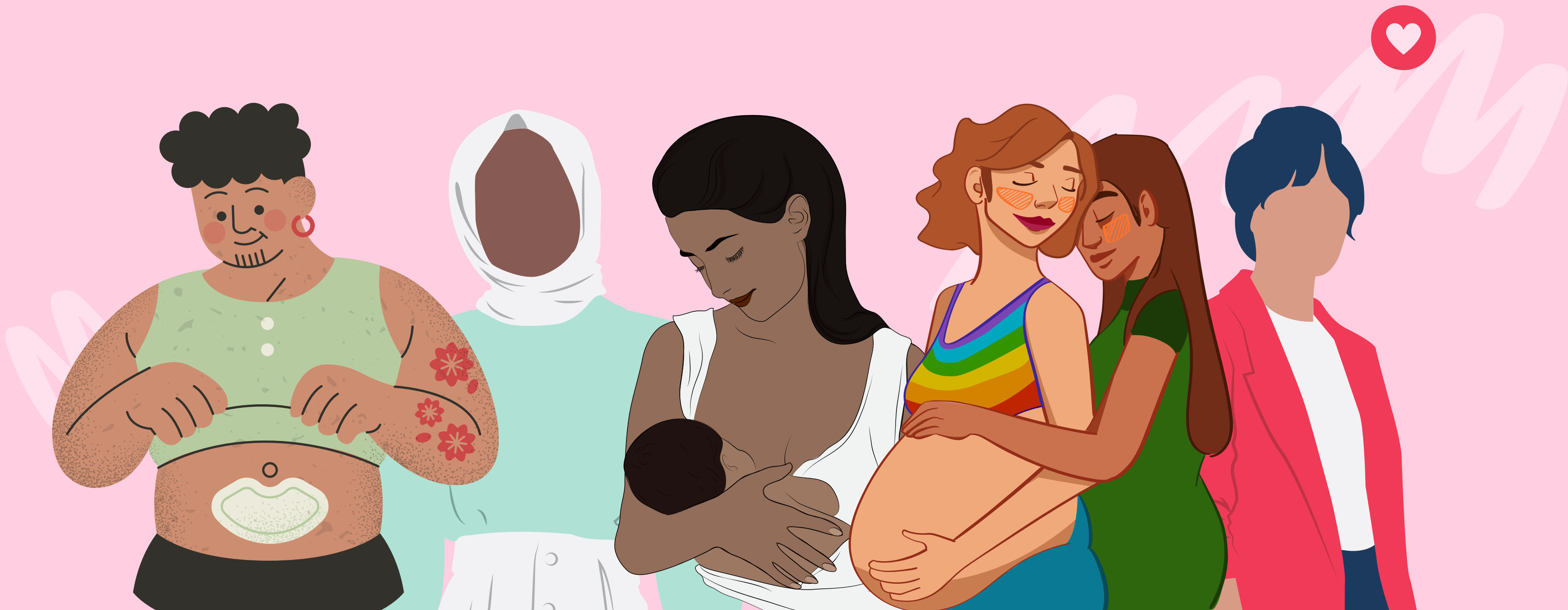




# Cartilha: direitos das pessoas trabalhadoras que amamentam



# Cartilha:

## direitos das pessoas trabalhadoras que amamentam

© 2026 Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde – COPHS/SAS/SES/MT. Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.

Governo de Mato Grosso  
Secretaria de Estado de Saúde  
Superintendência de Atenção à Saúde  
Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde – COPHS/SAS/SES/MT  
Rua Júlio Domingos de Campos, Lote 02, Bloco 05  
Centro Político Administrativo - Paiaguás  
CEP 78049-902 Cuiabá-MT  
Home Page: <http://www.saude.mt.gov.br>  
E-mail: [cophs@ses.mt.gov.br](mailto:cophs@ses.mt.gov.br)  
Arquivo para download: <https://www.saude.mt.gov.br/>

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação


SES - Secretaria de Estado de Saúde.

Cartilha: direitos da pessoas trabalhadoras que amamentam. Mato Grosso, SES-MT: Cuiabá. 2026. 14 f.


Ficha catalográfica elaborada por Rodrigo César de Oliveira Carvalho.




# Manter a amamentação é possível



**AMAMENTAR, MATERNAR E TRABALHAR** pode ser desafiador para muitas pessoas. É preciso fortalecer as redes de apoio da **peessoa** trabalhadora, ofertando suporte no **local de trabalho**.



**CONHECER OS SEUS DIRETOS** é um passo importante para a **peessoa** trabalhadora, bem como receber suporte, condições e orientações necessárias para a manutenção **da amamentação** no retorno ao trabalho.



a **PROTEÇÃO LEGAL à amamentação** É UM DIREITO DA MÃE ou **peessoa que amamenta** e do BEBÊ.

# Conhecendo seus direitos



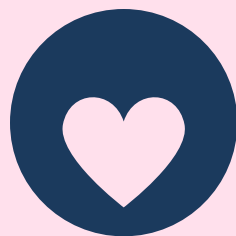
## Setores envolvidos:

- serviços de saúde;
- assistência social: CRAS;
- educação: creches e CMEI;
- grupos e organizações sociais;
- empresas: salas de apoio a amamentação.



USF, UPA, hospitais, bancos de leite humano





### **na gestação:**

- Estabilidade no trabalho (até o 5º mês pós-parto);
- Consultas pré-natal, exames, hospitalização e emergências pelo SUS (gratuito);
- Direito a ambientes saudáveis e ou mudança de cargo em função da gestação.

### **no pós-parto:**

- Licença-maternidade remunerada;
- Duas pausas de 30 minutos no expediente ou 1 h corrida, antes ou depois de terminar o expediente, até o bebê completar os 6 meses (CLT, Empresa Cidadã).



# Direitos das mães estudantes



- Atividades domiciliares a partir do 8º mês de gestação;
- Licença-maternidade;
- Extensão de prazos e bolsas.

**LEI 13.536-2017**  
**LEI 1.741/2022**



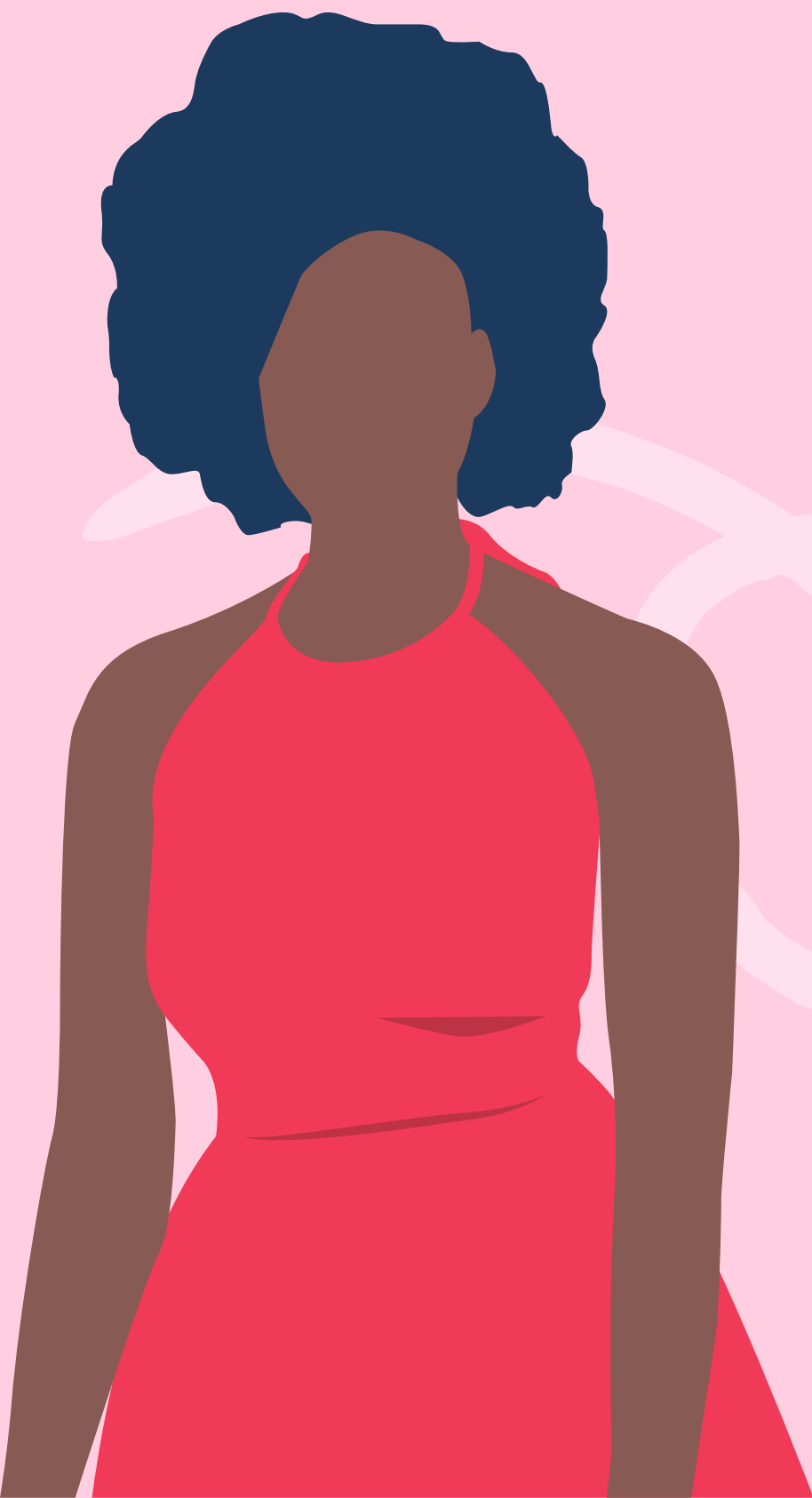
# A licença-maternidade remunerada



## Quem tem direito, e por quanto tempo?

- Trabalhadoras seguradas (regime CLT- 120 dias);
- Servidoras públicas e empresa cidadã (180 dias);
- Trabalhadoras MEI ou simples nacional (120 dias);
- Trabalhadoras informais que tenham contribuído de forma autônoma com a guia da previdência (GPS)- 120 dias;
- Empresa Cidadã: prorroga a licença-maternidade de 120 para 180 dias (mais 60 dias).

**INFORME-SE COM SUA EMPRESA, LOCAL DE TRABALHO OU COM A PREVIDÊNCIA SOCIAL**



Serviço para pedir benefício para a pessoa que se afastar da sua atividade por motivo de nascimento de filho(a), aborto não criminoso, adoção ou guarda judicial para fins de adoção.

**como acessar?**

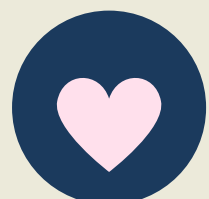
**[gov.br/meuinss](https://gov.br/meuinss)**

**Telefone 135**

**Aplicativo Meu INSS: [Google Play](#), [App Store](#)**



# Mães enlutadas



- Hospitais devem oferecer alojamento separado para as pessoas enlutadas;
- Acompanhamento psicológico;
- Possibilidade de registro do natimorto.

- Direito a licença-maternidade por perdas neonatal e gestacional;
- Doação do leite humano produzido (se assim desejar).

Lei N° 15.139/2025

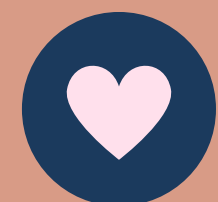
**POLÍTICA  
NACIONAL DE  
HUMANIZAÇÃO DO  
LUTO MATERNO E  
PARENTAL**



# Equidade

- Nenhuma pessoa deve ser discriminada por sua crença, raça ou cor, gênero ou identidade de gênero, classe ou nível social, no serviço de saúde, em qualquer fase da vida reprodutiva;
- A pessoa que gesta/amamenta deve ser atendida pelo seu nome social escolhido;
- Direito a acompanhante de sua escolha;
- O modo de uso do cabelo ser respeitado, desde que dentro das normas de biossegurança no parto e amamentação;
- Respeitar os ritos e símbolos religiosos/culturais inerentes a cada pessoa, a depender de sua religião e livre escolha.

1. Lei N° 15.069/2024
2. Lei N° 11.108/2005
3. Portaria n° 569/2000



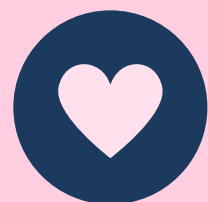
# No retorno ao trabalho

- Direito a creche ou auxílio-creche;
- sala de apoio a amamentação;
- descanso especial para amamentar.



A partir da atualização da legislação, agora a licença-maternidade passa a contar a partir da alta hospitalar da mãe e do bebê.

# Acesse a todos os documentos e leis aqui:



**CONTATOS: ALEITAMENTOMATERNO@SES.MT.GOV.BR**



**Cartilha: direitos da pessoas trabalhadoras que amamentam.**

1ª Edição. 2026.

**Elaboração:**

Josemara Gomes da Silva Lima

**Colaboração:**

Rodrigo César de Oliveira Carvalho  
Vanessa Alves Lopes

**Organização:**

Rodrigo César de Oliveira Carvalho

**Imagens:**

Canva®

**Equipe de Promoção da Amamentação e Alimentação Complementar Saudável:**

Josemara Gomes da Silva Lima  
Rodrigo César de Oliveira Carvalho  
Vanessa Alves Lopes

**Coordenadoria de Promoção e Humanização de Saúde:**

Rosiene Rosa Pires

**Superintendência de Atenção à Saúde:**

Franco Danny Manciolli Oliveira

**Secretaria Adjunta de Atenção e Vigilância em Saúde:**

Juliano Silva Melo

**Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso:**

Gilberto Gomes de Figueiredo

SES  
Secretaria  
de Estado  
de Saúde



Governo de  
Mato  
Grosso



Superintendência de  
Atenção à Saúde



Coordenadoria de  
Promoção e  
Humanização  
da Saúde




EPAMACS  
EQUIPE DE PROMOÇÃO DA AMAMENTAÇÃO  
E ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR SAUDÁVEL



EPAMACS


EQUIPE DE PROMOÇÃO DA AMAMENTAÇÃO  
E ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR SAUDÁVEL

 (65) 3613 5415

 [aleitamentomaterno@ses.mt.gov.br](mailto:aleitamentomaterno@ses.mt.gov.br)

 [www.saude.mt.gov.br](http://www.saude.mt.gov.br)

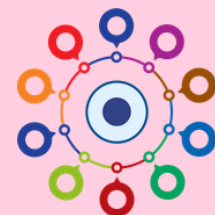
 [cophs.sesmt](https://www.instagram.com/cophs.sesmt)

 Rua D, Quadra 12, Lote 02, Bloco 05 - Centro Político  
Administrativo - CPA - 78049-902 Cuiabá -MT

SES  
Secretaria  
de Estado  
de Saúde



Governo de  
**Mato  
Grosso**



Superintendência de  
**Atenção à Saúde**



Coordenadoria de  
**Promoção e  
Humanização  
da Saúde**