

## Deben otorgarse más días a las mujeres después del parto

Ayudaría a reducir los gastos en medicamentos, y que los bebés tengan menos enfermedades, afirmó académica

Los 45 días de permiso laboral a los que tiene derecho la mujer, después del parto, no son suficientes. Lo ideal es que el cese de actividades en esta etapa se prolongue por tres meses (90 días), para que pueda atender a su bebé de manera adecuada, afirmó la doctora Columba Sánchez Martínez, académica del Departamento de Clínicas de la Salud Mental, del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS) de la UdeG.

En rueda de prensa para anunciar resultados de investigaciones sobre las madres y su desgaste emocional, explicó que tres meses es el tiempo en que la madre puede asegurarse de que su bebé tenga un sistema inmunológico más fortalecido, gracias a hábitos como la lactancia materna, y menos riesgos de que éste adquiera enfermedades como diarreas, padecimientos respiratorios, problemas de oídos, entre otros.

Desde la perspectiva psicológica hay la necesidad de que la mujer arrope a su cría por más tiempo, para establecer lazos afectivos de mayor profundidad.

Los padecimientos que puede desarrollar el bebé durante sus primeros meses de vida pueden tener como causas un inadecuado manejo del biberón en las guarderías o una mala postura del bebé al ser alimentado, lo que ocasiona que muchas veces se les vayan restos de leche a los oídos, y se generen infecciones.

“Si la mujer tuviera una licencia más amplia después del parto nos cambiaría mucho la vida socialmente. Ayudaría a reducir los gastos en medicamentos, y que los bebés tengan menos enfermedades”, dijo la académica universitaria.

En cuanto a las mujeres embarazadas, lo ideal es que todas las empresas pudieran crear las condiciones para que éstas tengan descansos cada dos horas, como mínimo, de por lo menos cinco o diez minutos. Sería muy recomendable que salieran al aire libre a caminar, eso les ayudaría a nivel circulatorio.

La Jefa del Departamento de Clínicas de la Salud Mental, doctora Norma Alicia Ruvalcaba Romero, destacó la importancia de la salud mental en las madres, lo que las hace más competentes para la crianza.

“Cuando una madre, por ejemplo, puede regular sus emociones, manda al hijo mensajes de resolución pacífica de los conflictos, lo que favorece que éste no desarrolle conductas violentas”, dijo.

Señaló que las mujeres que trabajan y reciben una remuneración tienen mejores indicadores en salud mental. Esto impacta en su autoestima y comprensión de las emociones, además de que es menos

vulnerable a sufrir violencia intrafamiliar, en comparación con aquéllas que se dedican solamente al hogar.

Ruvalcaba Romero anunció que en las *Clínica de Atención Psicológica Integral para el Bienestar* (CAPIB) del CUCS, será abierto un grupo de apoyo psicoterapéutico para madres con hijos entre uno y cuatro años de edad, a partir del 17 de mayo, los días jueves. Mayor información en el número telefónico 1058-5200, extensión 33920.

**ATENTAMENTE**

**"Piensa y Trabaja"**

**Guadalajara, Jalisco, 7 de mayo de 2018**

**Texto: Martha Eva Loera**

**Fotografía: Gustavo Alfonzo / Archivo**

**Etiquetas:**

[Columba Sánchez Martínez](#) [1]

---

**URL Fuente:** <https://comsoc.udg.mx/noticia/deben-otorgarse-mas-dias-las-mujeres-despues-del-parto>

**Links**

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/columba-sanchez-martinez>