



## El derecho efectivo de la lactancia materna

La Semana Mundial de la Lactancia Materna nos recuerda que amamantar no es solo una experiencia individual, sino también un asunto social, sanitario y de derechos. El lema 2026, "Lactancia materna: un inicio sostenible en cualquier circunstancia. Fortalezcamos las acciones que funcionan", invita precisamente a mirar más allá de la voluntad de las madres y reconocer las condiciones que hacen posible o dificultan la lactancia. En Chile, muchas mujeres enfrentan barreras estructurales que complican este proceso: la dificultad de compatibilizar lactancia y retorno

al trabajo, condiciones laborales exigentes o poco flexibles, ausencia de salas de lactancia, dificultades para acceder a apoyo oportuno, escasas redes de cuidado y el aumento de problemas de salud mental perinatal. A ello se suma la desigual distribución de las tareas de cuidado y las brechas sociales que afectan con mayor fuerza a mujeres en contextos de vulnerabilidad.

En este escenario, insistir en que la lactancia depende solo de una "decisión personal" invisibiliza desigualdades que condicionan las oportunidades reales de amamantar.

Promover la lactancia requiere polí-

ticas públicas sostenidas, protección laboral efectiva, apoyo comunitario y sistemas de salud capacitados para acompañar sin culpas ni exigencias imposibles. Fortalecer las acciones que funcionan significa avanzar hacia una sociedad donde lactar no sea un privilegio, sino una posibilidad concreta y protegida para todas las familias.

**Makarena Mancilla**  
Académica de Vinculación con el Medio  
Carrera de Obstetricia,  
Universidad San Sebastián