

Direito das mães trabalhadoras: como melhorar a vida das colaboradoras?

A maternidade é um momento muito feliz e delicado na vida das mulheres, porém as mudanças no corpo, hormônios a flor da pele e a volta ao trabalho após o nascimento da criança são preocupações constantes. Ao longo deste post, vamos explicar como o RH pode garantir o bem-estar e o direito das mães trabalhadoras.

A constituição brasileira assegura alguns direitos para as mães que devem ser respeitados pelas empresas, entre eles podemos citar: a estabilidade na empresa, a licença-maternidade e o auxílio creche em algumas situações. Além desses, existem campanhas e ações que podem melhorar a [qualidade de vida](#) das colaboradoras na empresa.

Se deseja saber mais sobre esses direitos, continue no post!

Licença-maternidade

A [licença-maternidade](#) pode valer por até 120 dias pela Constituição e até 180 dias em empresas participantes do Programa Empresa Cidadã. Esse período é necessário para que a mãe se recupere física e emocionalmente, pois tanto o trabalho de parto quanto a amamentação podem ser muito desgastantes para ela.

A licença garante que o bebê se alimente unicamente do leite materno, que reduz muito as chances de ele desenvolver doenças respiratórias e alérgicas, além de proteger de outras enfermidades. Assim, a colaboradora vai trabalhar com mais motivação e tranquilidade sabendo que o filho está saudável e seguro.

Estabilidade na empresa

A estabilidade na empresa é garantida pela [Consolidação das Leis do Trabalho \(CLT\)](#), que impede que acordos ou contratos de trabalho de qualquer natureza restrinjam os direitos da mulher por motivos de gravidez ou matrimônio. Ele também protege os direitos das mães contra discriminação no processo de contratação ou durante a permanência na empresa.

A CLT garante que a mãe não possa ser demitida por justa causa no momento em que confirma a gravidez até cinco meses após o parto. Também é direito da colaboradora que, durante a gestação, possa ser dispensada do horário de trabalho para consultas médicas e exames sem que haja prejuízo no salário.

Intervalo para amamentação e auxílio creche

A lei do intervalo para amamentação varia de acordo com o estado e com as políticas de cada empresa. Inicialmente, é direito da mãe dois descansos especiais, de meia hora cada um, durante a jornada de trabalho para ordenhar o leite. Esse período vale até a criança completar 6 meses, podendo ser ampliado de acordo com o estado de saúde do bebê.

O auxílio creche é obrigatório para empresas que tenham mais de 30 funcionários maiores de 16 anos. O benefício é válido até a criança completar 5 anos de idade e pode ser oferecido por meio de benefício financeiro ou disponibilizando um espaço adequado para receber as crianças na própria empresa.

Além dos direitos das mães assegurados pelas leis, a empresa pode adotar o [home office](#) para essas colaboradoras, caso a sua função possibilite. Cursos, palestras e incentivos também auxiliam uma volta

ao trabalho mais tranquila e transmitem confiança e segurança à mãe trabalhadora.

Gostou de entender melhor sobre como melhorar a vida dessas colaboradoras? Então, que tal compartilhar este post nas redes sociais e permitir que mais mães saibam de seus direitos?