

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIDAD DE GRADUACIÓN PROFESIONAL  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-  
“MAYRA GUTIÉRREZ”

“ACTITUD DE LAS MADRES TRABAJADORAS DE LA ZONA 18 HACIA LA  
LACTANCIA MATERNA”

DIANA CRISTINA ILLESCAS FLORES  
FLOR DE MARÍA GUILLERMO MADRID

GUATEMALA, AGOSTO DE 2014

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIDAD DE GRADUACIÓN PROFESIONAL  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-  
“MAYRA GUTIÉRREZ”

“ACTITUD DE LAS MADRES TRABAJADORAS DE LA ZONA 18 HACIA LA  
LACTANCIA MATERNA”

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

DIANA CRISTINA ILLESCAS FLORES  
FLOR DE MARÍA GUILLERMO MADRID

PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE  
PSICÓLOGAS  
EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
LICENCIADAS

GUATEMALA, AGOSTO DE 2014

CONSEJO DIRECTIVO

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Licenciado Abraham Cortez Mejía

**DIRECTOR**

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina

**SECRETARIO**

Licenciada Dora Judith López Avendaño

Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Maria Cristina Garzona Leal

Edgar Alejandro Cordon Osorio

**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

Licenciado Juan Fernando Porres Arellano

**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**



c.c. Control Académico  
CIEPs.  
Reg. 0156-2014  
CODIPs. 1491-2014

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

07 de agosto de 2014

Estudiantes  
Diana Cristina Illescas Flores  
Flor de María Guillermo Madrid  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto DÉCIMO CUARTO (14º.) del Acta TREINTA Y TRES GUIÓN DOS MIL CATORCE (33-2014), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 05 de agosto de 2014, que copiado literalmente dice:

**DÉCIMO CUARTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: “**ACTITUD DE LAS MADRES TRABAJADORAS DE LA ZONA 18 HACIA LA LACTANCIA MATERNA**”, de la carrera de **Licenciatura en Psicología**, realizado por:

**Diana Cristina Illescas Flores**  
**Flor de María Guillermo Madrid**

**CARNÉ No. 2009-16979**  
**CARNÉ No. 2009-22257**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por el Doctor Arturo Bernardo Lara Monserrat, y revisado por el Licenciado Pedro de León Escobar. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

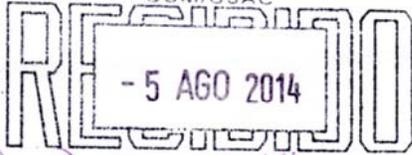
“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



/Gaby

Escuela de Ciencias Psicológicas  
Recepción e Información  
CUM/USAC



UGP 142-2014  
REG: 0156-2014  
REG: 045-2014

FIRMA: \_\_\_\_\_ HORA: 18:44 Registro: \_\_\_\_\_

INFORME FINAL

Guatemala, 05 de Agosto 2014

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Pedro de León Escobar ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“ACTITUD DE LAS MADRES TRABAJADORAS DE LA ZONA 18 HACIA LA LACTANCIA MATERNA”**

ESTUDIANTE:  
**Diana Cristina Illescas Flores**  
**Flor de María Guillermo Madrid**

CARNE No .  
**2009-16979**  
**2009-22257**

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

El cual fue aprobado el 05 de Agosto del año en curso por la Docente encargada de esta Unidad. Se recibieron documentos originales completos el 18 de Julio del 2014, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
**M.A. Mayra Friné Luna de Álvarez**  
**UNIDAD DE GRADUACIÓN PROFESIONAL**

**Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. “Mayra Gutiérrez”**



c.c archivo  
Andrea

UGP. 142-2014  
REG 0156-2014  
REG 045-2014

Guatemala, 05 de Agosto 2014

**Licenciada**  
**Mayra Friné Luna de Álvarez**  
**Coordinadora Unidad de Graduación**  
**Escuela de Ciencias Psicológicas**

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**“ACTITUD DE LAS MADRES TRABAJADORAS DE LA ZONA 18 HACIA LA LACTANCIA MATERNA”.**

**ESTUDIANTE:**  
**Diana Cristina Illescas Flores**  
**Flor de María Guillermo Madrid**

**CARNÉ No.**  
**2009-16979**  
**2009-22257**

**CARRERA:** Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 05 de Agosto 2014, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

**Licenciado Pedro de León Escobar**  
**DOCENTE REVISOR**



Andrea./archivo

Guatemala 01 de Julio de 2014

Licenciada  
Mayra Luna de Alvarez  
Coordinadora Centro de Investigaciones en  
Psicología –CIEPs- “Mayra Gutiérrez”  
CUM

Estimada Licenciada Alvarez:

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del Informe Final de la investigación titulado “Actitud de las madres trabajadoras de la zona 18 hacia la lactancia materna”, realizado por los estudiantes DIANA CRISTINA ILLESCAS FLORES, CARNÉ 200916979, Y FLOR DE MARÍA GUILLERMO MADRID, CARNÉ 200922257.

El trabajo fue realizado a partir del mes de Abril del 2013 hasta Julio del 2014. Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el CIEPs por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.  
Sin otro particular, me suscribo.

Atentamente,



Doctor Arturo Bernardo Lara Montserrat  
Psicólogo  
Colegiado No. 4146  
Asesor de contenido

Dr. Arturo Lara  
COLEGIADO 4146

# *Dra. Gilda L. Flores*

MÉDICO Y CIRUJANO  
Colegiado No. 6,380

**Clínica:**  
Sector 1, Manzana C, Casa 36  
Residenciales Los Olivos, zona 18  
Teléfono: 4235-7394

**Horario:**  
Lunes a Sábado  
8:00 a 12:00 horas  
(Miércoles no hay consulta)

Guatemala 30 de Junio de 2014

Licenciada  
Mayra Luna de Alvarez  
Coordinadora Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs- "Mayra Gutierrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
-CUM-

Licenciada Alvarez:

Deseándole éxito al frente de sus labores, por este medio le informo que las estudiantes Diana Cristina Illescas, carné 200916979 y Flor de María Guillermo, carné 200922257, realizaron su trabajo en esta institución, 40 entrevistas a mujeres embarazadas como parte de la Investigación titulada: "Actitud de las madres trabajadoras de la zona 18 hacia la lactancia materna" en el periodo comprendido del 2 de Junio al 30 de Junio del presente año, en horario de 8:00 a 12:00 horas.

Las estudiantes en mención cumplieron con lo estipulado en su proyecto de Investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular me suscribo.

  
Doctora Gilda Lorena Flores Carrera  
Médico encargado  
Tel. 2260-3020

*Dra. Gilda L. Flores C.*  
MEDICO Y CIRUJANO  
Col. 6380

PADRINOS DE GRADUACIÓN

POR DIANA CRISTINA ILLESCAS FLORES:

GILDA LORENA FLORES CARRERA

MÉDICO Y CIRUJANO

COLEGIADO 6,380

HUGO LEONEL ILLESCAS CHINCHILLA

MÉDICO Y CIRUJANO

COLEGIADO 6,381

POR FLOR DE MARÍA GUILLERMO MADRID:

ARTURO BERNARDO LARA MONTSERRAT

PSICÓLOGO

COLEGIADO 4,146

RENÉ VLADIMIR LÓPEZ

MÉDICO Y CIRUJANO

COLEGIADO 9,296

## **ACTO QUE DEDICO**

### **A DIOS**

Por ser quién día a día me da la vida, me ha acompañado y dado la fuerza para lograr cada una de las metas que me he propuesto.

### **A MIS PADRES**

Porque esta es una meta que alcanzamos juntos, por ser los mejores ejemplos de esfuerzo y sacrificio, y por enseñarme que las cosas deben hacerse con dedicación y pasión.

### **A MIS HERMANAS**

Lucy y Vivi quienes han sido mis amigas y compañeras a lo largo de la vida, llenando de ánimo los momentos difíciles y de risas los buenos momentos.

### **A MI NOVIO**

Diego Cienfuegos por la paciencia que ha tenido, y el apoyo que me ha brindado para no dejarme vencer. Y por creer en mí y motivarme a cumplir todos mis sueños.

### **A MIS AMIGOS**

Que en el transcurso de los años han creído en mí y han sido un gran apoyo para lograr esta meta.

Diana Cristina Illescas Flores

## **ACTO QUE DEDICO**

### **A DIOS**

Por estar a mi lado, por nunca dejarme sola a lo largo de mi vida, por guiarme en cada decisión difícil que he tomado.

### **A MIS PADRES**

En especial a mi madre por estar cada segundo de mi vida a mi lado en los momentos de risas de tristezas de lágrimas por nunca dejarme sola y querer lo mejor para mí siempre,

### **A MI ABUELA**

Por guiarme y estar allí cuando la he necesitado.

### **A MI FAMILIA**

Por cada momento compartido y ser parte de mi vida.

### **A MIS PADRINOS**

Vladimir López y Arturo Lara por sus consejos en mi carrera.

Flor De María Guillermo Madrid

## **AGRADECIMIENTOS**

### **A LA ESCUELA DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

Porque en las aulas de esta bella universidad nos formamos como profesionales, compartimos conocimientos y experiencias que nos enriquecieron como personas y nos llevaron al logro de esta gran meta.

### **A NUESTROS CATEDRÁTICOS**

Por ser fuente de grandes conocimientos, porque muchos de ellos fueron un ejemplo a seguir, y por contribuir a nuestra formación como profesionales.

## Índice

Resumen .....	1
Prólogo .....	2
CAPÍTULO I.....	3
1. Introducción	
1.1 Planteamiento del problema y marco teórico	
1.1.1 Planteamiento del problema	
1.1.2 Marco teórico .....	5
1.1.2.1 Antecedentes	
1.1.2.2 Lactancia materna.....	7
1.1.2.2.1 Lactancia materna a lo largo del tiempo .....	8
1.1.2.2.2 Factores fisiológicos	
1.1.2.2.3 Factores psicológicos .....	9
1.1.2.2.4 Factores sociales.....	12
1.1.2.2.5 Beneficios de la lactancia materna .....	13
1.1.2.2.6 Ventajas de la lactancia materna.....	14
1.1.2.2.7 Elementos de la lactancia materna	
1.1.2.3 La mujer trabajadora en Guatemala:.....	16
1.1.2.3.1 El papel de la mujer en el trabajo	
1.1.2.3.2 Marco legal laboral .....	18
1.1.2.3.3 Problemas que afrontan las mujeres trabajadoras .....	20
1.1.2.4 Lactancia materna en el ámbito laboral.....	21
1.1.2.4.1 Trabajadora en periodo de lactancia.....	22
1.1.2.4.2 Medidas de apoyo .....	23
1.1.2.4.2.1 Extracción de leche	
1.1.2.4.2.2 Conservación de la leche materna .....	27
1.1.2.5 Delimitación.....	29
CAPÍTULO II .....	30
2.Técnicas e instrumentos	

2.1 Técnicas de recolección de datos	
2.2 Talleres informativos.....	31
2.3 Técnicas de análisis de datos.....	32
CAPÍTULO III.....	33
3. Presentación, análisis e interpretación de resultados	
3.1 Características del lugar y de la población	
3.1.1 Características del lugar	
3.1.2 Características de la población	
3.2 Análisis e interpretación de resultados .....	34
3.3 Análisis global.....	43
CAPÍTULO IV .....	47
4. Conclusiones y recomendaciones	
4.1 Conclusiones	
4.2 Recomendaciones .....	48
Bibliografía.....	49
Anexos.....	51

## **Resumen**

### **Título: Actitud de las madres trabajadoras de la zona 18 hacia la lactancia materna.**

Autoras: Diana Cristina Illescas Flores, Flor de María Guillermo Madrid

El propósito de esta investigación es suministrar información clara y concisa sobre la lactancia materna para promover una actitud positiva por parte de las madres trabajadoras hacia ésta. La investigación se llevó a cabo tomando en cuenta los factores fisiológicos, psicológicos, como los sociales de las madres trabajadoras que brindan lactancia materna. La muestra elegida para la investigación consta de 40 madres trabajadoras, que se encuentran laborando en instituciones tanto públicas como privadas, ya sea en jornadas de trabajo completas o de medio día, y con hijos comprendidos entre 0-12 meses de edad. Las madres deben vivir en la zona 18 ya que la clínica está ubicada en el sector 1, manzana "C", casa 36 residencial "Los Olivos" zona 18.

Por medio de la investigación se pudo conocer los beneficios de la lactancia materna, analizando la opinión de la madres trabajadoras y conociendo el sentimiento que genera en ellas el amamantar, al igual que enumerar los motivos por los cuales las madres optan por dar lactancia e identificar la influencia que tiene el tiempo que deben destinar a amamantar a sus hijos en la actitud de éstas. Se analizó la opinión que tienen las madres trabajadoras sobre la lactancia materna. Las madres fueron seleccionadas según las características previamente establecidas, recolectando la información a través de la entrevista no directiva y la observación directa; durante el transcurso del mes de Junio se realizaron sesiones para brindar talleres informativos a las madres con el fin de promover una actitud positiva hacia la lactancia. Las preguntas a las que se les dio respuesta por medio del trabajo de campo: ¿qué beneficios tiene la lactancia materna?, ¿qué piensan y sienten las madres trabajadoras sobre la lactancia materna?, ¿qué sentimiento genera en las madres trabajadoras el brindar o no lactancia materna?, ¿por qué las madres optan por dar lactancia materna?, ¿cómo influye el tiempo que deben destinar a amamantar a su hijo en la actitud de las madres trabajadoras hacia la lactancia materna?, ¿qué beneficios brindan los talleres sobre la lactancia materna a las madres trabajadoras en la zona 18 de la ciudad de Guatemala?. Las técnicas e instrumentos utilizados fueron: Guía de entrevista no directiva, el análisis de la información se realizó por medio de la estadística descriptiva, se utilizó material de apoyo para brindar mayor información sobre el tema de lactancia materna en el taller.

## Prólogo

La incursión de la mujer en el ámbito laboral es una situación cada vez más frecuente en los hogares guatemaltecos, es más común ver madres trabajadoras ya sean solteras, divorciadas o casadas que necesitan de un trabajo digno para poder cubrir las necesidades de su familia, el cual puede llegar a ser desde un trabajo informal hasta uno donde se ve obligada a cumplir con una jornada de tiempo completo, que puede interferir en su rol como madre lactante obligándola a basarse en su horario laboral como su interés primordial, dándole una menor importancia a la lactancia de sus hijos. Debido a esto, es importante que conozcan todas las técnicas necesarias y los beneficios de brindar lactancia materna a su bebé en los primeros meses de vida.

Es necesario promover de forma positiva la lactancia materna en las madres trabajadoras, esto causa un impacto relevante en la sociedad debido a que no existe mucha información relacionada a la lactancia materna enfocada exclusivamente a madres trabajadoras, de las cuales una cantidad significativa asisten a una clínica médica ubicada en Sector 1, Manzana "C", casa 36, residencial "Los Olivos" zona 18, y tienen hijos comprendidos entre los 0-12 meses de edad. Se seleccionaron 40 madres que cumplían con los requisitos establecidos. En las madres se fomentó la importancia, ventajas y proporcionó técnicas para promover una actitud positiva hacia amamantar tanto en ellas mismas, como difundiéndola a otras mujeres en su misma situación. Las madres se beneficiaron de poseer los conocimientos necesarios sobre temas como la extracción y conservación de la leche materna, los cuidados que se deben tener en el manejo de la leche, y las medidas de higiene necesarias para conservarla, asegurando así que no se pierdan los nutrientes que son transmitidos por medio de ésta al alimentar al bebé.

## **CAPITULO I**

### **1. Introducción**

#### **1.1 Planteamiento del problema y marco teórico**

##### **1.1.1 Planteamiento del problema**

La sociedad guatemalteca se encuentra en constante crecimiento y evolución, respondiendo así a las necesidades que surgen conforme el tiempo se transforma. “La mujer guatemalteca abandonó el tradicional estereotipo en el que se le colocaba, en el cual ella era solamente una ama de casa, sin opciones de crecer o realizarse como persona; en la actualidad el número de mujeres aumenta cada vez más en los ámbitos laborales, haciendo que la mujer se vea en una encrucijada cuando se encuentra desempeñando dos roles distintos como lo son el de madre y el de trabajadora. Este choque entre los dos roles que demandan gran cantidad de tiempo y el deseo de la mujer de cumplir en su totalidad con ambos, la lleva muchas veces a descartar la lactancia materna como una opción de alimentación para sus bebés.”<sup>1</sup>

Existe una gran necesidad de que las madres conozcan sobre la lactancia materna, ya que muchas veces las madres principalmente las primerizas carecen de información clara sobre la gran importancia y los beneficios que brinda la lactancia materna, no solamente para el bebé sino también para la madre. Estas ventajas se hacen presentes en el desarrollo del bebé, tanto físico como psicológico.

Las madres juegan un papel importante como fuerza laboral de trabajo, dedicando su tiempo al cumplimiento de sus ocupaciones muchas veces debiendo cumplir con largos horarios de trabajo, también afrontar que su establecimiento laboral se encuentre a una distancia considerablemente lejana

---

<sup>1</sup> Firth-Cozens, Jenny, “La mujer en el mundo del trabajo: perspectivas psicológicas y organizativas”, Ediciones Morata, Madrid, España, 1993, Pp. 14

de su lugar de vivienda. Para muchas madres guatemaltecas el trabajar no es una opción, sino una obligación, ya que muchas de ellas ocupan el papel principal de la familia, de única fuente de ingresos, siendo algunas veces madres solteras o divorciadas. Esto llega a influir en que cada vez la madre cuente con menor cantidad de tiempo para dedicar a las actividades que le corresponden, dividiéndose aún más el tiempo si tiene más de un hijo del cual hacerse cargo.

Uno de los ámbitos en los que más se hace evidente la dificultad de la madre, es en el momento de tener a un recién nacido, al tomar la decisión sobre si debe amamantarlo o no. Es claro que las empresas se ven obligadas a brindarle a la madre el tiempo que la ley establece para que brinde al cuidado de su recién nacido, el problema resulta al finalizar ese periodo de tiempo obligatorio, en ese momento la madre debe elegir si continuará amamantando a su bebé o retirará prematuramente la lactancia materna, se considera que “la duración del periodo para dar lactancia recomendada por los médicos es hasta los dos años de edad del infante.”<sup>2</sup> Es importante el conocimiento de métodos alternativos para brindar los beneficios de la leche materna al bebé y que la madre pueda seguir cumpliendo con sus otras actividades en las que debe desenvolverse. Las madres deben capacitarse sobre la importancia de la extracción de la leche materna y la forma correcta de hacerlo para evitar caer en que ésta sea una experiencia desagradable, y de esta forma continuar con su práctica para el beneficio de su bebé. Al igual que debe conocerse las condiciones en que la leche materna debe ser conservada, evitando de esta forma que se descomponga o que pueda transmitírsele algún tipo de infección al bebé por falta de las medidas higiénicas necesarias para su manejo y conservación.

---

<sup>2</sup> Asociación Española de Pediatría, “manual de lactancia materna, de la teoría a la práctica”, Editorial Médica Panamericana, 1era Edición, Madrid 2008, P.45

Las preguntas que se respondieron sobre la lactancia materna son: ¿qué beneficios tiene la lactancia materna?, ¿qué piensan y sienten las madres trabajadoras sobre la lactancia materna?, ¿qué sentimiento genera en las madres trabajadoras el brindar o no lactancia materna?, ¿por qué las madres optan por dar lactancia materna?, ¿cómo influye el tiempo que deben destinar a amamantar a su hijo en la actitud de las madres trabajadoras hacia la lactancia materna?, ¿qué beneficios brindan los talleres sobre la lactancia materna a las madres trabajadoras en la zona 18 de la ciudad de Guatemala?.

Las técnicas e instrumentos que se utilizaron con el fin de recolectar la información necesaria serán: La entrevista no directiva, que permitió a las madres expresar su sentir en relación a la lactancia materna; la observación dirigida, para reforzar la información proporcionada en la entrevista. El análisis de la información recolectada se hizo a través del uso de la estadística descriptiva por medio de gráficas, tablas de datos y porcentajes. Se impartió a las madres talleres informativos sobre los beneficios de la lactancia con el fin de promover una actitud positiva.

### **1.1.2 Marco teórico**

#### **1.1.2.1 Antecedentes:**

La elección sobre brindar o no lactancia materna es un proceso por el que la mayoría de mujeres atraviesa por lo menos una vez en su vida, con el estilo de vida que se lleva en la actualidad y los distintos roles en los que la mujer se desenvuelve se convierte en una decisión cada vez más difícil de tomar, teniendo en cuenta que las mujeres crecen cada vez más en el ámbito laboral, el cual exige a estas gran cantidad de tiempo y esfuerzo, el cual retiran del cuidado de sus hijos, incluyéndose en estos cuidados la alimentación. Como referencia para la elaboración de la investigación se analizó la investigación con el título de

Necesidad de ampliar el horario de lactancia para mujeres trabajadoras cuando tiene lugar un parto múltiple” de Solares Santos, Magda Lineth, publicada en el año 2006, la cual se llevó a cabo en la Ciudad de Guatemala, apoyándose en el código de trabajo y centrándose a la hora de lactancia que se les brinda a las mujeres trabajadoras. El Propósito que se busca por medio de este estudio es el de proponer un análisis acerca de la necesidad de ampliar el horario de lactancia para las madres trabajadoras que han dado a luz a más de un hijo en un sólo parto. Demostrar la importancia del horario de lactancia que se les brinda a las mujeres trabajadoras que son madres de niño pequeños, al igual que establecer la desventaja en la que se encuentran las mujeres cuando han tenido un parto múltiple ya que según especifica el código de trabajo el tiempo que se brinda a la mujer es el mismo sin importar si ha tenido un parto simple o uno múltiple. Para la realización del estudio se utilizó la investigación crítica sobre los artículos del código de trabajo relacionados con el tiempo destinado a la lactancia materna y las oportunidades existentes para madres que han tenido un parto múltiple. Se realizó una revisión de documentos varios de la legislación que avala a las mujeres trabajadoras guatemaltecas, del código de trabajo y comparación con las leyes de otros países sobre la lactancia materna. La tesis analizada con el título de lactancia materna y trabajo: estudio realizado en madres trabajadoras afiliadas al Instituto Guatemalteco de Seguridad Social que consultaron a Pediatría de la Cirugía Periférica de la zona 11, durante el mes de junio de 1993, Guatemala “realizada por Cardona Berges, Carmen Lorena, el estudio fue realizado en la Ciudad de Guatemala en el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, en la unidad de Pediatría de la Cirugía Periférica de la zona 11. Su objetivo principal fue “determinar el comportamiento de las madres trabajadoras frente a la lactancia materna. Tiene como propósito identificar cuáles son las razones laborales específicas que limitan la lactancia materna en madres trabajadoras. En la investigación de Conocimientos, apoyo patronal y actitud de las madres como factores determinantes para brindar lactancia materna, de

Samayoa Calderón, Lily Maribel del año 2008 realizado en la Ciudad de Guatemala en 10 guarderías metropolitanas de la Secretaría de Bienestar Social de la Presidencia de la República (SBS) con el propósito de determinar los conocimientos, el apoyo patronal y la actitud respecto al mismo, como factores condicionantes para brindar lactancia materna en mujeres trabajadoras de empresas públicas y privadas. Al igual que conocer las características de las madres trabajadoras como: edad, etnia, grado de escolaridad, número de hijos, lugar de trabajo y ocupación. Identificar conocimientos de las mujeres trabajadoras sobre extracción y conservación de la leche materna, así mismo investigar como obtuvieron información sobre estas técnicas. Enfatizó al mismo tiempo comparar los conocimientos de las madres y la aplicación de las técnicas de extracción y conservación de la leche materna, con las características de edad, etnia, grado de escolaridad, número de hijos, lugar de trabajo y ocupación. Determinar el apoyo que reciben las madres trabajadoras por sus patronos, tanto de empresas públicas y privadas. Identificar la actitud de las madres trabajadoras, en relación al derecho de brindar lactancia, a las técnicas de extracción y conservación de la leche materna, y al apoyo patronal que reciben.

#### **1.1.2.2 Lactancia materna**

Podemos definir la lactancia materna como “la alimentación del bebe durante los primeros 6 o más meses de nacido, siempre y cuando la madre esté en condiciones sanas para amamantar a su bebé. Previene muchas enfermedades de las cuales padecen los bebes, principalmente los que no son alimentados con leche materna, por esta razón es ideal amamantarlo desde los primeros momentos de su vida para beneficiar el crecimiento, desarrollo y maduración correcta del lactante.”<sup>3</sup> En relación a la gran cantidad de ventajas que esta ofrece se establece la necesidad de que las madres conozcan y brinden lactancia materna a los bebés en sus primeros meses de vida.

---

<sup>3</sup> Odent Michel, “El bebé es un mamífero”, Editorial Ob Stare, 3era edición, España 2009, P.23

### **1.1.2.2.1 Lactancia materna a lo largo del tiempo**

A lo largo del tiempo la sociedad se ha encontrado en constantes cambios en relación al papel que la madre juega dentro de la misma, lo cual se ha visto reflejado en la alimentación que brinda a sus hijos, “La lactancia materna era la forma habitual de alimentación de los niños durante los 2 o 3 primeros años de vida. En la edad media las clases acomodadas prefirieron delegar esta tarea a las nodrizas, que criaban a hijos de nobles y reyes. En la Edad Moderna se siguió recomendando la lactancia materna, aunque durante periodos más breves, en torno a los 12 meses. En el siglo XVI se incorporó la lactancia artificial y se aconsejaba el destete temprano, aunque en el siglo XVII se recuperó el interés por la lactancia materna. La Revolución Industrial y la incorporación de las mujeres a las fábricas contribuyeron al progresivo desinterés de las mujeres por la lactancia materna y a favorecer un destete temprano. A partir de 1850 comenzó a desarrollarse la industria de la lactancia artificial. Razones estéticas e importantes cambios sociales y económicos a lo largo del siglo XX dieron lugar al progresivo abandono de la lactancia materna. Desde los años Ochenta tanto la Organización Mundial de la Salud como UNICEF han venido impulsando iniciativas a favor de la lactancia materna, la evidencia de los beneficios para la salud tanto de la madre como del niño es cada vez más sólida.”<sup>4</sup> Es debido a la creciente participación de las madres en el ámbito laboral que se busca concientizar a las madres trabajadoras sobre la importancia y beneficios de la lactancia materna.

### **1.1.2.2.2 Factores fisiológicos**

Es posible para la madre llevar a cabo el proceso de amamantamiento debido a las mamas que son las glándulas encargadas de la secreción de

---

<sup>4</sup> Francisco Rodríguez-Santos, Javier Aranceta Bartrina, Lluís Serra Majem, “Psicología y nutrición”, Producción editorial: Gea Consultoría Editorial S.L, Editorial Elsevier Mosby, Barcelona, España 2008, P.11

leche, “el funcionamiento de la mama no depende como otras estructuras del cuerpo de la madre, solamente de ella, sino que el lactante tiene un papel activo en ella al realizar el proceso de vaciado de la mama para que esta vuelva a producir leche. A partir del sexto mes de embarazo, la mama fabrica pequeñas cantidades de leche en la etapa conocida como *lactogénesis I*, luego del momento del parto se da el inicio de producción de leche de forma más abundante en la etapa conocida como *lactogénesis II*, en donde se mantiene la producción constante de leche una vez ha sido establecida la lactancia. Los procesos de producción y eyección láctea son regulados por varios sistemas; los *centrales*, estimuladores de la producción y eyección láctea, con el objetivo de conseguir la mayor diferenciación y funcionamiento de la glándula mamaria; los *locales*, son de acción inhibitoria, ajustan la producción de leche a la demanda específica del lactante, están fuertemente influidos por la succión del niño y otros estímulos sobre el pezón. La regulación central de la producción de leche se produce a través de la acción de diversas hormonas: Prolactina, oxitocina, hormonas tiroideas, hormona de crecimiento, insulina, suprarrenales”<sup>5</sup>, el proceso que realiza la glándula mamaria de producir y transmitir al lactante los beneficios nutricionales de la leche materna es un elemento del que deben valerse las madres para la sana alimentación y correcto desarrollo de sus bebés.

#### **1.1.2.2.3 Factores psicológicos**

La lactancia materna posee beneficios tanto físicos, inmunológicos como para el desarrollo del bebé, “el hecho de saberse proveedora de alimento y felicidad redunda en un incremento en la seguridad y en la autoestima de la madre, no sólo en lo que concierne a la crianza, si no

---

<sup>5</sup> Asociación Española de Pediatría, “Manual de lactancia materna, de la teoría a la práctica”, Editorial Médica Panamericana, 1era Edición, Madrid 2008, P.61

también, en otras esferas de su vida.”<sup>6</sup> Las madres por medio de brindar lactancia demuestran sentimientos de satisfacción personal, al saber que ellas son capaces de transmitir estos beneficios a sus bebés.

El conocimiento de las ventajas y beneficios de la lactancia materna no es sinónimo de la disposición que éstas muestran hacia brindarla, debido a que “existen mujeres que se muestran de acuerdo con la lactancia y sus beneficios, pero no dispuestas a darla; influyendo en esta disposición factores tanto psicológicos como culturales, debido a que muchas mujeres encuentran que el amamantar a su bebé les llega a resultar de gran esfuerzo físico, a la vez que es una práctica que le resta a la madre tiempo y autonomía para realizar otras tareas.”<sup>7</sup> Otro factor que afecta la disposición de las madres es el sentimiento de desaprobación hacia brindar lactancia materna principalmente en lugares públicos, debido a que la sociedad ha llegado a desaprobado esta práctica en público por la gran cantidad de métodos de alimentar de forma artificial a los bebés. “Es evidente que mientras mayor sea la confianza de la madre en este tipo de alimentación y en sus beneficios, menor importancia le brindará y disminuirá la preocupación ante el amamantar a su bebé en público”<sup>8</sup>, por esto la madre debe tomar en cuenta que el brindar lactancia materna es un proceso natural que no debe ser visto de mal modo y que representa una forma de crianza que se ha llevado a cabo a través del tiempo, siendo sus beneficios de gran importancia.

Conforme la experiencia que cada madre ha tenido en el proceso de amamantar a sus hijos, se han ido creando gran cantidad de mitos sobre la

---

<sup>6</sup> Huggins Kathleen, “El libro esencial para madres lactantes”, Harvard Common Press, 6ta edición, Boston 2010, P.12

<sup>7</sup> Ibid, Pp.13

<sup>8</sup> F. Savage King, “Cómo ayudar a las mamás a amamantar”, Editorial Gente Nueva, Guatemala 1989, Pp.

lactancia materna, los cuales al ser divulgados socialmente pueden llegar a influir en la decisión de una madre para amamantar o no a su bebé, entre éstos mitos se pueden encontrar los siguientes:

- “Amamantar es doloroso: normalmente amamantar es cómodo y placentero para las mujeres. Algunas mujeres desarrollan dolor en los pezones pero se puede evitar lubricándolos bien y colocando al bebé en la posición adecuada al momento de amamantarlo.
- Amamantar es vergonzoso: aunque la producción de leche en los pechos es algo normal durante el periodo de lactancia, a muchas mujeres les avergüenza mostrarlos. Al principio quizás sea más cómodo amamantar en privado, pero la mayoría de mujeres descubren con el tiempo y experiencia, que pueden hacerlo en público de manera cómoda y discreta.
- Amamantar te obligará a quedarte en casa: puedes llevar a tu bebé lactante a donde quieras, no hay necesidad de que te quedes en casa todo el tiempo.
- Tendrás que dejar de amamantar cuando vuelvas al trabajo: hoy en día cada vez más mujeres combinan la maternidad, la lactancia y el trabajo, y lo hacen con éxito gracias a los conocimientos sobre extracción y almacenamiento de la leche materna.
- Amamantar estropea la forma de tus senos: el embarazo hace que los senos crezcan y que en ocasiones aparezcan estrías. Durante los primeros meses de lactancia los senos se ven más grandes de su tamaño normal, a medida que el bebé crece y lacta con menos frecuencia estos disminuyen y recuperan su tamaño y forma usual.
- Quizás la leche no sea suficiente para el bebé: la cantidad de leche que la madre produce depende de la frecuencia con que amamanta

y la habilidad del bebé para lactar proporcionándole de esta manera la cantidad que él necesita para alimentarse bien.”<sup>9</sup>

Las madres deben llevar a cabo una labor de selección en relación a la información que les es proporcionada por su entorno, para poder ser ellas mismas quienes puedan determinar si brindarán lactancia materna a sus bebés, tomando en cuenta que parte de la información que reciben puede estar basada únicamente en experiencias de otras madres.

#### **1.1.2.2.4 Factores sociales**

En la actualidad se le brinda un gran valor a la lactancia materna socialmente, es apoyada tanto por los profesionales en el ámbito de la salud como por organizaciones públicas y privadas de los distintos países, a pesar de esto, se encuentran con grandes dificultades, debido a que muchas de las madres inician brindando lactancia a sus bebés, pero, no la prolongan más allá de 3 o seis meses en promedio. Se hace evidente que alguno de los factores que llevan a las mujeres a retirar la lactancia de forma temprana es por su desenvolvimiento en el ámbito laboral, aunque también es un fenómeno que se hace presente en mujeres que no trabajan fuera de casa. “Nadie se atreve a imaginar que las dificultades en la lactancia materna podrían ser inherentes a la familia nuclear monogámica. Para amamantar a un bebé durante varios años, una mujer moderna debe estar dotada de una capacidad poco común de resistencia a las presiones sociales, incluidas las intrafamiliares.”<sup>10</sup> Este tipo de presiones llevan a muchas mujeres a optar por no amamantar, o por hacerlo por un tiempo muy reducido, y cambiar rápidamente la lactancia materna por lactancia artificial.

---

<sup>9</sup> Ibid, Pp.19

<sup>10</sup> Michel Odent, Op. Cit., Pp. 87

#### **1.1.2.2.5 Beneficios de la lactancia materna**

En relación a los beneficios nutricionales que puede tener en un bebé la lactancia materna se encuentra el importante valor en nutrientes que tiene la leche, “en la leche materna se puede encontrar el balance necesario entre energía y nutrientes que son vitales para el lactante, brindándole a la vez enzimas digestivas que lo llevan a tener una mejor digestión y absorción. La leche materna cuenta con la propiedad de adaptarse a las necesidades del niño en relación a la edad de éste, pero también, cambia dependiendo del apetito del lactante.”<sup>11</sup> La leche materna beneficia a la vez al sistema digestivo del bebé quién aún se encuentra en un proceso de adaptación al nuevo entorno en el que se encuentra.

El cuerpo del bebé en desarrollo se ve beneficiado al igual de la leche materna debido a que “el niño alimentado con lactancia materna toma sólo la cantidad de nutrientes que precisa para el adecuado crecimiento y desarrollo, pero no más de lo necesario, es por esto que evita la posibilidad de generar obesidad.”<sup>12</sup> A diferencia de cuando la madre opta por preparar cantidades de leche, que aunque pueden basarse en medidas establecidas pueden no llegar a saciar el apetito del bebé o a ser demasiado abundantes para las necesidades de éste. La leche materna contiene a su vez elementos que protegen el sistema inmunológico, protegiendo al niño contra infecciones de tipo gastrointestinal y respiratorio. Cuando es exclusiva la lactancia materna protege de enfermedades alérgicas.

La lactancia materna no es solamente un proceso físico que se lleva a cabo para el desarrollo del bebé, ésta representa una situación donde se genera contacto lleva a establecer beneficios emocionales, “crea un vínculo sensorial y afectivo favorable tanto para la madre como para el hijo, por

---

<sup>11</sup> Huggins Kathleen, Op. Cit., Pp.32

<sup>12</sup> Pedro Frontera, Gloria Cabezuelo, “Cómo alimentar a los niños, guía para padres”, Editorial Amat, Barcelona, España 2004, Pp.57

medio del contacto se da una estimulación táctil, visual, olfativa, gustativa y oral. Se estrecha el vínculo afectivo debido a que a través de la piel de la madre capta cariño y apoyo el bebé, brindándole confianza para el desarrollo de la confianza en sí mismo; ayuda tanto a la madre como al hijo para que la separación después del parto no sea tan brusca y se dé una correcta adaptación a esta; favorece el desarrollo cerebral y del sistema nervioso del bebé mejorando la capacidad intelectual y agudeza visual; se ha comprobado por medio de diversas investigaciones que estos niños se encuentran con una menor predisposición a las adicciones en el momento de crecer”.<sup>13</sup> En el momento de optar o no por brindar lactancia materna, la madre debe considerar las distintas áreas en que ésta será de importancia para el desarrollo del bebé.

#### **1.1.2.2.6 Ventajas de la lactancia materna frente a la lactancia artificial**

Una de las primeras ventajas para las madres en relación a la lactancia materna se encuentra en el factor económico ya que existe un ahorro bastante grande al evitar de esta forma la compra de leche de fórmula para la alimentación del bebé; la leche materna cuenta con la cualidad de que se sirve de forma limpia ya que no es necesario el uso de biberones u otros recipientes que pueden ser portadores de bacterias de no ser desinfectados y conservados de forma correcta, al igual que la leche materna se encuentra a la temperatura ideal por lo cual el lactante no corre riesgo de quemaduras por la temperatura de la leche. “La lactancia de forma natural mantiene al niño hidratado sin necesidad de ingerir agua y sin importar la temperatura a la que se encuentre ambientalmente”.<sup>14</sup> Por medio de brindar lactancia materna la madre se ayuda a sí misma proporcionándose mayor comodidad.

---

<sup>13</sup> Ibid, Pp. 35

<sup>14</sup> Ibid, Pp. 36

### **1.1.2.2.7 Elementos de la lactancia materna**

Es importante que la madre sea constante en amamantar al recién nacido, de preferencia debe hacerse aproximadamente cada dos horas durante el día, esto a la vez que alimenta el lactante, favorece a los pezones de la madre y estimula la producción de leche. “La duración que llega a tener la sesión de lactancia debe ser determinada por las necesidades y exigencias del bebé, aunque en general los primeros 20 minutos son en los que el niño succionará y degluirá con mayor fuerza y rapidez”<sup>15</sup>. El momento adecuado para cambiar al niño al otro pecho, es cuando éste empiece a quedarse dormido o a perder el interés después de estos primeros 20 minutos, aprovechando antes de hacer este cambio para que expulse el aire, luego se debe colocar en el otro pecho y permitirle que mame hasta que lo desee.

El bebé envía señales específicas cuando desea hacerle saber a su madre que quiere ser amamantado, la madre debe estar atenta a la aparición de estas señales para lograr proporcionar una lactancia eficaz. “Las señales de las que se vale el bebé para llamar la atención de la madre pueden ser: sacar la lengua, hacer movimientos de succión, buscar el seno de la madre, cabecea contra el colchón o con el pecho de la madre, se lleva las manos a la cara o boca, emite chillidos.”<sup>16</sup> El llanto cuenta como una señal de hambre que refiere desesperación, lo cual luego provoca como consecuencia dificultad para que el bebé pueda alimentarse de forma adecuada.

---

<sup>15</sup> Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, Sandee E. Hathaway, “El primer año del bebé”, Editorial Norma S.A, Bogotá, Colombia 2001, Pp. 74

<sup>16</sup> Ma. Rosario Trinidad Ayela Pastor, “Lactancia materna”, Editorial Club Universitario, España, 2009, Pp. 53

Mientras mayor sea la comodidad del bebé la experiencia resultará más agradable y placentera para él, es por esto que es necesario el conocimiento de distintas posiciones que ayudarán a la comodidad tanto para el bebé como para la madre a la hora de amamantarlo:

- “Cuna: se sostiene al bebé sobre el brazo que se encuentra del mismo lado del seno del que va a mamar; la madre sostiene el seno con la mano opuesta; el cuerpo del bebé está vuelto hacia la madre, de modo que su vientre está en contacto con ella.
- Cuna cruzada: se sostiene la cabeza del bebé con la mano opuesta al seno del que va a mamar; la madre sostiene el seno con la mano; el cuerpo del bebé está vuelto hacia la madre, de modo que su vientre está en contacto con ella.
- Pelota de fútbol: la cabeza del bebé se sostiene con la mano del lado del seno del que va a mamar; el cuerpo del bebé se apoya sobre una almohada y queda debajo del brazo del mismo lado.”<sup>17</sup>

Los elementos que deben tomarse especialmente en cuenta al amamantar son: contar con un lugar cómodo para hacerlo, al igual que con una almohada o almohadón que permita elevar al bebé a la altura del pecho de la madre, cuidar la posición del bebé de modo que este pueda succionar, tragar y respirar al mismo tiempo.

### **1.1.2.3 La mujer trabajadora en Guatemala:**

#### **1.1.2.3.1 El papel de la mujer en el trabajo**

A lo largo del tiempo la mujer se ha abierto nuevos horizontes en ámbitos donde anteriormente no se desenvolvía, siendo uno de los que mayor crecimiento en relación a la incursión de la mujer ha tenido, el ámbito laboral, “desde la incursión de la mujer en el ámbito laboral, se les ha

---

<sup>17</sup> Ibid, Pp.53

asignado actividades que implican el cuidado y hacerse cargo de distintas personas, debido a la imagen que a lo largo del tiempo se ha tenido que ésta es un ser inclinado principalmente a la parte emotiva y que se preocupa por el cuidado y bienestar de los demás.”<sup>18</sup> En la actualidad el mercado laboral ha incrementado para las mujeres, debido a que las mujeres se han capacitado y adaptado a las distintas áreas de trabajo y a los puestos que ocupan en empresas con gran variedad de giros de negocios. Es importante enfatizar que las mujeres no sólo han crecido en el ámbito laboral sino también se han desarrollado en distintas esferas de su vida, lo cual las ha llevado a la necesidad de buscar un equilibrio entre todos estos ámbitos, para desenvolverse en ellos de forma eficiente y productiva.

La mujer en ha incursionado en el área laboral por factores relacionados a economía, pero también por realización propia o deseos de crecer, “el acceso de las mujeres al mercado laboral puede representar un progreso respecto a condiciones previas, al aumentar su autonomía personal y económica y mejorar, de este modo, su capacidad de negociación al interior de la pareja y familia. La generación de ingresos propios, la ampliación de las relaciones interpersonales y el aprendizaje de nuevas competencias debilitan la habitual dependencia de las mujeres respecto de los hombres, y dirigen las relaciones sociales de género existentes hacia otras con mayor potencialidad de equidad.”<sup>19</sup> Siendo la mujer una nueva fuerza de trabajo que representa gran parte del capital humano con el que cuentan en la actualidad las empresas, deben considerarse las condiciones de éstas al momento de convertirse en madres.

---

<sup>18</sup> J. Firth-Cozens, “La mujer en el mundo del trabajo: perspectivas psicológicas y organizativas”, Ediciones Morata, Madrid, España, 1993, Pp.48

<sup>19</sup> Alles, Martha Alicia, “La mujer y el trabajo”, Ediciones Garnica S.A, Buenos Aires, Argentina, 2005, Pp. 14

### **1.1.2.3.2 Marco legal laboral**

- **Constitución Política de la República de Guatemala**

La Constitución Política de la República de Guatemala establece en el Artículo 102, literal k), la protección a la mujer trabajadora y regulación de las condiciones en que debe prestar sus servicios y para el efecto la literal mencionada del Artículo en referencia, textualmente indica:

"No deben establecerse diferencias entre casadas y solteras en materia de trabajo. La ley regulará la protección a la maternidad de la mujer trabajadora a quien no se le debe exigir ningún trabajo que requiera esfuerzo que ponga en peligro su gravidez. La madre trabajadora gozará de un descanso forzoso retribuido con el ciento por ciento de su salario, durante los treinta días que preceden al parto y los cuarenta y cinco días siguientes. (Nótese que lo establecido en este Artículo deviene contradictorio, en virtud de que el descanso establecido en el Código de Trabajo que es la ley específica de la materia, es más beneficiosa para la trabajadora) en la época de la lactancia tendrá derecho a dos periodos de descanso extraordinarios, dentro de la jornada. Los descansos pre y postnatal serán ampliados según sus condiciones físicas, por prescripción médica."<sup>20</sup>

La mujer trabajadora debe conocer los derechos y beneficios a los que tendrá acceso al momento de convertirse en madre, ya que estos se encuentran establecidos y respaldados por la ley, velando por que se brinde a la madre la oportunidad de asegurar tanto su salud como la de su bebé.

---

<sup>20</sup> Constitución Política de la República de Guatemala, Asamblea Nacional Constituyente, República de Guatemala, 1986.

- **Código de trabajo**

Las estipulaciones del Código de Trabajo que regulan lo referente al trabajo de las mujeres, están contenidas en los Artículos del 147 al 154 de ese cuerpo legal que se refiere al trabajo de mujeres y menores de edad.

*“Artículo 147 del decreto 1441*, indica que el trabajo de las mujeres debe ser adecuado especialmente a su edad, condición o estado físico y desarrollo intelectual y moral.

*El Artículo 148*, por su parte indica que se prohíbe el trabajo en lugares insalubres y peligrosos.

Mientras que el *Artículo 151*, señala que se prohíbe a los patronos, Anunciar por cualquier medio, sus ofertas de empleo especificando como requisito para llenar las plazas, el sexo;

- Hacer diferencia entre mujeres solteras y casadas o con responsabilidades familiares, para efectos del trabajo.

- Despedir a las trabajadoras que estuvieren en estado de embarazo o período de lactancia, quienes gozarán de inamovilidad. En cuanto a estas circunstancias, las mismas serán objeto de exhaustivo análisis en el capítulo siguiente que constituye la parte central de mi investigación.

- Exigir a las mujeres embarazadas que ejecuten trabajos que requieran esfuerzo físico considerable durante los tres (3) meses anteriores al alumbramiento.

En el *Artículo 152*, la madre trabajadora gozará de un descanso retribuido con el ciento por ciento de su salario durante los treinta días que preceden al parto y los 54 días siguientes, los días que no pueda disfrutar antes del parto, se le acumularán para ser disfrutados en la

etapa post parto, de tal manera que la madre trabajadora goce de ochenta y cuatro días efectivos de descanso durante ese período.”<sup>21</sup>

Las madres trabajadoras se encuentran avaladas legalmente por parte de la República de Guatemala, para hacer valer su derecho como mujeres a desempeñarse en distintos ámbitos como lo son el de madre y trabajadora, simultáneamente.

#### **1.1.2.3.3 Principales problemas que afrontan las mujeres trabajadoras**

Debido a que en nuestra sociedad se hace presente el machismo en distintos ámbitos, esto ha influido a que una problemática con la que la mujer trabajadora debe enfrentarse muchas veces sea la discriminación, debido a que aunque esto se encuentre en contra de los reglamentos impuestos por la legislación guatemalteca, en gran cantidad de ambientes de trabajo se da la discriminación por género, siendo esta principalmente de tipo informal, debido a que es expresada entre los mismos compañeros de trabajo o también a lo largo de la escala jerárquica por medio de discriminar o desvalorizar a las mujeres por su género o brindándole prioridad a los trabajadores del sexo masculino sin hacerlo de una manera oficial para evitar sanciones sobre ellos.

Otra problemática común para la mujer es el acoso, principalmente de tipo sexual, al cual nos referimos como “una atención sexual indeseada por parte de algún compañero de trabajo, incluyendo autoridades y subalternos”<sup>22</sup>. Un elemento que juega un importante papel en este problema laboral para la mujer es el miedo, debido a que muchas veces la

---

<sup>21</sup> Miguel Idígoras Fuentes, Jefe del Gobierno de La República, “Código de trabajo”, Ministerio de Trabajo y Previsión Social, Decreto No. 1441, República de Guatemala.

<sup>22</sup> Firth-Cozens, Jenny, A. West, Michael, Op. Cit., Pp.73

mujer al ser cabeza de familia, por vergüenza o por la necesidad de su salario, siente miedo de expresar que es víctima de acoso sexual. En éste también se hace evidente el machismo debido a que en la mayoría de casos será la mujer a quien juzgarán, aunque ésta sea la víctima del acoso. El tener una definición clara sobre lo que es el acoso sexual es importante dentro de las empresas debido a la creciente cantidad de mujeres que se incorporan día a día en el ámbito laboral, esto debido a que el concepto que tienen las mujeres sobre acoso sexual suele ser diferente en gran medida al concepto que los hombres tienen sobre las acciones que son consideradas como acoso sexual.

#### **1.1.2.4 Lactancia materna en el ámbito laboral**

Las organizaciones en general, pero principalmente, en las que se cuenta como fuerza fundamental de trabajo con mujeres debe tenerse amplio conocimiento de que la lactancia materna es importante, tanto para el hijo como para la madre, y que debe darse incondicional y sin interrupción a los bebés, ya que la leche del pecho contiene sustancias que le favorecerán al lactante contra las diversas enfermedades o virus que le rodean, al mismo tiempo que este alimento natural crea un vínculo emocional muy fuerte entre la madre e hijo.

Existen ciertos parámetros que pueden ser observados en madres que a la vez son trabajadoras, como por ejemplo, “en las madres que se incorporan a sus actividades laborales se observa que la mayoría presentan un abandono o suspensión en el periodo de lactancia de su bebé y esto ocasiona un riesgo para el lactante. Se sabe que toda madre tiene derecho de alimentar a su bebé y que cada bebé tiene derecho de recibir leche materna.”<sup>23</sup> Muchas madres por diferentes circunstancias laborales deciden implementar el biberón y no se

---

<sup>23</sup> Alles, Martha Alicia, Op. Cit., Pp. 31

percatan que esto puede intervenir en el vínculo afectivo entre ambos, por ello es importante que cada madre conozca sus derechos en el periodo de lactancia, y que la reanudación del trabajo no tiene que significar el final de la lactancia.

#### **1.1.2.4.1 Trabajadora en periodo de lactancia**

El rol como madre de una mujer, no se limita solamente al momento de dar a luz al bebé, o al período postparto, ese es solamente el inicio, la madre deberá determinar cuál será la opción para alimentar a su bebé que beneficiara de mayor forma su desarrollo, “en la actualidad la mujer cumple con varios roles simultáneos y el de ser un elemento fundamental en el ámbito laboral es uno de ellos, motivada en muchas ocasiones del deseo de cubrir las necesidades familiares o por supervivencia propia, ya que se percibe que cada vez más aumenta la cantidad de casos en los que es la madre quien aporta el sustento y ocupa el papel de cabeza de la familia.”<sup>24</sup> Cuando se habla en relación a la maternidad y las responsabilidades laborales, se hace evidente la existencia de derechos y obligaciones que es de suma importancia que toda madre conozca.

La madre debe mantener un equilibrio en el rol materno y el laboral, con el objetivo de lograr un balance entre el tiempo dedicado al trabajo y el tiempo que se le brinda al bebé. Es importante el profundo análisis de dos factores: en primer lugar el económico, representado por la necesidad de supervivencia y de adquisición de bienes y servicios para la satisfacción de necesidades, y por otro lado el factor humano, que representa la salud del niño tanto física como mental. Esta búsqueda de un balance representa un gran problema en nuestra sociedad, debido a la importancia de ambos factores y a las necesidades que se presentan tanto a la madre como al hijo. Es importante no desvalorizar ninguno de los dos factores sino

---

<sup>24</sup> Ibid, Pp. 33

distribuir de forma adecuada tanto el tiempo como las actividades, para lograr que como mujer se desenvuelva satisfactoriamente tanto en estos dos roles como en los distintos ámbitos de su vida.

Es importante entonces hacer la aclaración de que probablemente no pueda brindar gran cantidad de tiempo para cada uno de los roles en los que se desenvuelva, pero la madre debe esforzarse por que la escases de tiempo sea recompensada con tiempo de calidad con el lactante, para de esta manera reforzar los vínculos psicológicos y afectivos, al igual que la nutrición de su bebé.

#### **1.1.2.4.2 Medidas de apoyo**

##### **1.1.2.4.2.1 Extracción de leche**

La extracción de la leche materna puede ser de gran beneficio para las madres trabajadoras al igual que para las organizaciones que otorgan trabajo a las madres lactantes. Por medio de la extracción la madre puede alimentar a su bebé aunque ella no esté en presente, brindándole todos los beneficios y ventajas que la leche materna trae consigo. “Es importante tener en cuenta que para llevar a cabo la extracción es necesario que la madre tenga suficiente leche.”<sup>25</sup> Ya que existen madres que debido a aspectos fisiológicos no producen cantidades suficientes de leche, lo cual puede provocar insatisfacción en el bebé y que éste se quede con hambre.

Todas las madres deben conocer la técnica de extracción de leche, ya que es una herramienta muy útil para la madre trabajadora, brindándole ventajas como tener una provisión de leche para él bebé cuando la madre este en el trabajo al igual que evitar tener que dar

---

<sup>25</sup> Huggins Kathleen, Op. Cit., Pp.122

inicio con el uso de fórmula debido a no encontrarse cerca para amamantar al bebé. “El tiempo recomendado para llevar a cabo la extracción de leche es de 2 a 3 veces al día,”<sup>26</sup> el cual también puede llegar a depender de la disponibilidad de tiempo con que cuente la madre, y de la cantidad de leche que ésta produzca.

Existen muchas técnicas para la extracción de leche materna pero básicamente se cuenta con herramientas de gran ayuda para las madres, conocidos como “sacaleches, de los cuales existen dos tipos: manuales y eléctricos. Hay diferentes variedades de sacaleches al igual que de distintos materiales y estilos como por ejemplo (plásticos y metálicos),”<sup>27</sup> que le son de gran utilidad a la madre.

- Extracción de leche manual

A medida que pasan los días, se le es más fácil a la madre la extracción de leche de forma natural, y es la mejor herramienta, la más cómoda y fácil de utilizar. Antes de llevar a cabo la extracción, la madre debe conocer los cuidados necesarios y primarios para iniciar con la técnica de extracción de la leche materna, obteniendo así mejor funcionamiento y mayor productividad, “todos los utensilios a utilizar deben de estar debidamente desinfectados y bien lavados para almacenar allí la leche extraída, debe de lavarse las manos con agua y con jabón, y el utensilio ya desinfectado deberá de ser colocado debajo del seno de la madre para recoger la leche.”<sup>28</sup> Después de tomar en cuenta las consideraciones higiénicas previas para evitar que la leche pueda contaminarse, la madre procederá a extraer la leche de sus glándulas mamarias, de la siguiente manera: “Coloque el

---

<sup>26</sup> Ibid. Pp. 123

<sup>27</sup> Ibid. Pp. 125

<sup>28</sup> Ibid, P. 126

índice y el pulgar en la areola y presione hacia dentro hacia la pared toraxica, inclinase hacia adelante y apoye el seno con su mano, ponga el pulgar sobre la aureola por encima del pezón y su dedo índice en la aureola por debajo del pezón, presione el pulgar y el índice de manera que se dirijan hacia dentro hacia la pared del tórax, presione, suelte, presiona, suelte”<sup>29</sup>

Al momento de extraer la leche y debido a que es una actividad donde se acostumbra incluir el área emocional al amamantar al bebé, estos sentimientos pueden llegar a tener un papel importante en la respuesta que provocan por parte del cuerpo de la madre, “el reflejo de eyección de leche mejora con la liberación de la hormona oxitócica y ésta a su vez, se libera más fácilmente con estímulos externos: el llanto del bebé, oler su cabecita, mirar una foto del bebé, realizar un suave masaje del pecho antes de iniciar la extracción, etc. La prolactina y la producción de leche, sin embargo, son estimuladas por la “succión”. Siempre estimulará mejor la producción de leche la succión de un bebé que una extracción manual o de un sacaleches, pero a falta de un bebé se puede conseguir una buena producción de leche y mantenerla en el tiempo si se extrae correctamente.”<sup>30</sup>

Es importante extraerse la leche de los senos con frecuencia pero no todas las madres conocen el movimiento correcto para sacar ese líquido del seno, debido a que si hay una mala extracción de leche puede provocar daños en el tejido de la mama como hematomas, por ello la madre debe primero estimular la mama para que baje la leche materna y posteriormente debe dar un masaje con movimientos circulares para favorecer la salida efectiva de la leche.

---

<sup>29</sup> F. Savage King, Op. Cit., Pp. 128

<sup>30</sup> Francisco Rodriguez-Santos, Javier Aranceta Bartrina, Lluís Serra Majem, Op. Cit., Pp.96

Es importante que la madre cuando inicie con la extracción de leche debe de estar en un ambiente agradable, el tiempo de extracción debe ser de 30 minutos o más.

- Extracción de leche eléctrica

Los saca leches son aparatos que están diseñados para la extracción de la leche materna de la madre lactante y le “ayuda a su absorción más rápidamente mediante una bomba que aplica una succión rítmica en el seno y en el pezón. Existen varios tipos de estas herramientas como:

- Extractor doble: este es eficiente para las madres ya que tiene dos boquillas de succión para la extracción más rápida de la leche materna. Una desventaja de éste es su elevado valor económico por lo cual es principalmente utilizado en hospitales.

- Extractor doble de plástico: es un poco más cómodo en presupuesto para la madre pero aun así no deja de ser caro. Tiene las mismas funciones que el anterior.

- Extractores individuales: estos únicamente extraen leche de un solo pecho, de esta variedad podemos encontrar en el mercado diferentes estilos, de distintos materiales, y que varían de precio, estos extractores son más accesibles para las madres.”<sup>31</sup>

Cada madre debe seleccionar la técnica de extracción de leche que se acomode mejor a sus necesidades, al igual que la que mejores resultados le proporcione. Tomando en cuenta siempre el manejo de este proceso bajo estrictas normas de higiene tanto antes, como durante y después de extraer la leche.

---

<sup>31</sup> F. Savage King, Op. Cit., Pp. 131

#### **1.1.2.4.2.2 Conservación de la leche materna**

Existen diversos motivos por los cuales las madres optan por la extracción de la leche materna, encontrándose entre los más significativos el de la falta de tiempo para estar disponible en el momento en el que debe amamantar a su bebé, por razones laborales. Por la gran cantidad de madres que extraen leche materna es de igual importancia el conocimiento de técnicas de conservación de esta leche, para evitar que se descomponga y asegurarnos que en el momento que el bebé la ingiera le brinde los mismos nutrientes que le brindaría en el momento que la madre se la estuviera proveyendo.

Deben ser tomadas en cuenta ciertas acciones que garantizarán el mantenimiento de la leche en buen estado, “una vez extraída la leche debe ser refrigerada para que no se degrade. La leche debe colocarse en un recipiente apto para almacenarla, el cual previamente se debe esterilizar en su primer uso, este recipiente puede ser un biberón, una botella plástica o de vidrio, bolsas estériles plásticas especiales para guardar la leche, etc. Una vez puesta la leche en el recipiente rápidamente deberá ser colocada en la refrigeradora o en una hielera con varios cuadros de hielo.”<sup>32</sup>

Entre los pasos importantes que debe tomar en cuenta la madre para el almacenamiento efectivo de la leche materna están, “congelar lo antes posible la leche materna si no se va a usar, congelarlas en pequeñas cantidades de 50 a 100ml. cantidades que utilice al día, etiquetar los recipientes con la fecha, temperatura ambiente de 8 a 12 horas, refrigeración hasta por 5 días, consumir antes la leche más antigua,”<sup>33</sup> “cuando se utilice la leche materna que está congelada debe ser rápido, no debe calentarse directamente en el fuego, ya que

---

<sup>32</sup> Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, Sandee E. Hathaway, Op. Cit., Pp. 97

<sup>33</sup> Huggins Kathleen, Op. Cit., Pp.148

la temperatura deberá ser uniforme y es más recomendable hacerlo por medio de agua ya calentada así tiene un equilibrio de la temperatura utilizada, y se evita causar cambios en el sabor de la leche materna. En ocasiones la leche puede oler a rancia y eso se debe a un cambio en la estructura de los lípidos. La leche materna puede variar de color puede tener color azulado, amarillento y entre muchas veces amarronado, no es de extrañarse también que algunas veces la leche materna se separe en la parte grasa y la parte líquida de la leche.”<sup>34</sup>

La temperatura y el ambiente en que se encuentra la leche es de importancia al momento de su conservación, se debe tomar en cuenta que si la leche ha estado expuesta durante mucho tiempo a condiciones ambientales inadecuadas, ésta puede que ya no sea adecuada para el consumo del bebé, “la leche materna se puede conservar a temperaturas de ambiente y el tiempo de almacenamiento será más o menos extenso por ello la madre deberá conocer las medidas necesarias para que la leche no sufra ninguna descomposición. La leche materna sin refrigerar puede durar hasta 24 horas, siempre y cuando la temperatura ambiente no supere los 15c. Si el ambiente los supera el tiempo se reduce a 10 horas; si la temperatura ambiente está entre 25 grados c, puede durar de 4 a 8 horas,”<sup>35</sup> a pesar del tiempo máximo que puede durar la leche sin congelación, es importante que la madre opte por las maneras más eficientes de almacenarla, asegurando de esta manera que el alimento que le proporcionará a su bebé se encuentra en óptimas condiciones y no se corre riesgo de exponerlo a leche contaminada.

---

<sup>34</sup> Ibid, P. 149

<sup>35</sup> Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, Sandee E. Hathaway, Op. Cit., Pp. 111

Es difícil conocer las cantidades de leche que toman cada lactante por eso la madre debe almacenar cierta cantidad en el refrigerador ya que el refrigerador no permite que la leche pierda sus nutrientes. La leche materna conservada en el frízer puede permanecer de 3 a 6 meses. Es importante que si el bebé no se toma la leche que ya ha sido descongelada es preferible tirar la leche sobrante, de esta manera se evitara la ingesta del bebé de leche que puede estar contaminada.

Finalmente la elección sobre la mejor técnica de alimentar a su bebé la tendrá la madre, pero es importante que la decisión sea tomada con suficiente información acertada y responsabilidad de la madre, sobre el impacto que el amamantar a su bebé tendrá sobre él en distintos ámbitos de su desarrollo. Es recomendable que mientras una madre se encuentra en la disposición física, siendo esta un buen estado de salud, considere la opción de brindar lactancia materna a su bebé.

#### **1.1.2.5 Delimitación**

Las madres trabajadoras de la zona 18 poseen conocimientos básicos sobre la lactancia materna, sin embargo no se han enriquecido de mayor conocimiento sobre el tema, los conocimientos que ellas adquirieron fue por medio de su interacción social y su entorno familiar. Es evidente el interés en amamantar a sus bebés, pero esto se les dificulta por sus horarios de trabajo, también influyendo el tiempo que invierten en transportarse hasta donde laboran, debido a que muchas ellas se encuentran lejos de su trabajo. El conocimiento de herramientas sobre extracción y conservación de leche beneficiará a las madres en el ámbito económico y al lactante de forma física, logrando así un mejor desarrollo.

## CAPÍTULO II

### 2. Técnicas e instrumentos

Para la realización de esta investigación se eligió una muestra que cumplió con los siguientes criterios: debe ser madre de un bebé entre 0 a 12 meses de edad, al igual que encontrarse laborando en alguna institución pública o privada. Debían residir en la zona 18 y asistir a la Clínica Médica ubicada en Residencial “Los Olivos” en esta misma zona. La cantidad que se requirió para la muestra de esta investigación es de 40 madres trabajadoras.

#### 2.1 Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

- *Las entrevistas dirigidas*

Fueron de utilidad para que las madres trabajadoras de la zona 18 tuvieran la libertad de expresar sus sentimientos y conocimientos acerca de la lactancia materna. El objetivo de la aplicación de entrevistas dirigidas fue que las madres trabajadoras pudieran expresar su sentir y conocimientos sobre lactancia materna al igual que proporcionarles ayuda y solucionar posibles dudas por medio de los talleres que se impartieron. Fue de gran utilidad porque debido a que ésta se pueden identificar los puntos con carencia de información. La aplicación de las entrevistas se dio de forma individual, con cada una de las madres, en el horario que fuera más conveniente para ellas.

- *Observación dirigida*

Se llevó a cabo una observación de forma individual sobre las madres al momento de realizar la entrevista en la clínica médica de la zona 18, teniendo como objetivo recabar información importante sobre los

sentimientos que son generados en ellas al momento de expresar su opinión en relación a la lactancia materna. Las impresiones recabadas por medio de la observación fueron de utilidad para complementar las opiniones expresadas por las madres. La observación se registró en una lista de cotejo para ser analizada posteriormente.

- *Trifoliales:*

Los trifoliales fueron utilizados como una fuente de información para ampliar el tema sobre la lactancia materna y aclarar dudas en relación a esta, sirvieron como material de apoyo para las madres asistentes a los talleres. Tenían como objetivo informar sobre las ventajas que tiene la lactancia materna y la importancia de brindarla, al igual que se presentaron detalladamente las formas de extracción de leche y las condiciones óptimas para conservación de la misma, porque es un tema del que las madres tenían poco conocimiento y es de gran importancia.

## **2.2 Talleres informativos:**

Se realizaron talleres informativos con el objetivo de que las madres adquieran más conocimientos sobre el tema de lactancia materna, al igual que aclarar posibles dudas o inquietudes que surgen en ellas en relación al tema. Durante los talleres se proporcionó a las madres información sobre la importancia de la lactancia materna, los beneficios y ventajas que ésta le aporta no sólo al bebé sino también a la madre. Logrando por medio de estos talleres que las madres adopten una actitud positiva hacia la lactancia materna, mostrándose más dispuestas a la idea de brindársela a sus bebés. El taller se dio de forma grupal, en un horario adecuado a las madres por sus condiciones laborales, dentro del taller existió un tiempo designado a la resolución de dudas y mitos existentes en las madres, se brindó material del apoyo y demostraciones prácticas sobre los temas impartidos.

### **2.3 Técnicas de análisis de datos:**

La información proporcionada por las madres tanto en la entrevista dirigida como la recabada en las listas de cotejo se tabuló y seleccionó, para luego poder ser ordenada y analizada. Los resultados de los datos extraídos se representaron de forma gráfica haciendo uso de la estadística descriptiva, de manera que permitiera su representación de forma clara por medio del uso de tablas de datos, porcentajes y gráficas en relación a las opiniones expresadas por las madres sobre la lactancia materna y el sentir que les genera, y de la información recabada por los demás instrumentos.

## **CAPITULO III**

### **3. Presentación, análisis e interpretación de resultados**

#### **3.1 Características del lugar y de la población**

##### **3.1.1 Características del lugar**

La clínica médica donde se realizó la investigación se encuentra ubicada en el sector 1, manzana “C”, casa 36 de la residencial “Los Olivos” en la zona 18. Presta sus servicios los días de lunes a sábado en dos horarios, siendo el matutino de 8:00 am a 12:00 pm, y el vespertino de 4:00 pm a 7:30 pm. Y los sábados con atención durante el mediodía únicamente. La clínica es atendida por dos médicos y cirujanos generales que tienen entre sus pacientes una significativa cantidad de madres lactantes. Cuenta con una sucursal ubicada en la zona 1, en la cual se brindan los mismos servicios.

La clínica médica en sus instalaciones físicas cuenta con dos clínicas equipadas para la atención del paciente, una sala de espera con capacidad para 20 personas, un área de recepción, dos baños para pacientes, una bodega para almacenamiento de medicamentos y utensilios médicos.

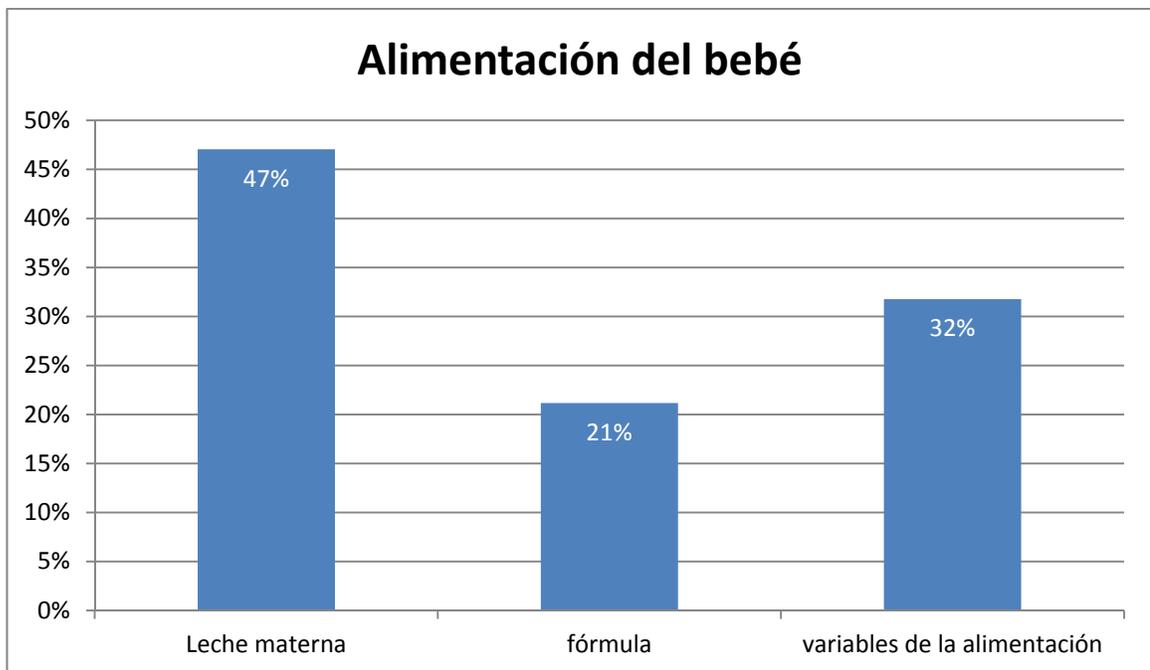
##### **3.1.2 Características de la población**

La población requerida en la investigación consistió en mujeres que cumplen el papel de madres de familia sin importar si su nivel socioeconómico es bajo, medio o alto. Las madres debían encontrarse laborando en instituciones de tipo público o privado, en las cuales se desempeñarán sin tomar en cuenta el tipo de trabajo que realizarán. Pudiendo llevarlo a cabo durante una jornada de tiempo completo o

medio tiempo. Las madres trabajadoras deben estar en una edad promedio entre 18 a 40 años de edad, teniendo su hijo entre 0 a 12 meses de edad. La religión, procedencia y origen de las madres lactantes no fue tomada en cuenta al momento de la elección.

### 3.2 Análisis e interpretación de resultados

Gráfica No. 1

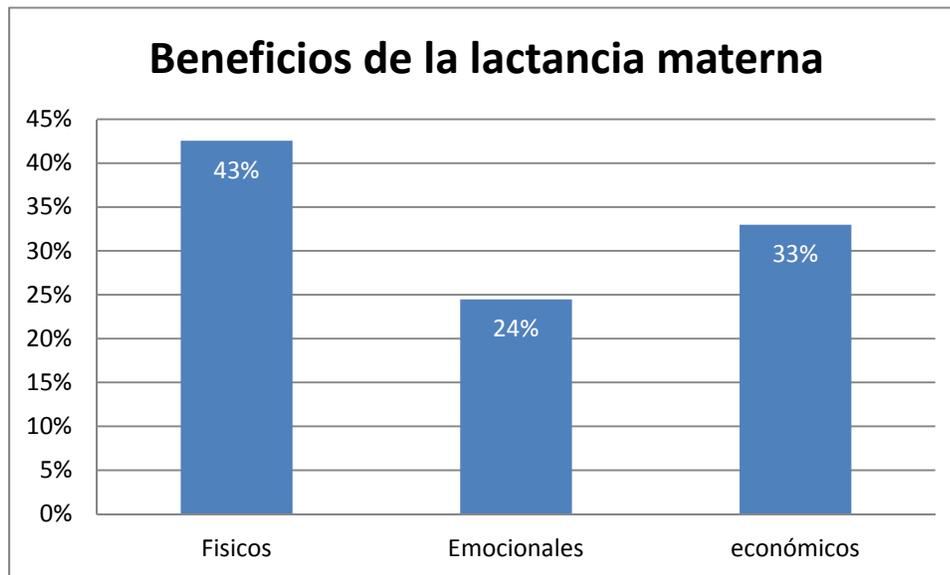


\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

Con relación a la alimentación del bebé las categorías expresadas por las madres se refieren principalmente a que les brindan lactancia materna, leche de fórmula y algunas variables alimenticias. El total de madres entrevistadas concuerda en que brinda lactancia materna a sus bebés. El 21% de las madres entrevistadas que conforman la población comentaron que combinan la lactancia materna con el uso de la leche de fórmula, la cual utilizan específicamente mientras dejan a sus bebés al cuidado de otras personas en sus horarios de

trabajo. Por último hacen énfasis en los alimentos que utilizan en combinación a la lactancia materna en sus bebés de los cuales el principal son las papillas, siendo otras variables tanto las frutas, verduras, atoles, licuados y ciertas comidas sólidas.

Gráfica No. 2

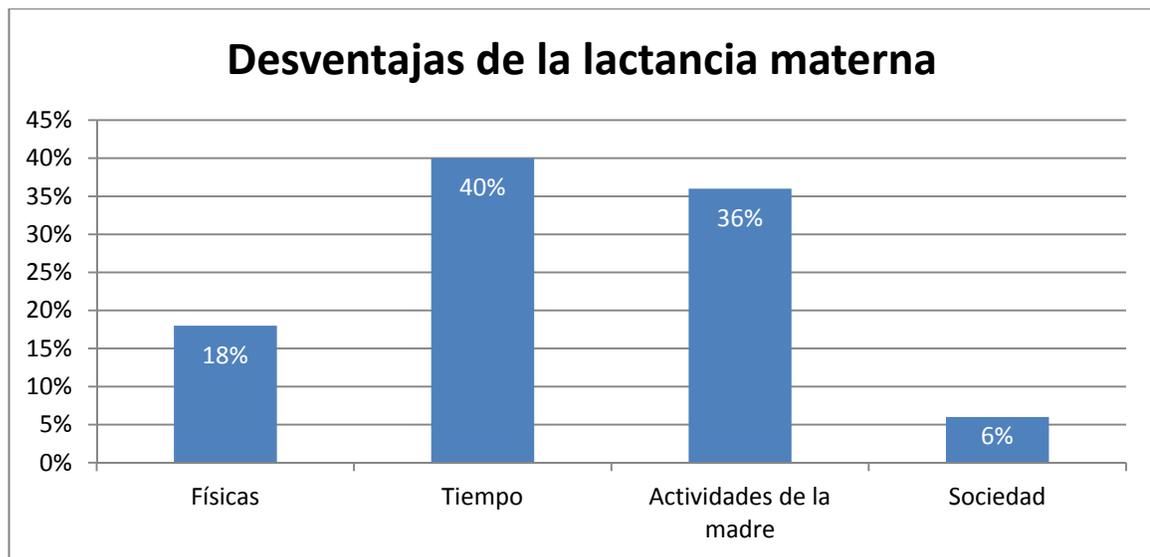


\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

En relación a la lactancia materna las madres identifican que existen beneficios relacionados a ésta. Los cuales representan tres categorías siendo los físicos, emocionales y económicos, entre los beneficios físicos los más mencionados por las madres lactantes son el crecimiento adecuado del niño y la salud que la leche materna les brinda a sus bebés, luego mencionan que les proporciona una gran fuente de nutrición, previene posibles enfermedades que el niño pueda llegar a padecer, favorece sus defensas y es fuente de vitaminas para el lactante. Los beneficios emocionales que mencionan incluyen el establecimiento de un vínculo madre-hijo que desarrollan principalmente en el momento de dar pecho al bebé, también mencionan que le dan tanto seguridad

como amor al niño por medio de amamantarlo. Entre los beneficios económicos para la madre se encuentra que la leche materna es gratuita lo cual representa para ella un ahorro y también que es la leche de mejor calidad que puede encontrar.

Gráfica No. 3



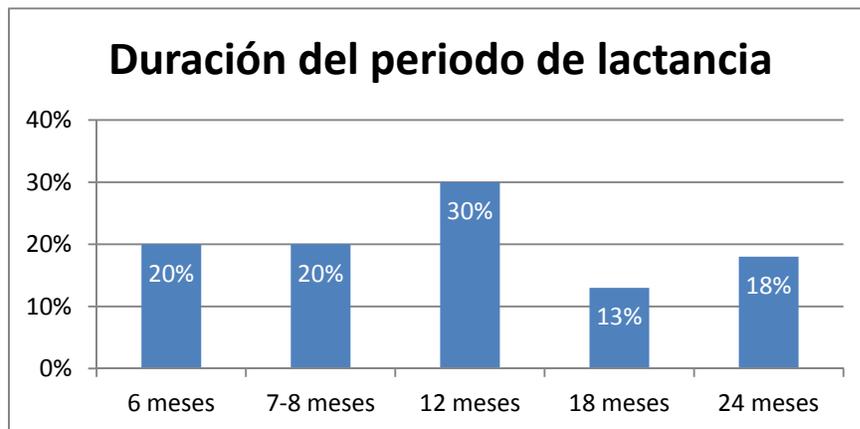
\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

Con respecto a las desventajas de la lactancia materna las madres las categorizan en físicas, de tiempo, con relación a las actividades que realiza la madre y la sociedad. Las desventajas físicas se hacen presentes en la madre en forma de dolor en los pezones al momento de amamantar o al hacerlo muy constantemente, aumento del apetito y por consiguiente de peso, debido a que se encuentran dando de mamar, y hablan de un deterioro físico relacionado a los horarios para amamantar al bebé que algunas veces resultan cansados interrumpiendo sus horarios de sueño. En relación al tiempo hacen énfasis en que el amamantar requiere de una gran cantidad de tiempo que muchas veces se puede ver influido por los horarios que deben cumplir en las distintas actividades en las que deben desenvolverse como mujeres. Con relación a estas

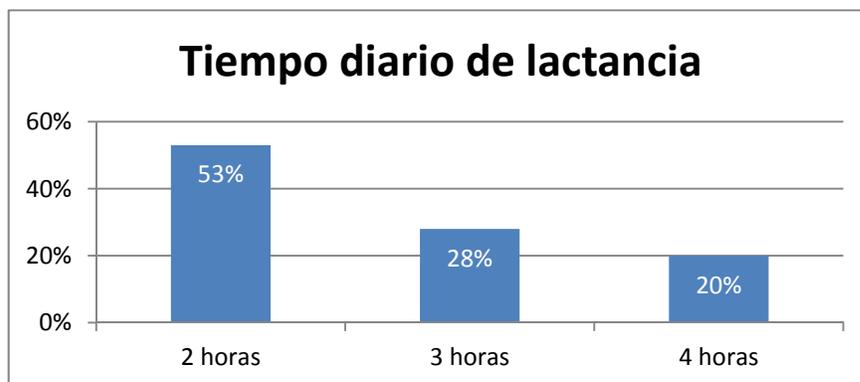
actividades mencionan principalmente el trabajo al igual que los quehaceres domésticos, también influyen en ellas la pareja en quienes la tienen, y los permisos que deben requerir en algunas oportunidades en sus lugares de trabajo. Por último se hace referencia a la sociedad como un desventaja debido a que ésta muestra desagrado y crítica al ver a las mujeres amamantando en lugares públicos, lo que crea en las madres sentimientos de molestia.

Gráfica No. 4

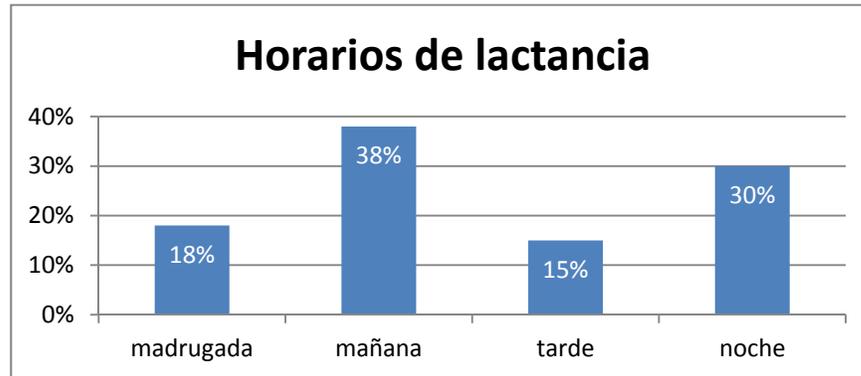
Conjunto de gráficas relacionadas a la temporalidad de la lactancia materna.



\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014



\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014



\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

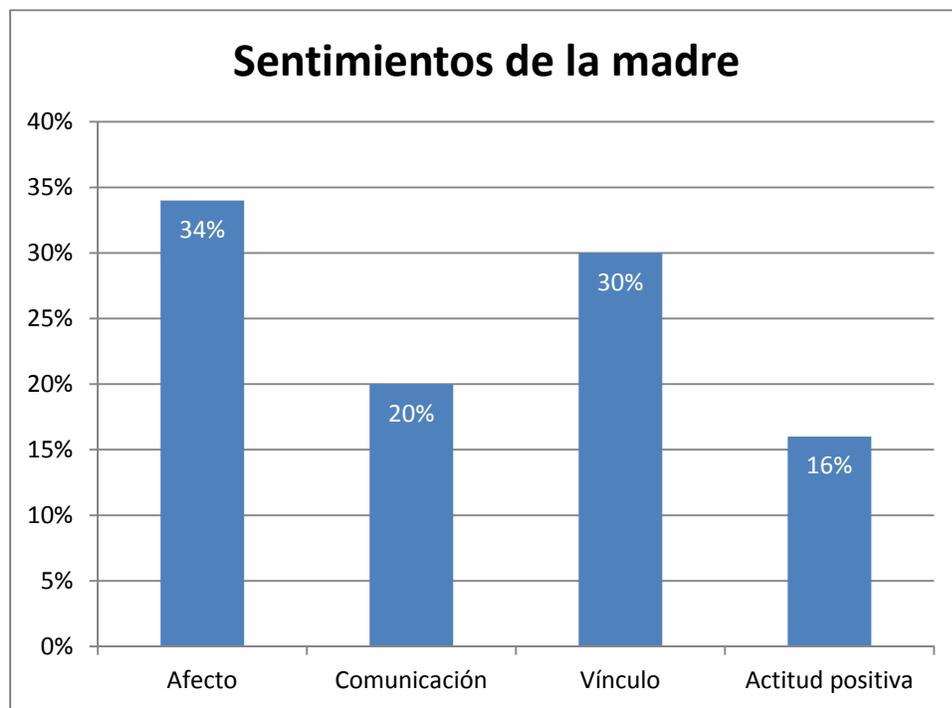
Un factor que manifiestan las madres lactantes que es de gran importancia para la lactancia materna es relacionado al tiempo en tres distintas subcategorías entre las cuales se define la duración del período de lactancia que se le debe brindar al bebé, el tiempo de lactancia diario que se debe proporcionar y los horarios con que ésta se le debe proporcionar al bebé. Con relación a la duración del periodo de lactancia materna la mayoría de las madres entrevistadas comentan que el período debe durar 12 meses, seguido de las madres que piensan que éste debe durar de 7 a 8 meses mientras la leche aun contenga los suficientes nutrientes que el bebé necesita, otras madres concuerdan en que el período de amamantar debe durar entre 6 a 18 meses, mientras la menor parte opina que 24 meses es lo adecuado

Sobre el tiempo que se le debe de dar de mamar al día comentan que debido a sus actividades diarias, y los horarios de trabajo brindan entre 2 horas la mayoría, otras 3 horas y una pequeña cantidad de ellas destina 4 horas a amamantar a sus bebés.

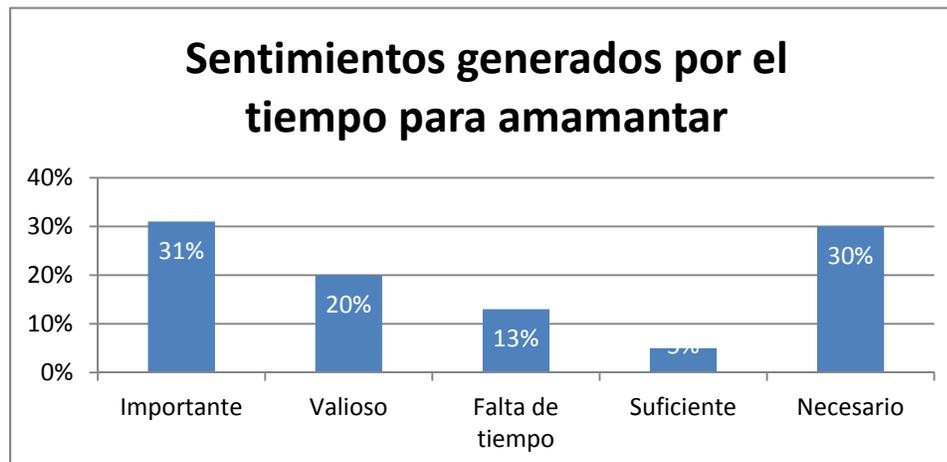
Los horarios más frecuentes en los cuales las madres amamantan a sus bebés son la mañana y la noche, otras concuerdan que su horario para amamantar es durante la madrugada, y otras pocas mencionan que le dan de mamar durante la tarde. Siempre en todos los casos las madres enfatizan que el horario que eligen es en relación a su horario de trabajo ya que este es el que determina el tiempo libre que tienen y el cual optan por dedicar a amamantar a sus bebés.

Gráfica No. 5

Gráficas relacionadas al sentir de la madre.



\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

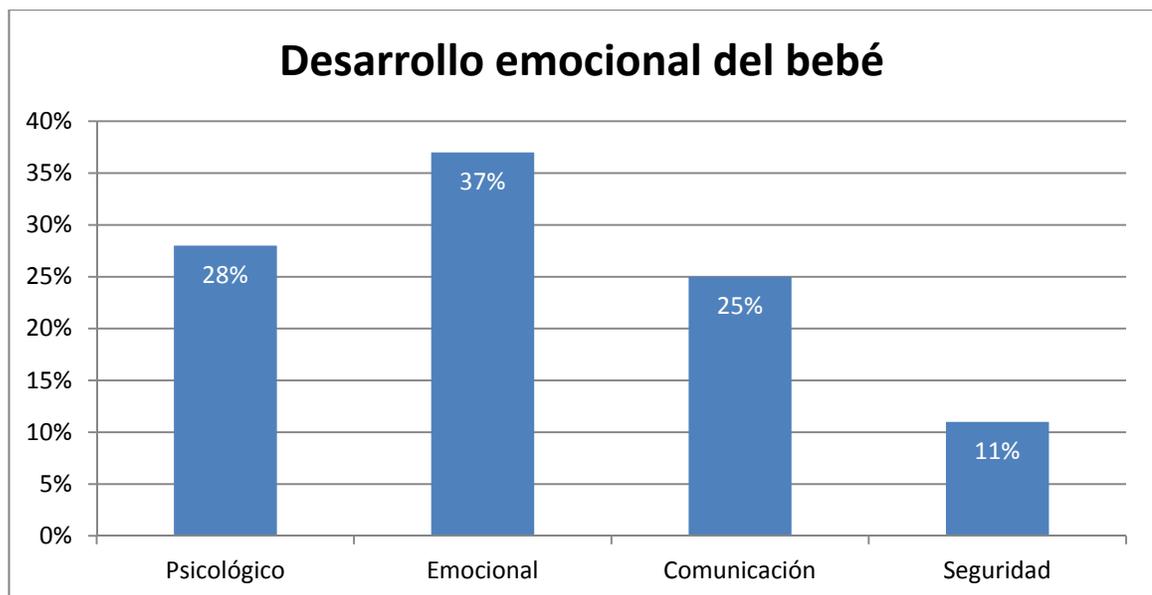


\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

Profundizando en relación a la parte emocional de la lactancia materna, se encontraron aspectos emocionales que influyen tanto en la madre como en el hijo. Sobre los sentimientos de la madre se hacen presentes estos en relación a la lactancia materna sobre la cual las madres dicen sentir que es una forma de transmitirle afecto a su bebé, debido a que en el tiempo que comparten juntos se encuentran en la disposición de compartir caricias, palabras de amor y de cariño. También mencionan que mientras amamantan a su bebé se comunican con él, por medio de miradas, del contacto físico y de la interacción emocional de ambos, lo cual les permite expresarse sus sentimientos mutuos. Mencionan la creación de un vínculo que se establece por medio del conocimiento entre ambos que se incrementa cada vez que dan de mamar, el bebé va reconociendo cada vez más a su madre y la madre va conociendo los diferentes sentimientos que el bebé expresa. Por último mencionan la importancia de una actitud positiva en la madre hacia el momento de amamantar, ya que el sentimiento que la madre presente será el que transmitirá a su bebé, y ya que este es un momento de compartir amor lo mejor es que la madre se muestre dispuesta y abierta con el bebé.

Sobre el tiempo de amamantar las madres expresan que sienten que les hace falta tiempo para poder brindárselo y compartir con sus bebés, pero que el tiempo que tienen con ellos deben aprovecharlo y compartir juntos. Manifiestan que el tiempo compartido con el bebé es muy valioso y debe ser aprovechado y darle la suficiente importancia. Algunas otras madres manifiestan que el tiempo de amamantar es necesario y sólo la minoría de ellas menciona que considera que el que destina a su bebé es suficiente.

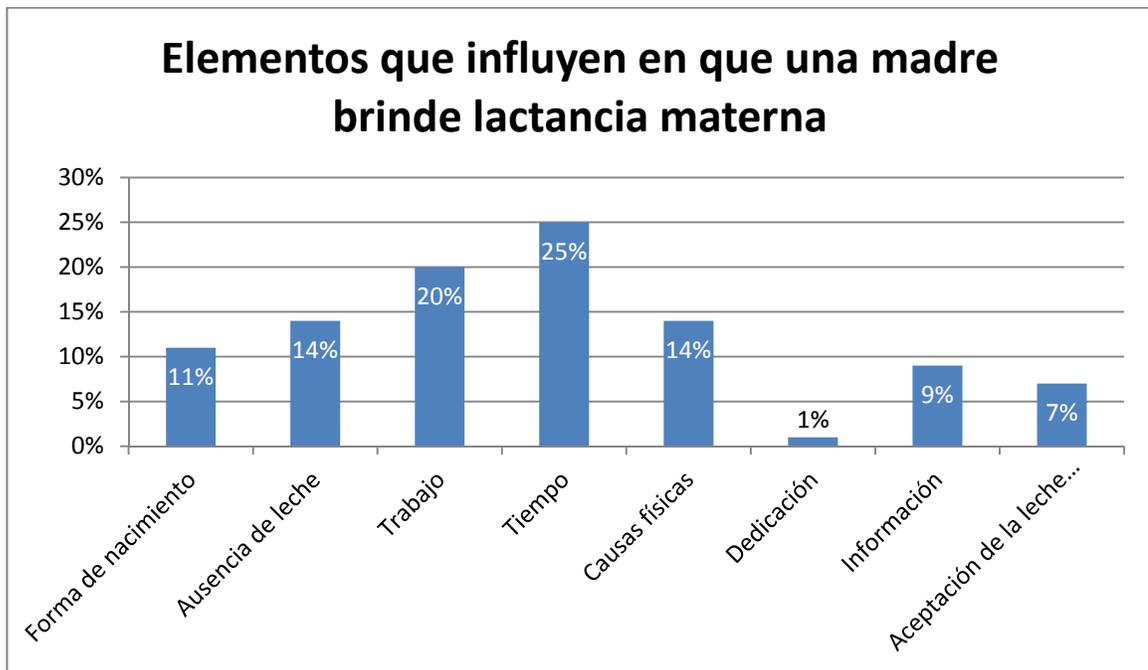
Gráfica No. 6



\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

En la categoría del desarrollo emocional en relación al bebé consideran que el darle de mamar le trae beneficios en las áreas tanto psicológica, emocional y en la comunicación, ya que manifiestan que ésta experiencia es la primera interacción que tienen los niños con sus madres y al comunicarse establecen un vínculo que genera emociones y sentimientos entre ambos. También mencionan que le brinda seguridad al bebé, un sentimiento de protección, de cuidado y tendrá un desarrollo saludable.

Gráfica No. 7



\*Fuente: Datos obtenidos de entrevistas realizadas a madres de familia, Junio 2014

Conforme a los elementos que influyen en que una madre brinde lactancia materna a su bebé las madres entrevistadas manifiestan que las principales causas que influyen en orden de importancia son el tiempo, específicamente la ausencia de tiempo por la cantidad de actividades en las que deben desenvolverse, otra causa es el trabajo, que repercute en la lactancia por los prolongados horarios que la madre debe estar ausente. Mencionan las causas físicas donde incluyen el dolor, también la ausencia de leche en la madre lo cual las lleva a buscar distintas opciones para alimentar a sus hijos. La forma de nacimiento también influye debido a que dependerá de si fue un parto natural o una cesárea, o también si en el parto se presentaron complicaciones que llevaron a la madre a tener que ingerir medicamentos que pueden influir en la leche que produzca. Mencionan la falta de información de las madres ya que puede que no posean la suficiente información en relación a los beneficios y la

importancia de brindar lactancia materna y esto puede convertirse en una razón para no brindársela. La aceptación de la leche por parte del bebé y la tolerancia de la misma influye también debido a que si el bebé no tolera la leche que su madre le provee se deberá optar por otras opciones sustitutivas para alimentarlo. Por último una de las entrevistadas menciona la dedicación que la madre tenga para con su bebé, si la madre no muestra interés en su bebé y en dedicarse a ser buena madre optará por no brindarle lactancia materna.

### **3.3 Análisis global**

Las madres trabajadoras que sirvieron como población para la investigación sobre “la actitud de las madres trabajadoras de la zona 18 hacia la lactancia materna” expusieron sus pensamientos y sentimientos en relación al tema investigado, llegando a concordar en varios conceptos en los cuales varias de ellas hicieron énfasis. En general la alimentación que brindan a sus bebés se encuentra compuesta por leche materna ya que el total de madres entrevistadas le dan de mamar a sus bebés. Algunas de ellas complementan la leche materna con leche de fórmula debido a los horarios de trabajo de la madre, los cuales hacen que ella no se pueda encontrar disponible en todo momento para el bebé, y las lleva a hacer uso de la leche de fórmula mientras ellas se encuentran ausentes. Unas de las variables de alimentación que más utilizan las madres trabajadoras son las papillas, las cuales son realizadas a base de frutas o verduras, son bastante populares entre las madres trabajadoras debido a que son fáciles de ingerir para el bebé debido a que no tiene aún dientes, al igual que resultan ser ligeras para la digestión del bebé. También hacen uso de comidas líquidas como atoles y licuados los cuales le brindan al bebé cuando lo dejan al cuidado de otras personas.

Con respecto a la lactancia materna las madres identifican la existencia tanto de beneficios como de desventajas en amamantar al bebé, los beneficios

se determinaron como físicos, emocionales y económicos; los beneficios físicos son principalmente para el bebé en el cual la leche materna le proporciona una gran fuente de nutrientes y de vitaminas, logrando de esta manera una buena salud en el bebé y mejores defensas, disminuyendo la probabilidad de enfermarse. Los beneficios emocionales resultan ser tanto para la madre como para el hijo al crearse y fortalecerse el vínculo madre-hijo que es la primera relación que el niño establece con su madre y se refuerza cada vez que ésta le da de mamar. El brindarle lactancia materna también fortalece la seguridad en el bebé debido a que la madre le proporciona este sentimiento con sus cuidados y el sentimiento de tenerlo en sus brazos. Otro beneficio emocional para ambos es la sensación de amor que comparten ambos debido a que en el momento de amamantar las madres concuerdan que al darle leche a su bebé le están transmitiendo su amor. Entre los beneficios económicos que mencionan las madres se encuentra que la leche materna es gratuita para la madre, lo cual hace que la madre no deba gastar su dinero en la compra de leche de fórmula. Otro beneficio económico es la calidad de la leche debido a que tiene una muy buena calidad para el desarrollo adecuado del bebé pero sin ningún costo. Entre las desventajas que reconocen las madres en la lactancia materna se dividen entre las físicas, las relacionadas al tiempo, a las actividades que la madre realiza y en relación a la sociedad. Entre las desventajas físicas se encuentran el dolor principalmente en los pezones que experimenta la madre al dar de mamar, el aumento del apetito y de peso, ya que algunas mujeres mencionan que el dar de mamar les aumenta el apetito y el deterioro físico por el tiempo que deben dedicar a dar lactancia y que algunas veces les interrumpe hasta las horas de sueño. Con relación al tiempo mencionan que es muy extenso para amamantar al bebé y que sus horarios las limitan para hacerlo. Intervienen como desventajas las actividades en las que debe desenvolverse como el trabajo y los permisos que debe solicitar en el mismo para poder amamantar, al igual que los quehaceres en el hogar y el tener que atender y destinar tiempo para su pareja.

Entre los elementos que intervienen en la lactancia materna se encuentran la emocionalidad y la temporalidad, en el área emocional incluye tanto como a la madre como al hijo. La madre experimenta emociones como el afecto en el momento que amamanta a su bebé ya que es un tiempo que aprovecha para hacerle caricias al bebé al igual que para demostrarle su amor, también es un tiempo en el que se comunican ambos ya que la madre le platica a su bebé y él la escucha, comparten calor y la madre transmite alimento al niño; se crea un vínculo entre ambos en el que se conocen mutuamente, intercambian miradas y se aprecias el uno al otro. Manifiestan que en el momento en que se amamanta al bebé la madre debe mostrarse dispuesta y con una actitud abierta y positiva hacia la experiencia ya que el niño percibe esto. Sobre el tiempo que brinda para amamantar al bebé las madres piensan que les hace falta tiempo para brindarles a sus hijos ya que el tiempo que brindan es importante y valioso para el desarrollo de sus bebés, algunas madres piensan que es suficiente y solamente una considero que el tiempo que dedicaba era el necesario. Por otra parte se encontró que el desarrollo emocional del bebé, el cual se ve influido en su desarrollo tanto psicológico como emocional, al igual que estableciendo comunicación con otro ser humano que por medio de amamantarlo le brinda un sentimiento de seguridad. Sobre el factor de la temporalidad la duración del periodo de lactancia las madres consideran que debe ser entre los 6 meses hasta los 24 meses de edad, aunque la mayoría concuerda que entre el año y los dos años de edad son las edades en que es necesario para el bebé recibir lactancia, siempre tomando en cuenta que la leche tenga los suficientes nutrientes para el bebé. El tiempo en el que amamantan las madres a sus hijos se encuentra entre las dos a las cuatro horas al día, distribuido en diferentes horarios dependiendo de sus horarios de trabajo. El principal momento en el que las madres amamantan a sus bebés es en la noche y la madrugada debido a que a esta hora es cuando las madres tienen tiempo para poder compartir con sus bebés, durante la mañana es un horario frecuente especificando que lo

hacen antes de irse a trabajar, y solamente una madre indicó tener la oportunidad de amamantar a su bebé durante la tarde. La causa de dividir los horarios para poder amamantar a sus hijos es principalmente el horario de trabajo de la madre y el tiempo libre con el que ésta disponga.

Las madres expresan que la lactancia materna es un elemento muy importante para ellas y para el desarrollo de sus hijos, pero reconocen que hay algunas razones por las cuales algunas madres optan por no brindar lactancia a sus bebés, encontrándose entre estas, causas físicas como el dolor de dar pecho, o la creencia de que los senos se deforman al dar de mamar, también influye la forma de nacimiento del bebé, pues es más fácil amamantar al bebé si es un parto natural, mientras que si es una cesárea o existieron complicaciones en el parto la madre está más propensa a no hacerlo, influyendo también si se le administran algún tipo de medicamento a la madre que puedan llegar a influir en la leche que ésta produce. También influye la producción de leche de la madre, debido a que existen madres que cuentan con ausencia o escasas de leche. Algunas otras cuentan con la cantidad necesaria de leche pero una falta de aceptación por parte del bebé, lo cual las lleva a buscar opciones en la alimentación de sus bebés. Algunas madres mencionan la falta de información como una causa para no brindar lactancia materna debido a que las madres no conocen la importancia de la misma. La dedicación de las madres también es un factor importante para las madres en relación a llevar a cabo esta actividad. La mayor causa por la cual las madres consideran que otras optan por no brindar lactancia materna es el factor del tiempo que se encuentra ligado en su totalidad con el trabajo que se encuentre desempeñando y los horarios que le son asignados.

## IV. CAPITULO

### 4. Conclusiones y recomendaciones

#### 4.1 Conclusiones

Por medio del trabajo de campo realizado se pudo concluir lo siguiente:

- ✓ Existen gran cantidad de beneficios tanto para la madre como para el hijo al brindar lactancia materna entre los que se encuentran que ayuda al crecimiento adecuado del niño, a la conservación de la buena salud por medio de proporcionarle una gran fuente de nutrición. Emocionalmente establece un vínculo entre madre e hijo, basado en seguridad y amor. Al ser la leche materna gratuita representa un ahorro económico.
- ✓ Las madres trabajadoras tienen una sensación de comunicación y unión con su bebé durante el momento que lo amamantan, sienten que transmite afecto, por medio de compartir caricias, contacto físico y la interacción emocional de ambos.
- ✓ Una de las principales razones por las que las madres brindan lactancia materna es porque resulta más económico y les permite ahorrar dinero, a la vez que la leche materna es de gran beneficio y la mejor alimentación para el desarrollo y crecimiento del bebé.
- ✓ El tiempo es un factor que influye en la decisión de las madres trabajadoras para brindar lactancia materna a sus bebés, debido a que las madres tienen obligaciones laborales, influyendo aquí sus horarios de trabajo y el tiempo que le lleva transportarse al lugar de labores, ya que se encuentran algunas veces a distancias muy largas de su hogar.

## 4.2 Recomendaciones

- ✓ Que las madres conozcan la importancia de mantener una dieta sana y balanceada para proporcionarles una mayor cantidad de leche con todos los nutrientes que necesita el lactante.
- ✓ Al momento de amamantar a su bebé la madre debe encontrarse en un estado de disposición psicológica y emocional, al igual que tener una actitud positiva.
- ✓ Las madres deben conocer la forma adecuada de conservar la leche para evitar que ésta se contamine por un manejo incorrecto de la misma, lo cual le permitirá hacer uso de esta aunque ella se encuentre trabajando.
- ✓ Establecer horarios para poder destinar tiempo a amamantar a sus bebés y cumplir con las distintas obligaciones que tenga cada madre, y de no contar con suficiente tiempo utilizar las técnicas de extracción y conservación de la leche que les han sido proporcionadas en el taller.
- ✓ Las madres deben mantenerse informadas sobre la lactancia materna, y saber discernir entre la información que es verídica y la que no proviene de su entorno.

## Bibliografía

- Alles, Martha Alicia, “**Las mujeres y su relación con el trabajo, La Mujer y el trabajo**”, Editorial Granica S.A., Argentina 2000, Pp. 304
- Asociación Catalana (Pro Alletament Matern), “**Lactancia materna**”, Editorial Royal College of Midwives, ACPAM, Barcelona España, 1994, Pp. 79
- Asociación Española de Pediatría, “**Manual de lactancia materna, de la teoría a la práctica**”, Editorial Médica Panamericana, 1era Edición, Madrid, España, 2008, Pp. 62
- Ayela Pastor, Ma. Rosario Trinidad, “**Lactancia materna**”, Editorial Club Universitario, España, 2009, Pp. 92
- CENADOJ (Centro Nacional de Análisis y Documentación Judicial.), “**Código de Trabajo**”, Editorial Guatemala CENADOJ 2,010
- Eisenberg Arlene, Murkoff Heidi E., Hathaway Sandee E., “**El primer año del bebé, What to expect the first year**”, Traducción Cárdenas Nanneti, Jorge, Grupo Editorial Norma S.A, Bogotá, Colombia 2001, Pp. 754
- F. Savage King, “**Cómo ayudar a las mamás a amamantar**”, Editorial Gente Nueva, Guatemala 1989, Pp. 128
- Firth-Cozens, Jenny, A. West, Michael, “**La mujer en el mundo del trabajo: perspectivas psicológicas y organizativas**”, Traducción Solana, Guillermo, Ediciones Morata, Madrid, España, 1993, Pp. 256

Frontera Izquierdo, Pedro, Cabezuelo Huerta, Gloria, “**Como alimentar a los niños, guía para padres**”, Editorial Amat, Barcelona, España, 2004, Pp. 256

Huggins Kathleen, “**El libro esencial para madres lactantes**”, Harvard Common Press, 6ta edición, Boston, Estados Unidos, 2010, Pp. 368

Idígoras Fuentes, Miguel, Jefe del Gobierno de La República, “**Código de trabajo**”, Ministerio de Trabajo y Previsión Social, Decreto No. 1441

Odent, Michel, “**El bebé es un mamífero**”, Editorial Ob Stare, 3era edición, España 2009, Pp. 186

Rodriguez, Gladys V., “**Lactancia, lactancia materna artificial y mixta, mi bebe**”, Editorial América S.A., 2002, Pp.153

Rodriguez-Santos Francisco, Aranceta Bartrina Javier, Serra Majem Lluís, “**psicología y nutrición**”, Editorial Elsevier Mosby, España 2008, Pp. 125

# **ANEXOS**

DATOS PERSONALES	
Edad:	Estado civil:
Religión:	Número de hijos:
Edad del hijo más pequeño:	
Escolaridad:	
Ocupación:	Lugar donde labora:
Jornada de labores: Medio Tiempo <input type="radio"/> Tiempo completo <input type="radio"/>	

**Instrucciones:** Responda las preguntas con la mayor sinceridad posible.

1-¿Usted brinda lactancia materna a sus hijos?

SI NO

¿Por qué? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2-¿Por qué motivos amamanta usted a su hijo?

SI NO

¿Por qué? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3-¿Cuáles son los beneficios de brindar lactancia materna? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4-¿Cuáles son las desventajas de brindar lactancia materna? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5-¿Considera que la fórmula u otros alimentos proporcionan los mismos beneficios que la leche materna?

SI

NO

¿Por qué? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6-¿Hasta qué edad es necesario amamantar a los bebés? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7-¿En qué consiste la alimentación de su hijo?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

8-¿Qué considera que influye para que una madre amamante o no a su bebé?

\_\_\_\_\_

9-¿Cómo se siente al amamantar a su hijo?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

10-¿Cuál es la actitud que debe tener una madre cuando amamanta a su bebé?

\_\_\_\_\_

11-¿Influye en el desarrollo emocional del bebé el que la madre le brinde lactancia materna?

\_\_\_\_\_

12-¿Cuánto tiempo al día utiliza para amamantar a su bebé?

---

13-¿Qué piensa del tiempo que destina para amamantar a su bebé?

---

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Centro Universitario Metropolitano –CUM-  
Facultad de Ciencias Psicológicas

## LISTA DE COTEJO

### Lactancia Materna

<b>Enunciado</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
Muestra entusiasmo al responder las preguntas sobre lactancia materna.		
Se extiende al responder las preguntas.		
Muestra agrado por el tema de la lactancia materna.		
Evita responder algunas preguntas.		
Se siente incómoda hablando del tema.		
Conoce en relación al tema.		
Conoce herramientas de extracción de leche.		
Acompaña sus respuestas con lenguaje corporal.		
Le interesa conocer más acerca del tema		
Está satisfecha con el tiempo que dedica a amamantar a su bebé.		

<b>Tema</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Indicador de logro</b>	<b>Recursos</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Evaluación</b>
Lactancia materna	Promover una actitud positiva por parte de las madres trabajadoras hacia la lactancia materna.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dinámica rompe hielo</li> <li>-Lluvia de ideas sobre la lactancia materna.</li> <li>-Conferencia sobre lactancia materna.</li> <li>-Debate sobre técnicas de extracción de leche.</li> <li>-Evaluación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se realizará una dinámica de presentación para romper el hielo y conocer a las madres trabajadoras que asisten.</li> <li>-Se tratará de indagar sobre el conocimiento que poseen las madres sobre la temática.</li> <li>-Se dará una charla informativa donde se abarcarán puntos específicos necesarios</li> </ul>	Las madres participan de forma activa en las diferentes actividades que se realizan conforme el programa establecido.	Humano: Encargadas Madres trabajadoras  Materiales: Salón Retroproyector Hojas Lápices Mesas Sillas Manteles Desayuno	20 minutos  15 minutos  45 minutos  20 minutos  20 minutos	-Cuestionario escrito.

			<p>para brindar lactancia materna.</p> <p>-Las madres debatirán sobre las ventajas y desventajas de la lactancia materna al igual que las técnicas de extracción y conservación de la leche materna.</p> <p>-Se evaluará por medio de un cuestionario la opinión de las madres sobre el taller realizado y los conocimientos impartidos.</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--