

## Ley Karin

Señora Directora:

Este 1 de agosto entró en vigencia la nueva Ley Karin, la que viene a establecer protocolos de prevención del acoso laboral y/o sexual, así como de la violencia laboral.

No hay que olvidar que esta Ley nace y lleva el nombre en conmemoración a Karin Salgado Molina, TENS que se quitó la vida en 2019 por ser víctima de acoso laboral.

¿Me pregunto cuántas mujeres u hombres hay en el mundo laboral que están enfrentando hoy situaciones similares de maltrato psicológico en su oficina? Que terrible es estudiar, ilusionarse con una vida laboral y cuando ingresamos a trabajar vivir situaciones de acoso laboral o, más aún, de violencia laboral.

Con los niveles de desempleo en el país, con la baja publicación que se ve de ofertas laborales en los portales de empleo (estamos en niveles similares a la pasada pandemia), tener hoy un empleo es casi un premio por lo cual generar buenos climas laborales es esencial, tanto para atraer talentos como para retenerlos.

Tener equipos motivados no es simplemente un esfuerzo económico por parte de las empresas, sino

también implica generar un buen ambiente laboral y una buena cultura, lo que se conoce en muchos casos como un buen sueldo emocional que ayuda, entre otras cosas, a la salud mental y bienestar de los colaboradores.

Esperemos que esta Ley impida que en el futuro ocurran situaciones como la vivida por Karin, cuya muerte originó esta normativa. Asimismo, anhelamos que sea aplicada de buena fe, tanto por empleados como empleadores, y que no sea utilizada como una herramienta para perjudicar a uno u otro.

*Francisco González/ Vertical Hunter*

## Lactancia

Señora Directora:

Como cada año, del 1 al 7 de agosto celebramos la Semana Mundial de la Lactancia Materna, una campaña organizada por la Alianza Mundial para la Acción de Lactancia Materna (WABA) para crear conciencia y promover la acción sobre este tema. La lactancia materna es crucial por sus beneficios nutritivos y efectos positivos en la salud mental y el neurodesarrollo del bebé. La psiquiatra Ibone Olza destaca que es una herramienta

esencial para el vínculo afectivo y tiene un impacto protector frente al estrés, funcionando como una herramienta preventiva y terapéutica.

El lema de 2024 es "Cerrar la brecha: apoyo a la lactancia materna para todos", destacando la necesidad de facilitar el acceso equitativo al apoyo necesario para todas las madres que desean amamantar. Se busca superar las desigualdades en el apoyo a la lactancia, influenciadas por factores socioeconómicos, geográficos y culturales.

El apoyo debe centrarse en políticas que protejan la maternidad y lactancia, espacios adecuados en los lugares de trabajo, acceso a asesoramiento profesional y campañas educativas sobre los beneficios de la lactancia. La familia, amigos y comunidad juegan un rol crucial en brindar apoyo emocional y práctico. Los equipos de salud, mediante el trabajo interdisciplinario y la actualización en investigaciones sobre lactancia, son esenciales. Los Grupos de Apoyo a la Lactancia Materna (GALM) y otras instancias ofrecen información, apoyo emocional y redes para madres sin familiares cercanos o en contextos de crianza monoparental.

*Claudia Fernández/Unab*