

Apoyemos la lactancia materna en nuestro trabajo



5

CLAVES PARA LOGRARLO

1

Difundir los beneficios de la lactancia materna para el desarrollo de la guagua y la salud de la madre.

2

Facilitar que la mujer trabajadora **haga uso del permiso de alimentación** establecido en la ley.

3

Habilitar un lugar cómodo **privado e higiénico** para que la mujer trabajadora pueda **extraerse leche o amamantar**.

4

Permitir que la mujer trabajadora pueda extraerse leche y amamantar **en el horario y frecuencia que lo necesite** (en lo posible cada 3 horas).

5

Apoyar a las compañeras que amamantan y a los compañeros que hacen uso del permiso de alimentación.



Recuerda que los **padres también pueden hacer uso del permiso de alimentación**, en casos específicos establecidos en la ley*.



*Para más información consulta en el sitio web de la Dirección del Trabajo www.dt.gob.cl