos diarrea, neumonía y virus del estómago

- **Reduce el riesgo de la muerte infantil:**

del Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL) y enterocolitis necrosante neonatal (ENN)

- **Protege de enfermedades a largo plazo:**

Menos obesidad infantil, asma, hipertensión y algunos tipos de cáncer

- **Mejora las conexiones:**

Coeficiente intelectual (CI), rendimiento académico y productividad a largo plazo

- **Beneficios de salud para las madres:**

reduce el riesgo de diabetes tipo 2, cánceres de mama y ovario, y enfermedades del corazón

- **Ahorro de dinero,** \$1,200 -\$1,500 de los costos de la fórmula en el primer año de vida el bebé

- **Conveniente:** dar de comer en cualquier momento y en cualquier lugar sin tener que mezclar la fórmula

- **Fortalece huesos de las madres:** reduciendo el riesgo de osteoporosis

- **Promueve el vínculo** entre padres y niños

- **Retorno de 3 a 1 en inversión**

- **Construye una fuerza laboral sólida:** atrae talento y disminuye las tasas de rotación

- **Aumenta la satisfacción laboral:** la moral, la lealtad y la productividad

- **Reduce los costos de atención médica:** podría ahorrar \$ 312 millones en costos anuales de atención médica en los Estados Unidos

- **Menos absentismo** Menos días de trabajo perdido ya que los niños son más saludables

- **Reduce la huella de carbono:** no es necesario el combustible para fabricar o para transportar para la entrega

- **La leche humana es un recurso natural renovable.**

- **Sin basura de los empaques:** los empaques de fórmulas son desechados en vertederos

- **Seguridad alimentaria:** nutrición completa durante los primeros 6 meses de vida del bebé

- **Espaciamiento natural de los niños:** ayuda a controlar el crecimiento de la población

Negocios: Preguntas Frecuentes

"¿Tengo que permitir la lactancia en mi negocio?"

Sí. Hay leyes federales y estatales que existen para proteger y apoyar la lactancia. Pensilvania tiene la **Ley de la Libertad para Lactar**, una ley que protege el derecho a lactar en público, en cualquier lugar abierto para padres y niños. Esto incluye tiendas, escuelas, restaurantes, bibliotecas y transporte público. La lactancia no puede considerarse una molestia, exposición indecente, conducta sexual ni obscenidad. A nivel federal, la **Ley de Provisión de Protección Materna Urgente** (PUMP, por sus siglas en inglés) **para madres lactantes** (S. 1658/H.R. 3110) se convirtió en ley el 29 de diciembre de 2022 y realiza varios cambios importantes en la legislación:

- o Proporciona el derecho a tiempo de descanso y espacio para la lactancia en el trabajo a millones de trabajadores, incluyendo maestras y enfermeras.

- o Hace posible que los trabajadores presenten una demanda para buscar remedios monetarios si su empleador no cumple.

- o Aclara que se debe pagar el tiempo de lactancia si un empleado no está completamente relevado de sus obligaciones.

"¿Cómo puedo responder si un cliente se queja de la lactancia en un restaurante?"

Aborde las preocupaciones del cliente que presenta la queja sin involucrar a la persona que está lactando. Valide sus sentimientos y edúquele sobre los derechos de la lactancia con amabilidad y confianza.

"Entiendo sus preocupaciones, y como cliente valioso, quiero ayudarle a que se sienta cómodo. Nos acomodamos a las familias que lactan y no podemos pedirle a una persona que está lactando que se vaya o se cubra porque la ley de Pensilvania protege el derecho de lactar a un niño en cualquier lugar y en cualquier momento. Como negocio amigable con la lactancia, nos complace sentarle en un lugar donde se pueda sentir más cómodo".

"Somos un negocio apto para las familias. ¿Qué pasa con la modestia?"

Las familias simplemente quieren darle de comer a sus hijos sin miedo de ser juzgados, avergonzados o regañados. Apoyando a las familias que lactan en realidad significa que estarías apoyando a más familias. Mientras más se educa a la comunidad sobre la lactancia, más se percibirá como normal. Los senos son para dar de comer a los bebés y niños jóvenes.

"¿Realmente hay tanta gente lactando?"

Sí. En Pensilvania, 83% de los bebés son lactando al nacer. Muchas veces los bebés son lactando en público sin usted darse cuenta porque la lactancia se hace discretamente. Dando la bienvenida a las familias que lactan sin juzgar, ayuda a las familias a sentirse cómodas para dejar su hogar y regresar a la comunidad.

"¿Mi posición sobre la lactancia realmente hará una diferencia?"

¡Sí! Reduciendo las barreras que enfrentan las familias cuando regresan a la vida pública con sus bebés y niños es ayudará a alcanzar sus metas de lactancia. Proporcionando un ambiente acogedor y libre de vergüenza para las personas que lactan significa que más familias tienen la libertad de disfrutar de la comunidad, donde viven, trabajan y juegan.

"¿Por qué deberían participar los negocios?"

Muchos negocios ya proporcionan alojamientos para sus clientes y empleados. Mostrando la calcomanía en la ventana de la campaña les permite a los clientes saber que ustedes son amigables. A veces mejorara su reputación y su negocio.



¿Su negocio es amigable con la lactancia?

Asegurándose que su negocio sea amigable con la lactancia le brinda la oportunidad de impulsar su negocio y beneficiar a su comunidad local al mismo tiempo.

¿Su negocio es "amigable con la lactancia"?

- Proporcione un entorno acogedor- ¿Las personas que lactan se pueden sentar en cualquier lugar y disfrutar de una actitud amable de los empleados, la gerencia y otros clientes mientras lactan?
- Empleados de apoyo- ¿Los empleados están entrenados para manejar quejas sobre la lactancia? A los clientes preocupados se les informa que la lactancia en público está protegida por ley y que su negocio da la bienvenida a patrocinadores de la lactancia

Al colocar una calcomanía de "La lactancia es bienvenida aquí" en su ventana, está haciendo una declaración importante para sus clientes.

Todos nos beneficiamos de la lactancia.

- Los bebés que lactan son ms saludables y exigen menos servicios de salud pública.
- Los padres de niños saludables se toman menos tiempo libre del trabajo.
- La lactancia también es amable al ambiente: ¡no hay fabricación, contaminación, ensamblaje o desperdicios involucrados!
- Más padres que se sientan cómodos alimentando a sus bebés en lugares públicos significa menos bebés llorando y eso mejorara la experiencia de compras, cenas, etc. para todos sus clientes.



Adhesivo de Ventana 4in x 5in



El frente del colgador de puerta



La parte atrás del colgador de puerta

Para ordenar, por favor env íe un mensaje a breastfeeding@paaap.org

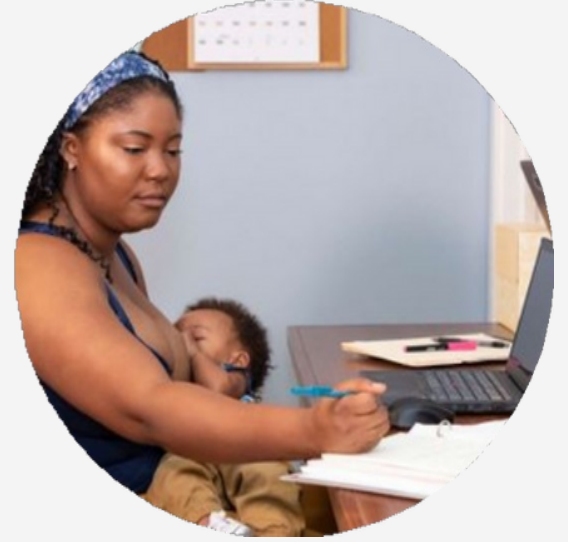
¿Quiere hacer más para apoyar a la lactancia?

¡Acomódese a sus empleados que lactan!

El Caso Comercial para La Lactancia

Los beneficios para su negocio incluyen:

- Menos días de enfermedad para los empleados
- Bajo de costos de atención médica
- Menos rotación de empleados
- Imagen positiva como empleador que apoya a las familias



El apoyo a la lactancia de los empleados implica solo una pequeña inversión de tiempo y recursos.

Simplemente comience a acomodar a los empleados con:

- Un lugar privado para extraer leche en un horario laboral
- Un horario flexible para extraer leche
- Una política de lactancia para empleados

¿Quiere aprender más?

[El Caso Comercial para La Lactancia](#)

Pasos para crear un lugar de trabajo amigable para la lactancia y pasos sencillos para apoyar a las empleadas que lactan.





Recursos para Ayudarle a Comenzar

- [CDC's Work to Support & Promote Breastfeeding in Hospitals, Worksites, & Communities](#)
- [The Business Case for Breastfeeding: Steps for Creating a Breastfeeding Friendly Worksite](#) [Easy Steps to Supporting Breastfeeding Employees](#)
- [Fact Sheet #73: Break Time for Nursing Mothers under the FSLA](#)
- [National Business Group on Health: Investing in Breastfeeding Policies and Programs](#)
- [Supporting Nursing Moms at Work: Employer Solutions | Office on Women's Health](#)
- [Pennsylvania Breastfeeding Coalition \(PABC\) Breastfeeding Friendly Employer Awards](#)
- [The Providing Urgent Maternal Protections \(PUMP\) For Nursing Mothers Act](#)

