

Promueve **IEEM** importancia de Salud mental

El Instituto Electoral del Estado de México (**IEEM**) a través de la Unidad Coordinadora de Género (**UCG**), impartió la charla informativa: La salud mental y la lactancia materna, a las y los funcionarios electorales, con lo que ratifica su compromiso con la equidad de género y el bienestar laboral.

La plática fue impartida por Sandra Castillo Sánchez, psicóloga del Hospital de Ginecología y Obstetricia del Estado de México, quien concientizó a las y los presentes sobre el papel que juega la salud mental durante el embarazo y el posparto, esto es, que la madre logre disfrutar el momento de conexión con su bebé sin estrés o depresión, ya que la lactancia no es solo alimentación, sino una relación.

Castillo Sánchez destacó que existen factores socioculturales y familiares que generan estrés y depresión en la lactancia, como: desempleo; presiones sociales; embarazo no deseado; violencia familiar; pero, sobre todo, la creencia de que las mujeres pueden solas: **"ser mamá es un trabajo social, por lo que se deben crear redes de apoyo y vivir en corresponsabilidad"**, dijo.

Por su parte, Luz María Goti Rodríguez, Coordinadora Estatal de Lactancia Materna y Bancos de Leche del Estado de México, realizó una reflexión final sobre el tema y enfatizó que, como sociedad, se debe asumir el compromiso de ser empáticos con las mujeres que están experimentando la crianza; además, enfatizó que los hombres requieren ser educados para convertirse en padres. El IEEM, al organizar esta charla, no solo contribuye a la sensibilización sobre la lactancia materna, sino que también se posiciona como un referente en la promoción de políticas de género y bienestar laboral, ya que este tipo de iniciativas son esenciales para crear un entorno de trabajo que apoye a las madres y fomente la igualdad de oportunidades en el ámbito laboral.

