

# **LACTANCIA MATERNA: Un asunto feminista.**

**L**a lactancia materna es un tema importante de las mujeres, de los derechos humanos y es un asunto feminista porque la lactancia materna le da poder a las mujeres y contribuye a la igualdad de géneros.

A la gran mayoría de mujeres, la sociedad les niega el ejercicio de sus derechos. Las madres que desean amamantar a sus bebés pero que no lo hacen, por que no tienen adecuado apoyo de la familia y de los sistemas de salud o tienen obstáculos en los lugares de trabajo o reciben desinformación por parte de la industria de alimentos infantiles, están siendo atacadas en sus derechos.

Los grupos e individuos interesados en luchar por los derechos de las mujeres y por los derechos humanos, deben actuar para cambiar esta situación y para reconocer la lactancia materna como un derecho de las mujeres.

Las mujeres se empoderan cuando se reconoce el valor, tanto de su trabajo productivo como reproductivo.

Las mujeres nunca deben ser forzadas a escoger entre su trabajo de madre y otros trabajos. Las condiciones que apoyan la lactancia materna

exclusiva son condiciones que reducen la subordinación de género ya que contradicen las imágenes negativas sobre la mujer y enfatizan el valor del trabajo reproductivo de las mujeres.

## **¿Por qué los grupos de mujeres deben aportar tiempo y recursos a las campañas y programas de lactancia materna?**

- 1. la lactancia materna necesita cambios en la sociedad que mejoran la posición y condición de las mujeres.**

Apoyar la lactancia implica un cambio cultural y de valores, donde la familia y la sociedad asuman sus responsabilidades.

- 2. la lactancia materna aumenta la auto-estima de las mujeres al incrementar su confianza en la habilidad que sólo ellas tienen para llenar las necesidades de sus hijos e hijas.**

- 3. la lactancia materna requiere que las mujeres tengan confianza en sí mismas y suficiente auto-estima para proteger -en algunos contextos, para exigir- sus derechos, incluyendo su derecho a amamantar.** Las mujeres, con una auto-imagen

positiva están menos dispuestas a creer que *"no tienen suficiente leche o que su ésta es de mala calidad"* y confían en que su leche es insustituible.

La lactancia materna centra la atención en la necesidad de asegurar la igualdad en la distribución de los alimentos y otros recursos del hogar. Las mujeres que amamantan requieren de nutrientes en mayores porcentajes que los hombres adultos, por lo tanto, debe dársele prioridad a las mujeres que amamantan en la distribución de los alimentos. En algunas sociedades, las mujeres no reciben suficiente alimentación para garantizar su propia salud y la de sus hijos e hijas. El ejercicio del derecho a amamantar exige que esta situación cambie.

#### **4. la lactancia materna confirma el poder de las mujeres para controlar su propio cuerpo y reta al modelo predominante machista y a los intereses comerciales que promueven el biberón.**

La lactancia materna exitosa reduce la dependencia de las mujeres en la profesión médica y en la medicalización de la alimentación infantil. La sabiduría que tienen las madres y las parteras sobre el cuidado infantil y su alimentación, aumentan el valor cultural y la importancia de éstas.

Cuando la lactancia materna se valora ampliamente, los costos sociales y psicológicos de amamantar son considerados con cuidado. Los cuerpos de las

mujeres son finitos, y no pueden agotarse sin causar sufrimiento y pérdida de sus capacidades productivas y reproductivas. La lactancia materna implica que las madres necesitan el acceso a la alimentación adecuada, a los sistemas de atención en salud y ambientes que las apoyen realmente.

### **5. la lactancia materna reta el modelo común de las mujeres como consumidoras.**

Como compradoras de fórmulas infantiles y biberones, las mujeres no le dan valor a sus propias capacidades y buscan soluciones comerciales, fuera de sí mismas, para la alimentación infantil. Los grandes esfuerzos que realizan los productores de fórmulas infantiles, para expandir sus mercados, hacen que sus campañas se dirijan a las mujeres como consumidoras.

La decisión de amamantar, es una decisión de no gastar dinero en los sucedáneos de la leche materna y es expresión de un patrón de consumo diferente, que se opone a que las mujeres se apoyen en los alimentos costosos, producidos industrialmente. Por el contrario, amamantar es un acto natural y gratuito.

### **6. la lactancia materna enfrenta al punto de vista de que los senos son principalmente objetos sexuales.**

¿Cómo es esto, de que el pecho está definido principalmente como un objeto sexual para el placer

masculino y no como una fuente de satisfacción para las madres y para hijos(as)?

La industria del sexo y de la belleza han logrado promocionar la imagen de que las mujeres no deben amamantar en público. Las mujeres son tratadas como objetos sexuales cuando se promueve la utilización de los biberones y la represión y miedo a exponer los pechos en público, o cuándo se impulsa a las mujeres a usar el biberón bajo el mito de que sus pechos se puedan desfigurar.

Los miedos de las mujeres se confirman cuando en Norte América son arrestadas o se les pide que dejen los lugares públicos por estar amamantando abiertamente.



Gracias a los esfuerzos de miles de mujeres activistas, ahora las madres que amamantan defienden sus cuerpos como suyos y se rehusan a ser tratadas como objetos sexuales. Por doquier, cada vez encontramos más mujeres, orgullosamente amamantando en público.

**7. la lactancia materna requiere de una nueva definición del trabajo de las mujeres; una que**



## **esté más realísticamente integrada a las actividades productivas de las mujeres.**

En la división sexual del trabajo, el cuidado infantil generalmente recae exclusivamente sobre los hombros de las mujeres. Son las mujeres quienes tienen la capacidad de proveer alimento a sus infantes, asegurándoles su auto-confianza y la supervivencia infantil durante los primeros meses de vida.

Las madres dan a luz y producen leche. Si el trabajo de amamantar se valora como un trabajo productivo y no como una "tarea" de las mujeres, entonces deben crearse mejores condiciones para lograr una integración exitosa con las otras actividades que realizan las mujeres.

Esto implicará cambios en la legislación para ofrecer, a las madres que además trabajan fuera del hogar, permisos por maternidad y para que amamenten, guarderías infantiles y otras estrategias que necesitan las mujeres que realizan doble o triple jornada laboral. Una definición de trabajo, centrado en la mujer, debe considerarse y debe tomar en cuenta la importancia social de la lactancia materna.

## **8. la lactancia materna fomenta la solidaridad y cooperación entre las mujeres; en el hogar, en la comunidad, en los niveles nacionales e internacionales.**

En los hogares, muy a menudo las mujeres

trabajan juntas para compartir el cuidado infantil y otras responsabilidades. Otros miembros de la familia pueden jugar un papel muy importante en apoyar a las madres ofreciendo consejos sobre lactancia materna y apoyándolas con las tareas del hogar, asegurándoles descanso y una adecuada nutrición.

Internacionalmente, las mujeres como personas individuales y como miembros de las organizaciones de consumidores y de salud, han hecho cabildeo frente a los gobiernos para defender la lactancia materna y para proteger sus decisiones de los intereses comerciales que anteponen las ganancias al bienestar materno infantil. Estas campañas, en contra de la promoción de las fórmulas infantiles y biberones, han movilizado a las mujeres en todo el mundo y han logrado unir a distintos sectores populares para re-descubrir, que las mujeres en los países en desarrollo y en vías de desarrollo, enfrentan problemas muy similares.

Las coaliciones, entre las mujeres de los países desarrollados y en desarrollo, sobre temas como la lactancia materna, son oportunidades para empoderar a las mujeres y para identificar los problemas comunes que limitan el poder de las mujeres y el ejercicio de los derechos involucrados en la crianza de sus hijos e hijas.

Los hombres juegan un importante papel en ayudar a cambiar estas condiciones y en cambiar sus propias

actitudes hacia la lactancia materna y al trabajo que realizan las mujeres. **Está claro que solo las mujeres pueden amamantar, pero está más claro aún, que los hombres y parejas pueden ser igualmente responsables del cuidado infantil y de las tareas del hogar.**

## **PALABRAS Y ACCIONES**

El significado del término feminista implica el preguntarse a continuación, **¿qué pueden hacer los grupos de mujeres?**

- Realizar campañas para que se apoyen las políticas que ayudan a las madres que amamantan.
- Unirse al cabildeo frente a las comisiones nacionales de mujeres y sobre la condición de la mujer, para que incluyan la protección de la lactancia materna en sus planes de acción.
- Realizar boicots contra las empresas que propagandizan los pechos de la mujer como herramientas de publicidad y de consumo.
- Defender el derecho que tienen las mujeres a decidir sobre su propio cuerpo.
- Defender el derecho de todas las mujeres, a tomar decisiones informadas y libres de presión, sobre alimentación infantil.
- Apoyar la restauración de culturas de amamantamiento y de los sistemas de apoyo a las mujeres embarazadas y lactantes.



- Fomentar ambientes de apoyo a las mujeres lactantes en el hogar, familia, comunidad, lugares de trabajo, sistemas de salud y sociedad en general.
- Asegurarse de que las bebés mujeres sean amamantadas y reciban alimentos complementarios adecuados, en igualdad de oportunidades que los bebés varones.
- Promover que artistas pinten, fotografíen, escriban poemas y obras de teatro, etc., celebrando el poder de la maternidad y de la lactancia materna y realzando la belleza de los pechos.
- Atraer a las madres que amamantan a las reuniones de mujeres y seminarios y hacia los centros de cuidado infantil.
- Instar a que las mujeres claves del sector público apoyen la Semana Mundial de Lactancia Materna e incluyan los mensajes pro-lactancia materna en sus discursos.

## **¿Cómo la lactancia materna encaja entre otros asuntos de las mujeres?**

### **DERECHOS HUMANOS**

Centrando la atención en apoyar a las mujeres para que amamanten, nos dirigimos al derecho de las mujeres a mejorar su condición social y económica ya que esto es necesario para una lactancia materna

exitosa. Cualquier violación de los derechos de las mujeres a amamantar es una violación de los derechos de las mujeres.

## **SALUD REPRODUCTIVA**

La lactancia es parte integrante del ciclo de reproducción femenina. El derecho al acceso a los sistemas de salud y la calidad de los servicios implica necesariamente la creación de sistemas reales de apoyo y protección a lactancia materna y que los sistemas de atención estén libres de presiones comerciales.

Prepararse a la lactancia durante el embarazo y amamantar, son pasos en la recuperación del propio cuerpo y del derecho a decidir sobre el mismo. Además, amamantar ayuda al espacimiento entre embarazos y reduce los riesgos de cáncer de ovario y de pecho.



## **VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES**

Las mujeres embarazadas y que amamantan son particularmente vulnerables y sujetas de abuso.

Los obstáculos a la lactancia materna, como las prácticas hospitalarias inapropiadas y la promoción de las fórmulas infantiles, son algunos ejemplos

de la violencia que se ejerce contra las mujeres. El no recibir el apoyo adecuado no es generalmente algo pasivo. Casi siempre es una forma activa de desprecio y agresión contra las mujeres, tanto a nivel del hogar como de los sistemas de salud y sociedad.

Los grupos de apoyo entre mujeres para combatir la agresión doméstica intra-familiar y social son espacios importantes, también para muchas mujeres embarazadas o lactantes. Las campañas de prevención de la violencia contra las mujeres pueden ser una vía muy útil para educar sobre las necesidades particulares de las mujeres embarazadas y lactantes.

## **LA HERMANDAD ES PODEROSA**

Los grupos de apoyo madre a madre y en general, los grupos de apoyo entre mujeres son una escuela para la vida y un regalo importantísimo que unas mujeres pueden darse unas a otras.

## **LA EDUCACION ADECUADA**

Las mujeres con mayores niveles de educación son más propensas a amamantar. La educación empodera a las mujeres y las estimula a hacer preguntas y a retar a los sistemas de salud, y a exigir ambientes que apoyen la lactancia materna.

También algunas tradiciones culturales que apoyan la lactancia son escuelas de vida que ofrecen importantes lecciones a seguir.

## **MUJER Y TRABAJO**

Conforme las mujeres ingresan al mercado laboral formal y construyen su propio espacio, aumentan su poder y están demandando facilidades para el cuidado infantil y oportunidades para trabajar fuera del hogar y continuar amamantando.

Esto reta a las estructuras laborales centradas en la fuerza laboral, hasta ahora predominantemente masculina. Implica el re-planteamiento de la organización laboral para abrirse a las necesidades de sus nuevas integrantes. Porque, amamantar no tiene nada que ver con políticas conservadoras y tradicionalistas, mucho menos con la imagen de la madre sentada en casa dando el pecho y amarrada a la cuna y a los pañales del bebé.

La realidad actual, es la de millones de mujeres que trabajan dentro y fuera del hogar. Y amamantar sigue siendo un derecho de todas. Por esto, la lactancia materna reta a los modelos de organización actual y es una herramienta importante para lograr la igualdad de oportunidades para todas las mujeres.

Es importante:

- exigir que las autoridades políticas se pongan a disposición de los grupos de mujeres para redactar legislaciones sobre amamantamiento y para que realmente tengan la defensa de los derechos de las mujeres como punto de partida;

- lograr mecanismos para la igualdad de oportunidades formal pero también para la igualdad real.

Es vital que se legisle sobre derechos básicos como los permisos pagados de maternidad y de lactancia por al



menos 6 meses, intervalos en los horarios de trabajo para amamantar, tiempos y espacios para exprimirse la leche en los lugares de trabajo, creación de centros de cuidado infantil, etc. Y también, sobre jornadas de trabajo y horarios flexibles, opciones de trabajar por resultados y sobre otras posibilidades que se adapten al doble papel que tienen casi todas las mujeres hoy en día: trabajadoras del hogar y trabajadoras asalariadas. También es importante comenzar a reconocer que muchas tareas sociales, como la construcción de viviendas populares, de asentamientos humanos, infraestructura comunal, educación no formal, están recayendo cada vez más en la organización comunal y dentro de ésta, en las mujeres. Hablamos ahora de triple jornada laboral.

Necesitamos un cambio de actitudes que fomente el desarrollo de estrategias para que las políticas se definan en marcos que no predeterminen la vida de las mujeres, haciéndoselas más difícil aún.

Necesitamos definir acciones para contrarrestar los efectos negativos de algunos empleadores que amenazan a las mujeres con despidos si ejercen sus derechos de maternidad y de amamantamiento. También, las campañas pro lactancia materna deben tomar en cuenta y defender realmente los derechos, tanto de sus niños y niñas, como de las madres y mujeres. Ninguno puede darse a costa del otro. Ambos van de la mano. Juntos, para alimentarse mutuamente.

Las mujeres organizadas son la punta de lanza de un movimiento social y popular que involucra también a cada vez más hombres; todos y todas por una sociedad que abra puertas a la esperanza y que permita relaciones de respeto y armonía entre los seres humanos y con la naturaleza.



**IBFAN**

**WABA**

El documento original fue preparado por Penny van Esterik para una serie que produce WABA para apoyar a los grupos en sus actividades de protección, promoción y apoyo a la lactancia materna y en particular, para la semana mundial de lactancia materna que se realiza cada año, del 1 al 7 de agosto.

**WABA, Apdo. 1200, 10850 Penang, Malaysia; tel. 604-6484 816; fax. 604-657 2655;**

**email: [secr@waba.po.my](mailto:secr@waba.po.my)**

**Documento traducido y adaptado al español por CEFEMINA para el Proyecto Regional de IBFAN América Latina y del Caribe, con el apoyo de GIFA. Esta publicación recibió apoyo financiero externo. Esto no compromete a los patrocinadores con los contenidos expresados que son responsabilidad de los autores y autoras. Sus artículos pueden ser reproducidos o traducidos sin previa autorización siempre y cuando se cite la fuente.**

**Para solicitar ejemplares:**

*Coordinación Regional IBFAN AL y Caribe*

**Ruth Elena Girón de Arango**

**25 av. 2-70, Zona 7, Residencias Altamira, Guatemala, Guatemala C.A.**

**telefax: (502) 4740188**

**e-mail: [ruth.arango@starnet.net.gt](mailto:ruth.arango@starnet.net.gt)**

*Representación IBFAN América del Sur*

**Fernando Vallone**

**Fundación LACMAT**

**av. Corrientes 1922 of. 125 (1045), Capital Federal, Argentina**

**telfax (54) 11 4953 9424**

**e-mail: [fundalac@intramed.net.ar](mailto:fundalac@intramed.net.ar)**

**CEFEMINA**

**Apartado postal 5355, San José 1000 , Costa Rica C.A.**

**tel/fax: (506) 224-3986**

**email: [cefemina@sol.racsa.co.cr](mailto:cefemina@sol.racsa.co.cr)**