

Lactancia en el trabajo, no más excusas: Una revisión sistemática
Premio mejor Comunicación oral
Clara Pérez Núñez, María Belén Suárez Collín, Virginia Valdazo
Santamaría, Inés Carrasco Curiel.

Introducción: La lactancia materna aporta múltiples beneficios para la madre y el bebé. A pesar de que la legislación contempla un permiso de lactancia, la vuelta al trabajo sigue siendo uno de los principales motivos de su abandono. Objetivo: Analizar estrategias desde salud laboral para facilitar la reincorporación al trabajo de mujeres lactantes.

Material y métodos: Análisis crítico de los documentos recuperados mediante revisión sistemática en MEDLINE (PubMed) y EMBASE, hasta diciembre de 2024. La ecuación de búsqueda se formuló mediante los descriptores MeSH/Emtree: Breastfeeding, workplace, return to work. utilizando también los Entry Terms relacionados y los filtros: «+ 5 years» y artículos disponibles en texto completo. Idiomas de publicación inglés o español. También se realizó el control de referencias, y un análisis de las guías actuales de la OMS en relación con el tema elegido. La calidad de los artículos se evaluó y filtró según los objetivos previamente determinados.

Resultados: De los 110 artículos recuperados mediante revisión sistemática (Pudmed=46; Embase=44), aplicando los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 15 artículos. En 8 de ellos se resalta la importancia de políticas de apoyo a la lactancia y el respaldo de compañeros y jefes, los 15 artículos subrayan la relevancia de intervenciones laborales que garanticen un espacio y tiempo para la extracción. Además, en 5 de ellos explican como estas medidas benefician tanto a las trabajadoras como a la empresa.

Conclusiones: La evidencia muestra que las intervenciones en el entorno laboral favorecen la lactancia materna. Contar con un espacio adecuado, descansos para la extracción y políticas organizacionales facilitan su continuidad. Además, estas medidas benefician tanto a las trabajadoras como a la empresa, al promover una mayor reincorporación, mejorar la productividad y generar un ambiente laboral más satisfactorio.

Palabras clave: breastfeeding, workplace, return to work, occupational health