

# ¿Qué tipo de apoyo necesita una madre **durante** la lactancia?



**¿Qué tipo  
de apoyo necesita  
una madre durante  
la lactancia?**

**1**

### **Ayuda de su familia, amigos y allegados**

- Para facilitar las tareas diarias y permitir que la madre pase el tiempo necesario con el bebé recién nacido.

**2**

### **Acompañamiento del equipo de salud**

- Revisando los pechos durante los controles prenatales.
- Respondiendo dudas sobre la lactancia.
- Estimulando la lactancia materna exclusiva hasta el sexto mes y continuada hasta los 2 años o más.
- Fomentando la participación en grupos de apoyo a la lactancia.

**3**

### **Apoyo en su trabajo**

- Respetando el art. 179 de la Ley de Contrato de Trabajo (n° 20.744).
- Disponiendo de un lugar limpio para la extracción y conservación de la leche durante el día.
- Si las mujeres cuentan con el apoyo necesario, el final de la Licencia por Maternidad no tiene por qué el fin de su lactancia.

**4**

### **Apoyo del Estado y respaldo de las leyes**

- En la República Argentina, el art. 179 de la Ley de Contrato de Trabajo (n° 20.744) garantiza, como mínimo, que toda madre trabajadora "podrá disponer de dos (2) descansos de media hora para amamantar a su hijo en el transcurso de la jornada de trabajo".
- Algunos convenios laborales o leyes locales amplian esos plazos.