

## **Tigo, marcando la diferencia para madres en período de lactancia**

En Millicom, nuestro objetivo es promover un entorno en el que todas las personas puedan tener éxito, sientan que pueden contribuir con lo mejor que tienen y puedan ser quienes son. El desarrollo y liderazgo de la mujer es fundamental, desde cualquier punto de vista, tanto para nuestro propio desempeño empresarial como para la prosperidad económica en general. De igual forma, las organizaciones en donde las mujeres pueden desarrollarse aumentan en rentabilidad e innovación. Sin embargo, las condiciones para facilitar el desempeño laboral de la mujer, no siempre están presentes.

Melissa Martínez Benecke, Gerente de Proyectos Especiales y Comunicación de Fundación TIGO en Guatemala, comentó acerca de los desafíos a los que se enfrentó cuando volvió a trabajar luego de tener a su hijo, Juan Diego, en el año 2011. "Volver a trabajar después de tener un bebé es una realidad hoy en día para la mayoría de mujeres. Es un momento realmente difícil porque tienes que lidiar con cambios hormonales, apego a tu bebé, culpa, coordinar la logística de cuidados del bebé, y además de todo esto, tienes que pensar en la lactancia, proceso que volverse complicado si no tienes espacios apropiados en el trabajo".

En los últimos años, Millicom y TIGO han creado espacios adecuados para la lactancia materna - también conocidos como Salas de Lactancia - en cada una de nuestras oficinas principales. En la oficina de TIGO Guatemala, para noviembre de 2017, unas 20 madres la estaban utilizando. Para fin de año, todas las oficinas principales tendrán espacios seguros, limpios y privados donde las madres podrán extraerse la leche materna, cómodamente.

Ileana González, Planificadora del área de Finanzas, María Fernanda Martínez, Planificadora del área de Cadena de Suministro, y Merari Velásquez, Asistente de Mercadeo, nos comparten sus experiencias al volver al trabajo después del parto, así como la importancia de estos nuevos espacios que provee la empresa.

**Ileana**, madre de dos hermosos niños (de 2,5 años y de 9 meses), comentó: "Cuando me estaba preparando para recibir a mi hija, me preguntaba si esta vez la lactancia sería más fácil que con mi primer bebé, y de hecho, así fue. Hubo dos diferencias clave la segunda vez: en primer lugar, corregí la mayoría de los errores que cometí con mi primer bebé y, en segundo lugar, la oportunidad de utilizar las instalaciones, en mi lugar de trabajo, diseñadas específicamente para extraerse la leche marcó una gran diferencia. Amamanté a mi primer hijo unos tres meses (durante mi permiso de maternidad) porque cuando volví al trabajo, no teníamos un espacio apropiado que fuera higiénico, cómodo, etc. para extracción de leche. Con mi segundo bebé, tuve acceso a una sala de lactancia hermosa, limpia y bien equipada, además de un grupo de mamás dispuestas a ayudar y aconsejarme cada vez que lo necesitaba. Gracias a la sala de lactancia, pude amamantar a mi segundo hijo durante un período más largo, pude combinar mejor mi trabajo con mi papel de madre, además de fortalecer la salud de mi bebé con la mejor nutrición. Para mí, no solo se trata de una sala de lactancia materna, sino de una mejor experiencia de maternidad, donde se brinda apoyo, ánimo y consejos a cada madre en período postparto que regresa al trabajo, lo que hace que estas dificultades de ser una mamá que trabaja sean mucho más llevaderas".

**María Fernanda** compartió su experiencia como madre en TIGO, y dijo: "No importa lo que la gente te diga, no hay nada que pueda prepararte para lidiar con la magnitud de la experiencia que es convertirse en madre. Darle la bienvenida a Santiago en nuestras vidas ha sido el mejor regalo, pero este proceso ha traído también sus desafíos. Las largas noches, los días cortos, las hormonas descontroladas y esta pequeña personita que depende de ti para sobrevivir es mucho para asimilar, además de ser una vida

completamente nueva en la que te lanzas sin tener idea de cómo va a ir realmente. Y luego está la lactancia materna... este proceso no es fácil para todas las madres, especialmente en los primeros meses en los que hay muchas dudas e inseguridades. Santiago tuvo que permanecer unos días más en el hospital debido a dificultades respiratorias, así que tuve que extraer la leche durante los primeros cinco días hasta que fui capaz de amamantar. Diez días después de nacer lo llevamos a casa y nos llevó dos días y un especialista en lactancia para que ambos pudiéramos empezar a controlar la práctica, a conocernos y comenzar el viaje hacia una lactancia exitosa. Para mí, volver al trabajo era algo que anhelaba hacer, pero al mismo tiempo, no quería dejar a mi bebé. Pude estar casi cuatro meses completamente dedicada a él y es un tiempo que valoraré siempre. Al final del día, volver al trabajo es otra cosa que hacemos por nuestros hijos y tener la sala de lactancia en la oficina me ha dado la oportunidad de continuar dándole a mi bebé la mejor nutrición que pueda tener. Me siento muy afortunada y agradecida porque no todas las empresas se interesan en ofrecer este espacio para las nuevas mamás, y TIGO no solo nos brinda este lugar, también ha hecho que el espacio sea muy íntimo y cómodo, en el cual puedes sentirte segura sabiendo que estás haciendo lo mejor que puedes por tu pequeño. Lo mejor de todo es que tener este espacio ha creado además, un sentido de comunidad entre las madres que pasan por este proceso, donde podemos compartir nuestras experiencias, aclarar algunas dudas y saber que no estamos solas en este viaje".

El primer hijo de **Merari** llamado, Jeremías Ezequiel, nació el 1 de junio de 2016. Ella recuerda: "Desde el principio me sentí atraída en practicar exclusivamente la lactancia para mi bebé. Nunca sentí que iba a ser difícil hacerlo, y gracias a la sala de lactancia proporcionada por TIGO, he logrado organizar mi tiempo y ser más productiva. Este beneficio es algo que aprecio y siempre estaré agradecida con TIGO por ponerla a nuestra disposición".

Por supuesto, hay otros factores además de tener hijos que alejan a las mujeres de sus trabajos, como por ejemplo cuidar a padres mayores y problemas personales de salud, pero la decisión de continuar con la lactancia materna después de volver a trabajar, es algo a lo que solo las mujeres deben enfrentarse, y en Millicom nos sentimos orgullosos de apoyar este proceso natural.