

# ALIANÇA MUNDIAL PARA AÇÃO EM ALEITAMENTO MATERNO

## Boletim de Apoio às



# Mães Lactantes

*Uma mestra de primeiro grau  
de enfermagem na biblioteca*  
Crédito da foto  
© Tara Ruby Photography

### Volume 14 Número 2

Boletim semestral em Inglês, Espanhol,  
Francês e Português

### Novembro 2016

[http://waba.org.my/mother-support/  
mother-support-publications/](http://waba.org.my/mother-support/mother-support-publications/)

Para assinaturas, mande um e-mail para:  
[gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com)

Editores: Pushpa Panadam (Paraguai),  
Rebecca Magalhães (EUA)

Tradutores: Espanhol – Marta Trejos,  
Costa Rica  
Francês – Herrade Hemmerdinger,  
França  
Português – Pajuçara Marroquim,  
Brasil

**“Qualquer ação que se faça para  
que o aleitamento materno possa  
desenvolver-se de maneira satisfatória  
no mundo, estará fazendo um grande  
serviço. Pode parecer algo pequeno,  
mas realmente soma.”**

*Ted Greiner, EE.UU, citado no Folder de Ação de WABA,  
Semana Mundial de Aleitamento Materno 2008.*



## NESTE NÚMERO

### CARTA DE LAS EDITORAS

1. Nossa Primeira Reunião de Grupo de Apoio às Mães: Rebecca Magalhães e Pushpa Panadam

### APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

2. Aleitamento Materno: Chave para o Desenvolvimento Sustentável: Desley Hubner, Austrália
3. Apoio Comunitário à Iniciativa Hospital Amigo da Criança por parte do Grupo “Mãe Modelo”:  
Regina da Silva, Brasil.
4. Livro de Colorir com Imagens de Aleitamento Materno: Susan Siew, Malásia

### APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

5. A Profunda Natureza da Dupla que Amamenta: Maggie Simonsen, EE.UU
6. Apoio Que Não Tem Preço, dado a uma Mamãe que Amamenta pela Terceira Vez:  
Vasumathi Muthuramu, Malásia
7. O Poder da Experiência de uma Mãe Lactante sobre Outra: Inthrakala Thivagaran, Malásia
8. Nossa Viagem Juntas – Mamãe e Aksheya: Shamala Devi Ramamothi, Malásia

### APOIO PATERNO

9. Papallaitants® : Pascal Ghazi, St. Cloud, Francia
10. Apoio Motivado e Comprometido com o Aleitamento Materno: Thomas Szulc, França

11. Aprendendo a Ser um Pai Lactante: Matthieu Pluvinage, França
12. A História de Greg: Breastfeeding Today – Aleitamento Materno Hoje

### **ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO – Novas Direções**

13. Aleitamento Materno: a perspectiva de um homem – a história passada: James Akre, Genebra, Suíça

### **NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO**

14. Aleitamento Materno e resultados do crescimento infantil no contexto de aconselhamento intensivo de pares em duas comunidades de Bangladesh: Rukhsana Haider e Kuntal Kumar Saha
15. Aleitamento Materno: A Ilusão da Escolha: Lauren M. Dinour, Yeon K. Bai, EE.UU
16. Diferenças Raciais e Étnicas sobre Aleitamento Materno: Chelsea O. McKinney, Jennifer Hahn-Holbrook, P. Lindsay Chase-Lansdale, Sharon L. Ramey, Julie Krohn, Maxine Reed-Vance, Tonse N.K. Raju, Madeleine U. Shalowitz, em nome da Rede de Investigação de Saúde Infantil
17. Mães Trabalhadoras Lactantes Amamentam Uniformizadas em Fotos Surpreendentes: Fotógrafa Tara Ruby

### **RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO**

18. Novos Livros de Playpus Media: Hannah Thelen
  - i. Novo Livro Bilingue sobre Criança Prematura Promove o Aleitamento Materno e a Família
  - ii. Novo Livro de Colorir Ajuda às Famílias com Crianças Internadas na UNCI

### **CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO**

19. Amor: Alice Ziring, EE.UU
20. As Crianças São Incríveis: Theresa Kinzly, EE.UU
21. Momentos Especiais de Grayson: Melissa Vickers, EE.UU

### **AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO**

22. Apoiando Minha Filha a Amamentar Sua Filha: Radha Holla Bhar, Índia

### **ALEITAMENTO MATERNO, HIV e AIDS**

23. A Terapia para mães lactantes HIV pode eventualmente eliminar a transmissão do vírus

### **SITES WEB E ANÚNCIOS**

24. Visite estes sites
25. Anúncios: Eventos Passados e Futuros
26. Recordando:

### **INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM**

27. Informação sobre a Remessa de Artigos e sobre o Próximo Número
28. Apoie o aleitamento materno – Contribua com o boletim eletrônico de Apoio às Mães Lactantes

## **CARTA DAS EDITORAS**

---

### **I. Nossa Primeira Reunião de Grupo de Apoio às Mães** **Rebecca Magalhães e Pushpa Panadam**

**Rebecca Magalhães**

**P**assaram-se quase 43 anos desde que assisti a minha primeira reunião de grupo de apoio de mãe para mãe da La Leche League (LLL) – minha filha tinha apenas 6 meses de idade naquele momento. Eu fazia o melhor que podia para amamentá-la, enquanto que, ao mesmo tempo, começava a ensinar meio tempo

na escola primária... Necessitava de apoio! Era um tempo importante! E encontrei justamente o que necessitava nessa primeira reunião e nos anos seguintes (muito anos), progredi de uma mãe que necessitava informação e apoio, para ser uma mãe que proporcionava informação e apoio como Líder da LLL. Ainda lembro as pequenas informações que eram como um clarão de luz, e a calidez e o carinho que sentia em cada reunião por parte das Líderes e das mães do grupo.

Demandou muito deixar minha casa por essa primeira vez; cruzar a cidade até o local da reunião e entrar em uma casa onde não conhecia ninguém! Entretanto, me alegro de ter encontrado essa coragem, porque essa noite me levou a muitas noites mais de reuniões de grupo de apoio em 4 cidades diferentes dos Estados Unidos, em 2 estados distintos e uma cidade em outro país. Mas, em todos esses diferentes lugares, as mães lactantes e seus bebês eram uma presença constante, e sempre havia perguntas, informação proporcionada pela facilitadora e as mães do grupo. Compartilhamos alegrias e preocupações, e esses bebês que se tornaram crianças pequenas, adolescentes, e esses pais que apoiam suas esposas!

Já não estou tão envolvida como antes e sei que agora existem outras formas que as mães se conectam, compartilham informação e recebem apoio... Existem reuniões *online* de grupos de apoio, conexões através de e-mail, interação em Facebook; informação e apoio em site, etc.. Entretanto, não importa como se dê hoje em dia a comunicação; sempre é importante que as mães tenham respostas a suas perguntas e suas preocupações resolvidas, e que possam se tornar mães, a sua vez, ajudando e apoiando a outras mães, criando uma rede sustentada de informação e apoio!

Através destas reuniões de grupo de apoio, aprendi a importância vital de estar com elas que fazem o que estão fazendo, que entendem o que estão passando, que sentem o que estão sentindo. Essa é a essência do APOIO! Atualmente, minhas atividades de apoio são com aquelas pessoas que têm algum membro da família diagnosticado com enfermidade mental, e estou vendo uma vez mais, quanto ajuda o apoio.

Para concluir, quero dizer que aquele bebê, aquela minha filha que me acompanhou à primeira reunião de apoio, conseqüentemente, não apenas amamentou suas duas filhas que agora são belas jovens mulheres, mas também, tem ajudado e apoiado a muitas outras mães! Alegro-me por ter assistido a essa primeira reunião! :-)

### **Pushpa Panadam**

A La Leche League Internacional (LLLI) celebra seu 60º aniversário este ano. Recordando, lembro minha primeira reunião de apoio da LLL quando a LLLI completou 40 anos. Em agosto de 1996, meu esposo leu sobre a Terceira Oficina Latino-americana da LLL que se realizaria em Assunção, Paraguai, e me animou a contatá-los. Falei com Lili Verón, uma Líder que imediatamente me pôs em contato com uma Líder que falava inglês, Pili Peña. Pili me convidou para uma oficina do último dia. Foi bom conhecer Pili e desde o início me senti a vontade conversando com ela. Porém, o que foi ainda mais maravilhoso, foi vê-la amamentar seu filho de um ano enquanto falávamos. Foi tão fácil amamentar meu filho nesse ambiente de aceitação!

Comecei a participar das reuniões de grupos, mensais da LLL e mesmo que no início não entendesse muito do que se compartilhava e falava, ao estar com mães que amamentavam livremente seus bebês e crianças pequenas, senti que pertencia ao grupo. Hoje, algumas de minhas amigas mais próximas no Paraguai são da LLL já que compartilhamos valores de crianças comuns.

Desde então, tenho assistido muitas reuniões de grupo de apoio da LLL. Tornei-me uma Líder em 2000. Tem sido uma felicidade poder participar em numerosas conferências e oficinas de Aleitamento Materno (LLL e WABA) e atualmente facilitar grupos de apoio mensais em um hospital. À medida que aprendo mais sobre aleitamento materno, me surpreende ainda mais a grande quantidade de organizações no mundo que têm lutado e seguem lutando para proteger, promover e apoiar o aleitamento materno.

Agora que a LLLI celebra seu sexagésimo ano, reflexiono sobre a diferença que é agora para as novas mães. Muitas podem aceitar a informação sobre aleitamento materno com facilidade; muitas têm a opção de participar

das reuniões de apoio a mães, tanto fisicamente como em grupos e fóruns virtuais online. Porém, nem todas as mães têm fácil acesso a Internet. Existem muitas sem estas facilidades, e a informação e o apoio são igualmente essenciais para estas mães e suas famílias. Os grupos de apoio que facilito no hospital permitem que se diminua esta brecha já que estou frente a frente com as mães. E toda vez sinto a mesma emoção que vivi em minha primeira reunião – eu necessito ver a mãe, o pai ou o familiar que a acompanha, e ver como seus rostos se iluminam com um sorriso – como relaxam, se sentem aceitos e recebem respostas e esclarecimentos a suas perguntas e dúvidas. Estar em um grupo de apoio permite a uma mãe compartilhar sua experiência sem ser julgada; permite ser ouvida, aceita, ajudada e informada.

**Nota Editorial:** Para compartilhar sua história, escreva para [pushpapanadam@yahoo.com](mailto:pushpapanadam@yahoo.com) ou [beckyann39@yahoo.com](mailto:beckyann39@yahoo.com)

## APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

### 2. Aleitamento Materno: Chave para o Desenvolvimento Sustentável Desley Hubner, Austrália

Quando se lê essa declaração, logo se entende – certamente, o aleitamento materno e a sustentabilidade andam juntos. São feitas uma para a outra. São almas gêmeas. Não há necessidade de contaminar ou de consumir recursos limitados para poder amamentar. Não se requer equipamento especial nem transporte; não depende das forças do mercado e, além disso, a amamentação é crucial em situações de emergência, etc. O aleitamento materno não deixa nenhuma dívida ou destruição para as gerações futuras.



Entretanto, ainda que saibamos de tudo isto, houve dificuldades com o tema deste ano da Semana Mundial do Aleitamento Materno (SMAM). Como apresentá-lo e exibi-lo em cartazes? Como torná-lo relevante para um mundo impulsionado pelo consumo? Como compartilhar esta mensagem com alguém que vai caminhando e só levanta seu olhar do iPhone durante apenas uns segundos? Como a informação pode chegar rápida e de maneira atrativa?

Assim me abordou, com essas perguntas, uma consultora de amamentação que organizou um evento da SMAM em um hospital local. E, mesmo que eu não tivesse nem ideia, tratei de oferecer algumas respostas e lhe dei um adesivo para seu carro.

Como se sabe, o aleitamento materno economiza dinheiro, mas na realidade não ganha dinheiro. A maioria das organizações de aleitamento materno, incluindo a Associação Australiana de Aleitamento Materno (ABA), o sabem muito bem. Meu grupo ABA tem numerosos planos para obter fundos, incluindo seis grupos de projetos, com produtos que vendemos para arrecadar fundos para nossas camisetas e adesivos com o lema: *À mão – Fresco – Grátis*, além do site da ABA.

Em consequência, o pessoal do hospital local e a organização local de apoio mãe a mãe (ABA) trabalharam juntos com a ideia de “*À mão-Fresco-Grátis*” para levar a mensagem da SMAM.

Desley Hubner é mãe de duas filhas amamentadas por um total de 9 anos e é avó de três netos, dois de 2 anos que estão mamando. Tem sido conselheira de aleitamento materno da Associação Australiana de Aleitamento (ABA) por mais de 30 anos. Nesse papel dirige aulas mensais de aleitamento materno para casais grávidos, assiste a reuniões de grupo principalmente para apoiar à geração mais jovem que dirige as discussões. Ajuda com a formação da próxima geração de conselheiras, escreve artigos para publicações internas, organiza exposições e representa a ABA em eventos como bebê-expos, seminários, conferências. Entretanto, sua principal paixão é a arrecadação de fundos.

Desley agradece à Dra. Virginia Thorley por lhe pedir que escrevesse esta publicação (que ela não sabia que existia) e explicar que qualquer opinião aqui deixada é sua e não necessariamente da ABA.

Email: desleynh@yahoo.com.au

### 3. Apoio Comunitário à Iniciativa Hospital Amigo da Criança por parte do Grupo “Mãe Modelo”

Regina da Silva, Brasil.



As fotos são publicadas com crédito ao Ministério da Saúde (MISAU) e UNICEF Moçambique

O grupo “Mãe Modelo” é formado por 25 trabalhadoras de saúde que são mães. Elas dão aulas sobre saúde materna, e também dão apoio para o aleitamento materno no contexto do HIV e AIDS (por exemplo, nos Centros de Saúde e na casa da mãe) na Província de Tete em Moçambique. O pessoal de saúde de “mãe Modelo” participou na capacitação do “Guia de assessoramento sobre alimentação do lactente e da criança pequena na comunidade”, de UNICEF e USAID, realizada pelo Departamento de Nutrição do Ministério da Saúde de Moçambique, com o apoio da UNICEF em Moçambique.



O grupo “Mãe Modelo” foi incluído como parte do plano de ação do hospital para preencher as brechas nas rotinas do hospital e para implementar o Passo 10 da IHAC (Iniciativa Hospital Amigo da Criança) para atingir um aleitamento materno de sucesso: “Auspiciar a formação de grupos de apoio ao aleitamento materno e referir às mães a estes grupos na sua alta hospitalar”. O grupo “Mãe Modelo” pode participar nas aulas pré-natais do “Plano de Nascimento”, que desenvolve o pessoal de enfermagem de saúde materna, duas vezes por semana, na sala da maternidade.

Como parte da conversação do “Plano de Nascimento”, durante a visita encaminhada à maternidade, o grupo “Mãe Modelo” também visita às mães e seus bebês na sala de maternidade.

Em todos os departamentos do hospital se oferece uma lista com os nomes e os números de telefone das cinco áreas da cidade de Tete onde o grupo de “Mãe Modelo” dá apoio. Esta informação é entregue às mães, suas famílias e amigas, no momento da alta hospitalar. A iniciativa “Mãe Modelo” permite às mulheres iniciarem as aulas pré-natais na maternidade e construir um vínculo mais forte com os grupos de “Mãe Modelo” que lhes darão apoio para amamentar exclusivamente durante os primeiros seis meses de vida do bebê e continuar amamentando até os 2 anos ou mais. As iniciativas baseadas na comunidade, como o grupo “Mãe Modelo”, merecem maior atenção. Devem formar parte de uma estratégia sustentável para que os hospitais adotem e implementem os critérios globais da IHAC e estabeleçam a duração ótima do aleitamento materno em torno da comunidade.

Regina da Silva, consultora independente para a saúde materno-infantil no contexto do HIV/ AIDS. O texto anterior sobre “Mãe Modelo” é a opinião da autora, obtida de sua experiência de campo como consultora independente.

E-mail: reginas2011@gmail.com

#### 4. Livro de Colorir com Imagens de Aleitamento Materno

Susan Siew, Malásia

Sendo a celebração do 25º Aniversário da WABA, aproveitei a oportunidade para trabalhar com o Grupo de Apoio Mãe para Mãe (MMPS) de Penang, para criar imagens de amamentação para um livro de colorir, tanto para adultos como para crianças.



*Família ... uma experiência grupal de amor e apoio.- Marianne Williamson*

Os livros de colorir são sempre populares, especialmente para crianças em várias matérias, incluindo imagens de animais, frutas e flores até jogos de números e letras do alfabeto. Com o recente ressurgimento de os livros de colorir para adultos, se tornou epidemia em todo o mundo dos livros de colorir sobre diversos temas que vão desde jardins secretos, animais exóticos, misteriosos oceanos, ícones da moda e ídolos, e mandalas místicas. O colorir tem se tornado um passatempo favorito para muitos adultos que afirmam que este processo acalma e que levar os desenhos

de linhas em branco e preto à vida é meditativo e divertido. Este tipo de atividade também pode envolver o trabalho conjunto de adultos e crianças e pode servir para contar histórias.

Este projeto de arte apresenta o aleitamento materno como tema, em qualquer momento, em qualquer lugar. O objetivo é restabelecer a cultura da amamentação como a norma social, ao representar as mães amamentando, em diferentes momentos e em distintas situações, tanto em casa como em lugares públicos. Uma coleção modesta de desenhos sobre aleitamento materno, realizados por artistas locais e mães do grupo MMPS foi lançada durante a Semana Mundial de Aleitamento Materno, em agosto de 2016. Você pode visitar a página do Facebook do grupo MMPS “Breastfeeding Art” (**MMPS Breastfeeding Images**). Pode baixar quaisquer das imagens para seu uso. O grupo MMPS realizará uma oficina para ajudar as mães a criar seus próprios desenhos básicos de aleitamento materno para juntar à coleção e eventualmente publicar um livro para colorir\*.

Através destas imagens, podemos ajudar a aumentar a visibilidade das mães lactantes e seus filhos, e “normalizar” o ato. Esperamos que com essa atividade criativa e divertida, possamos ajudar a substituir ou reduzir as imagens onipresentes de mamadeiras que continuam sendo utilizadas como símbolos das práticas de alimentação infantil.



*Caminha com confiança em direção de teus sonhos. Vive a vida que imaginou.  
- Henry David Thoreau*

Meu desejo através deste projeto é também criar e aumentar a consciência, iniciar discussões e aclarar assuntos sobre e em torno da importância e dos benefícios do aleitamento materno, no contexto mais amplo da igualdade de gênero e da justiça socioeconômica e ambiental. Nos últimos anos, as mães que amamentam têm sido acusadas e discriminadas em lugares públicos. É um desafio contínuo e nossos permanentes esforços criativos são necessários para apoiar e permitir que as mães lactantes e seus bebês recuperem seu lugar legítimo na esfera pública.

-----  
 Susan Siew, Ex-coordenadora e Codiretora do Fórum Mundial de WABA (1995 a 2010). Atualmente é Vice-presidente do Centro de Mulheres para Mudança (WCC) e facilitadora e consultora independente em desenho de comunicação.



**Nota das editoras:** Em 1999, WABA e Origem Brasil produziram seu primeiro livro infantil de desenhos sobre aleitamento materno: *Aleitamento materno: o natural*. No mesmo ano, com as contribuições de WABA, Susan Siew compilou imagens de aleitamento materno em todo o mundo: um recurso visual para a ação da comunidade. Este livro tem mais de 450 imagens recopiladas em 57 países. Todos estes livros foram bem recebidos e amplamente utilizados em diversos eventos. Estas publicações continuam servindo às comunidades que amamentam.

\* O livro para colorir *Aleitamento materno: em qualquer momento, em qualquer lugar*, do grupo MMPS e WABA, já está disponível. Para mais informação, envie um e-mail para: [waba@waba.org.my](mailto:waba@waba.org.my)

## APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

### 5. A Profunda Natureza da Dupla que Amamenta Maggie Simonsen, EE.UU

**P**essoas estranhas podem ter uma imensa capacidade para tranquilizar uma mãe a respeito de estar fazendo o correto, inclusive quando suas próprias famílias não oferecem esse apoio. Nem todo mundo amamenta em longo prazo ou até que a criança decida, mas para aqueles que o faz, a controvérsia sobre amamentar a crianças maiores é um desafio constante. Há muitas variáveis que são individuais e para cada dupla.

Uma vez me sentei com a família de meu marido em um barulhento Cracker Barrel quando viajávamos por Iowa, Estados Unidos, com nosso filho de quase 3 anos de idade. Já antes, quando nosso filho tinha 9 meses, alguns familiares haviam me pressionado para deixar de amamentar. Eu cometi o erro de compartilhar com eles informação para combater sua insensibilidade, mas não tinham interesse em aprender ou em conseguir alguma conexão comigo, apenas estavam enterrados.

Essa experiência foi dolorosa, e ainda hoje sinto um pouco de raiva quando volto a lembrar, talvez porque esses familiares não se limitaram apenas a esse incidente, mas também continuaram com suas críticas de controle sobre mim e sobre as opções de estilo de vida de minha família. Todos nós merecemos o apoio e a compaixão de nossos parentes. Por isso, meus sentimentos se deram pelo desprezo que recebi em numerosas e similares ocasiões.



Nesse restaurante em Iowa me sentia sem apoio para amamentar e me retirei para o banheiro, onde felizmente encontrei uma cadeira e amamentei. Enquanto amamentava a minha criança, três mulheres entraram. Estas mulheres não estavam juntas, entretanto, cada uma me disse palavras de apoio que me deram confiança e firmeza, e que me deixaram sentir que amamentar é completamente permitido.

Todas me perguntaram (retoricamente) por que amamentava a meu filho no banheiro. Uma mulher me convidou para sua mesa e disse que eu era mais que bem-vinda para amamentar lá. Enquanto estávamos quase terminando de amamentar deixei o banheiro irradiando orgulho, graças à permissão que recebi de pessoas estranhas.

De volta a nossa própria mesa, ressaltai e compartilhei a história sobre essa permissão, com um grande sorriso em meu rosto, dando ênfase não apenas que eram pessoas estranhas, mas também que três mulheres me haviam dado alento. Todos ficaram num silêncio incômodo, mas eu continuei radiante, sentindo uma renovada confiança em meu poder como uma mãe fazendo bem a seu filho. Nesse momento, me senti como se estivesse reposicionando minha postura de não me sentir aceita e não me importei mais com o que pensavam.

Infelizmente, ao longo dos anos tem ficado claro para mim que alguns membros dessa família nunca entenderão que me faltaram o respeito, porque eles mesmos não aprenderam seu direito a ser respeitados – uma disfunção familiar sistêmica. Esta é também uma fonte inerente da dissonância cognitiva da sociedade.

Minha viagem de amamentação foi de quase dois anos. No momento em que terminou, eu estava pronta. E apesar de estar muito atenta e focada em observá-lo, na realidade esqueci a última vez que amamentei. Talvez isso se deva a que o desmame nos últimos meses foi errático, saltando dias e durando apenas uns poucos segundos cada vez. Foi também circunstancial, permitindo-nos como dupla, o conversar sobre sentimentos complexos que compartilhamos mutuamente.

Com a amamentação experimentei – e ainda sinto uma conexão muito profunda – o que não posso compará-la com nada em minha vida. Talvez isso seja assim porque eu tive esta experiência apenas com meu filho e porque sabia que nunca voltaria a experimentar. Realmente, não sei se todas as mães lactantes se sentem assim, ou se sentem com cada bebê. Porém, posso assegurar que a maioria de desafios e experiência tem a capacidade de tocar nossos corações e criar momentos que expõem magníficos matizes metafóricos de emoção radiante.

Faz-me falta esse precioso privilégio e reconheço esse sentimento enquanto continuo deixando meu filho firmar sua independência de diferentes maneiras. Tudo isso está integrado nesta viagem incrível, que dá, preenche, nutre e se firma como um caminho consciente para nossos filhos e filhas.

Para mim, este caminho se expandiu para abarcar quase sete anos de aleitamento materno; uma viagem que me fez entender por que nenhuma dupla merece ser julgada, inclusive se meu filho superou a idade enquanto ainda mamava (mais de uma vez) e que nunca sonhei que se daria. Quando uma viagem como esta termina, tendemos a pensar sobre todas as coisas que tínhamos e que nunca chegaram a passar. Observamos os numerosos obstáculos, ameaças e cargas que nunca sobrecarregaram nossa força, nossa resolução, nossas convicções e nosso compromisso.

Percebo que a amamentação pode não ser muito profunda para cada mãe. Para mim foi transformadora. Mantenho uma carga sobre minhas costas e um objetivo: proteger, animar e defender as duplas de amamentação, desafiadas pela dissonância cognitiva da sociedade, inclusive se meus gestos são muito menos nobres do que imagino.

-----  
Maggie Simonsen, de 51 anos, é um Ser Humano do Planeta Terra, residente nos Grandes Cuernos de Wyoming. Sua vida é complicada. Ela abraça as conexões que são um todo. Persegue toda a vida o aprendizado. É radical, em sociedade com seu filho de 9 anos, suas duas irmãs adultas e seu pai, desenvolve escola em casa. Sua família é unida, e cedo, seu pai e sua mãe se divorciaram, estão comprometidos a continuar sua relação associada, já que têm sido família durante quase duas décadas. *A viagem até uma sociedade mais pacífica e compassivamente articulada começa de dentro.* ~ *maggiorganizingchaos*



## 6. Apoio Que Não Tem Preço, dado a uma Mamãe que Amamenta pela Terceira Vez

Vasumathi Muthuramu, Malásia

**A**mamentei meu filho mais velho (nascido em 2005) durante 27 meses e decidi amamentar meu segundo filho (nascido em 2008) até quando ele quisesse, porque sabia que seria minha última amamentação e não queria passar pela dor de desmamá-lo. Entretanto, nunca pensei que seria até os 6 anos. Sim! Amamentei a meu segundo filho até que ele completou seu 6º aniversário. E me fez falta a amamentação depois disso. De fato, ambos estranhamos e lembro como ele me pedia que o deixasse ficar ao peito por um pouquinho. Porém, na realidade, fizemos um acordo para terminar a amamentação e a criança cumpriu a promessa. No fundo do meu coração me senti triste porque minha viagem de amamentação havia terminado, especialmente quando ajudo a outra mamãe com sua amamentação.

Talvez, essa sensação me tenha feito fértil aos 41 anos, pois engravidei novamente em 2015. Experimentei sentimentos diferentes – feliz e preocupada ao mesmo tempo. Feliz porque ia ter outro bebê e preocupada por passar por todo o processo novamente. Durante a gravidez estive bem, e desta vez tivemos que fazer provas adicionais para assegurarmos de que o bebê estava bem.

O 27 de janeiro de 2016 se tornou uma data muito importante para minha família porque meu segundo filho fez oito anos e foi o dia em que tive o outro bebê, 23 dias antes da data planejada. Suponho que ele queria deixar feliz o aniversário de seu irmão. Incrível! Dois de meus meninos compartilham o mesmo dia de aniversário – 27 de janeiro.

Assim começou minha terceira viagem de amamentação. Como mãe experiente, não tinha nenhuma preocupação sobre o aleitamento materno. Meu único pedido ao ginecologista foi colocar pele a pele meu bebê imediatamente após o parto. Não tive essa opção com meus dois filhos anteriores. Foi maravilhoso quando meu bebê esteve em meus braços logo após o parto e se prendeu ao peito como um profissional. O hospital tem salas limitadas (blocos de quartos) e meu recém-nascido ficou comigo durante mais de duas horas na sala de parto, agarrado a mim. Agarrou-me tão bem nos dedos enquanto o alimentava como se dissesse “*mamãe, tudo ficará bem*”. Estava tranquilo e quieto durante as primeiras duas horas. As lágrimas rolaram por meu rosto. Meu marido me ajudou a sustentá-lo toda vez que eu me sentia cansada e com sono. Então, começaram os procedimentos habituais do hospital; eu em uma sala e meu bebê em outra. À noite ficava comigo. Durante o período de dois dias no hospital, ninguém pôde interromper nossa amamentação. Percebi a fortaleza que me havia convertido! A amamentação foi doce. Suponho que as enfermeiras compreenderam com meus gestos e respostas que eu era uma mamãe lactante “cabeça dura”.

No dia 3, meu bebê foi diagnosticado com icterícia, mas eu não estava preocupada porque sabia que estaria bem com o leite materno. O desafio se deu quando teve uma inflamação e febre no dia 10! Lutei durante 3 dias. Apesar de ter informação sobre como manejar a situação, necessitava de apoio. Felizmente, tinha boas amigas, todas elas conselheiras de pares como eu. Mais tarde percebi que não era apenas a inflamação, mas também eu estava angustiada por ter que cuidar novamente de um bebê – algo que pensei houvesse superado. É claro, ter um bebê é maravilhoso, mas também é difícil a princípio, especialmente depois de 8 anos.

Assim compreendi a importância de um grupo de apoio à mãe. Minhas amigas me deram muito apoio moral. Algumas me deram um ombro para escutar e outro para apoiar. Trouxeram minha comida favorita, me deram boa sustentação de apoio, me ensinaram a embalar meu bebê, me enviaram mensagem de motivação e vinham cada dia para ver como eu estava. Todo este apoio, incluindo o de minha mãe e do meu esposo, me fez sentir muito melhor, física e emocionalmente. Minha mãe esteve comigo durante um mês. Meu marido tirou 10 dias de licença para me ajudar. Sem o apoio deste círculo familiar e de amizades, meu confinamento teria sido difícil.

Agora meu bebê tem 9 meses e toda a família continua derramando sobre ele amor. Seus irmãos são meus grandes ajudantes. A amamentação é muito normal para meus filhos. Enquanto alimento meu bebê em uma mama,

meu filho mais velho coleta leite da outra que está gotejando. Ele diz “*não perca leite, mamãe*”. Quando comecei a dar água ao meu bebê (depois dos 6 meses) meu segundo filho me disse, “*Mamãe, isto está errado. Não deve dar água ao bebê, apenas leite materno*”. Ri e lhe expliquei que era apenas 6 meses de amamentação exclusiva. Sinto que se amamento a este menino, meus outros dois filhos vão ser fortes defensores do aleitamento materno. O segundo irmão sempre está me perguntando quanto tempo vou amamentar ao irmão porque não quer que ninguém quebre seu recorde de amamentação durante 6 anos.

Toda a família está feliz agora com o pequeno Mokshan e espero que sigamos sendo uma família feliz para sempre.

-----  
 Vasumathi é uma trabalhadora doméstica com 3 meninos: Vibhushan (11 anos), Savitthran (8 anos) e Mokshan (9 meses). Ela é de Penang, Malásia e é conselheira certificada de pares. É membro ativa de um grupo local de apoio de Penang - Grupo de Apoio entre Pares Mãe a Mãe (MMPS). E-mail: vasumathimuthuramu@hotmail.com

## 7. O Poder da Experiência de uma Mãe Lactante sobre Outra

### Inthrakala Thivagaran, Malásia

**E**m 2010 fui convidada por minha amiga Vasumathi Muthuramu, para o evento – Amamentação Simultânea, organizado por MMPS (Grupo de Apoio Mãe a Mãe entre Pares). Foi lá que conheci sua “viagem” de aleitamento materno. Surpreendeu-me saber como ela havia perseverado superando altos e baixos para amamentar exclusivamente a seus dois filhos. Perguntei-me por que eu não havia pensado em dar aleitamento materno exclusivo a meus dois filhos. Eu lhes dei alimentação mista desde que nasceram porque pensei que fosse a norma.

Em dezembro de 2014 voltei a ficar grávida. Desta vez decidi que ia amamentar exclusivamente a meu terceiro filho. Comecei a ler sobre aleitamento materno exclusivo. Quanto mais lia, mais decidida ficava! Também prometi a mim mesma que não ia comprar fórmula, de modo que não me renderia facilmente. Ao preencher o formulário de admissão no hospital, me certifiquei de que optara por ‘Pele a Pele’ e ‘Alojamento Conjunto’ para assegurar que minha viagem de amamentação iniciasse tão logo nascesse meu bebê.

Nossa anjinha nasceu em 6 de agosto de 2015. Depois de uma breve limpeza e revisão, a enfermeira colocou-a em meu peito desnudo. Depois, me ajudou a reposicionar sua cabeça perto de meu mamilo e o bebê pegou imediatamente. Foi uma experiência verdadeiramente incrível. Deu umas poucas sugestões antes de adormecer. Esse foi um dos momentos mais memoráveis de minha vida.

Agora Laxshana tem 1 ano de idade e me orgulho de dizer que a amamentei exclusivamente durante 6 meses e que continuo amamentando. Amamento-a em casa e extraio o leite materno no trabalho. Durante este último ano tenho tido minhas baixas, assim como imensa dor quando ela mama, mamilos rachados, inflamação e às vezes baixa produção de leite, porém tenho superado com a ajuda e o apoio de familiares e amigas. Realmente vale a pena o esforço quando vemos Laxshana crescendo mais saudável que seus dois irmãos mais velhos. Eles tiveram múltiplas internações devido a febre, resfriados, etc. Dou graças a Deus por me dar esta oportunidade de amamentar a Laxshana e por saber que nossa bela viagem de amamentação continuará.

-----  
 Inthrakala Thivagaran trabalha como engenheira em uma empresa multinacional em Penang, Malásia. Tem dois filhos: Thieran Thivagaran (10 anos), Hareesh Thivagaran (7 anos) e uma filha: Laxshana Thivagaran (1 ano).

## 8. Nossa Viagem Juntas – Mamãe e Aksheya

### Shamala Devi Ramamoithi, Malásia

**P**assaram-se 21 meses desde que meu pequeno sol iluminou minha vida e que comecei minha viagem como mãe lactante. Nunca pensei que seria o suficientemente forte para enfrentar os altos e baixos para chegar tão longe

já que não tive um bom começo. Pensava que não teria leite durante os primeiros dias porque sentia meus peitos vazios. Inclusive pedi às enfermeiras que alimentassem minha menina com fórmula.

Mas, as enfermeiras me ajudaram a conhecer sobre a oferta e demanda do aleitamento materno. Portanto, como primeiro passo, me desfiz de todos meus pensamentos e vibrações negativas. Foquei minha mente e sintonizei no meu único objetivo... manter-me bem para alimentar meu bebê o mais frequente que pudesse, porque isto criaria o fluxo necessário de leite. As coisas se deram sem problemas, mas apenas por 3 semanas. Senti-me desafiada quando tive febre alta. Preocupei-me quando me hospitalizaram. O que havia saído mal desta vez

Depois, esta maravilhosa médica veio e me explicou sobre a inflamação do peito e por que se deu. Eu estava traumatizada nesse momento, já que me preocupava como passaria minha menina se eu necessitasse tomar medicação. Para minha surpresa, pude amamentá-la enquanto estava tomando antibióticos, já que me deram uns mais seguros.. Depois de exatamente um mês, quando havia terminado minha medicação, comecei a extrair meu leite para acumular uma reserva de leite materno (EBM) a ser utilizada quando regressasse ao trabalho. Agradeço ao meu marido e especialmente a meus sogros que me apoiaram para que minha Sol tivesse EBM quando eu trabalhava fora de casa.

Ainda lembro claramente desses dias quando expliquei a minha sogra como armazenar o EBM e a maneira correta de manipulá-lo. A princípio se mostrou cética, mas acreditava na minha motivação de proporcionar o melhor a minha menina. Isto era mais do que eu poderia pedir. A partir desse momento, minha rotina diária esteve bem organizada. Amamento minha menina quando estou com ela e ordenho quando estou longe, com intervalos específicos. Esta continua sendo minha rotina. Não lembro de nenhum lugar onde não tenha ordenhado meu leite – no escritório, carro, ônibus, trem, aeroporto, Surau (graças a minhas amigas malaia) e uma vez inclusive no banheiro já que não tinha outra opção. Bom, depois de tudo, a vida está cheia de opções e o importante é ter a coragem de escolher a correta. Apesar do medo e preocupação de fracassar, acho mesmo que tenha feito a escolha correta para o bem da minha família, como outras mães que amamentam.

-----  
Shamala Devi Ramamoithi é uma funcionária e mora em Kajang, Malásia.

**Nota Editorial:** *a história anterior foi publicada em New Beginnings (Novos Começos), o Blog on line de famílias lactantes da La Leche League EE.UU. disponível em <http://www.IIIEE.UU..org/breastfeeding-beyond-toddlerhood-why-support-matters/>*

**Nota Editorial:** *Se você amamentou ou está amamentando ou conhece alguém que esteja fazendo isso, por favor, compartilhe a experiência.*

## APOIO PATERNO

*Se você é um pai que apoia a amamentação ou conhece alguém que apoia ou trabalha num grupo de apoio aos pais, por favor, escreva a sua história.*

### 9. Papallaitants®

**Pascal Ghazi, França**

**P**apallaitants® é um projeto familiar criado em 2014. Minha esposa estava capacitando-se para tornar-se uma Líder da LLL e sua paixão pela amamentação era contagiante. Eu também queria ser um Líder da LLL e me apliquei, pensando que como pai tivesse essa mesma oportunidade, mas logo soube que teria que haver “fisicamente” amamentado meu bebê se quisesse ser Líder.

Decidi então, que pelo menos poderia criar um grupo de apoio para escutar aos pais e estar perto quando quisessem desabafar sobre suas vidas como pais e sobre o difícil que é adaptar-se à vida com a chegada de um bebê.



Meu projeto teve êxito na França. Meu grupo de discussão no Facebook tem hoje 110 pais, a maioria deles morando na França, mas alguns são da Bélgica, Suíça e Canadá. No ano passado, começamos a ter reuniões *online* por Skype. Denominamos “papero”, que é um jogo de palavras entre “papá” e “apéro”, o costume francês de tomar um copo antes da cena. Mas não necessariamente bebemos bebidas alcoólicas e pedimos para unir a nós com um refresco ou com suco de frutas, já que o mais importante é estar lá e estar disposto a compartilhar com outros papais e ajudar quando for possível.

Existe um grupo de discussão para pais do idioma inglês, mas não tem tido muito sucesso. Você é bem-vindo a unir-se a nós!

E também se criou um grupo de discussão em espanhol, onde se pode unir os *Papallaitants*® de idioma espanhol.

Que é um *Papallaitant* (*Papalactante*)? É um pai que apoia o aleitamento materno, que apoia sua esposa, entende que seu bebê só pode ter o melhor começo na vida quando se alimenta com leite de sua mãe, e que não vê o aleitamento materno como um obstáculo para o apego com seu bebê. Há tantas outras maneiras de se vincular ao bebê! E é egoísmo por a amamentação longe do bebê para que possamos passar mais tempo com ele. Se amamos nossos bebês, temos que garantir que obtenham o melhor, o melhor quarto, a melhor roupa, os melhores brinquedos e, obviamente, a melhor comida. E nada se pode comparar com o leite materno. Os bebês o necessitam tanto quanto necessitam de ar para respirar. E este mundo necessita bebês mais saudáveis, mães mais felizes e famílias mais pacíficas. O aleitamento materno proporciona os três.

Se você é um *papallaitant* (*papalactante*), seja bem-vindo! ;-)

Grupo de Discussão em Francês: <https://www.facebook.com/groups/DADSONLY/>

Grupo de Discussão em Inglês: <https://www.facebook.com/groups/PapallaitantsUK/>

Grupo de Discussão em Espanhol: <https://www.facebook.com/groups/dadsonlyLATINO/>

Website: [www.papallaitants.fr](http://www.papallaitants.fr)

Facebook página : <https://www.facebook.com/papallaitantsbreastfeedingdads/>

-----  
Pascal Ghazi, St. Cloud, França

**Nota das Editoras:** Seguem experiências de apoio ao Aleitamento materno de papais que são *papallaitants* (*papalactantes*).

## 10. Apoio Motivado e Comprometido com o Aleitamento Materno

Thomas Szulc, França

Meu nome é Thomas, tenho 33 anos e sou cidadão francês. Moro no norte da França e sou o pai de um menino de 17 meses e meio de idade (estou escrevendo este texto em maio de 2016) Tenho sido seu principal cuidador desde que tinha 5 meses e meio de idade.

Com minha parceira, nossa visão de vida se baseia em soluções naturais porque nossas convicções são orientadas pelo respeito à Mãe Natureza.

O aleitamento materno sempre foi nossa óbvia escolha. Tem sido mais para minha esposa, já que temíamos que pudéssemos perder nosso bebê aos 5 meses de gestação. A dúvida foi derrubada por volta dos 7 meses de gestação e desde então minha parceira expressou a necessidade de



amamentar porque queria estabelecer uma forte conexão com nosso filho, e seu instinto maternal estava lhe dizendo que buscasse dentro de si mesma, e assim a decisão foi tomada.

Quanto a mim, estava e estou convencido 200% que o aleitamento materno é e sempre será o único alimento adaptado para alimentar um bebê humano. Além disso, não me via dando mamadeira porque para mim e para o plano estabelecido pela mãe natureza, não é esse meu trabalho. Não acredito que um pai esteja aqui para dar mamadeira ao seu bebê.

Quando nasceu, meu filho não era suficientemente forte para mamar. O aleitamento materno foi então difícil. Durante três semanas depois do parto, eu fui um forte apoio para minha esposa já que nosso projeto de amamentação era algo que eu queria tanto quanto ela, talvez mais. Minha esposa encontrou uma consultora em aleitamento que lhe deu conselhos para obter sucesso com o aleitamento materno e para estabelecer o vínculo mãe-bebê.

Amamentar meu filho começou com ajuda. A parte mais difícil foi durante as noites. Quando nosso bebê acordava, eu o apanhava e minha esposa se preparava para alimentá-lo (usando um instrumento para lhe dar leite materno ordenhado). Quando terminava de alimentar, eu ia até a cozinha para limpar todas as partes do instrumento para que estivesse pronto para a próxima alimentação. Não nos sentíamos bem pela manhã, mas o esgotamento não nos dividiu porque tínhamos a decisão amamentar nosso bebê. Por volta de 3 semanas depois do parto, minha esposa decidiu confiar em si mesma, no nosso filho e seu instinto e deixou de usar o instrumento de ajuda para alimentar. E a magia surgiu: nosso bebê começou a mamar de verdade. Ele logo dormiu uma hora em meu peito e quando despertou, estava faminto. Ficamos muito felizes nesse dia, e principalmente nos tranquilizamos porque nossos esforços haviam sido recompensados.

Pessoalmente estava tão convencido, que inclusive, naqueles momentos difíceis, minha motivação nunca diminuiu. Estava cansado, sim, mas o que importava? O trem da amamentação só passa uma vez. Era importante que me desse por completo, assim não me arrependeria mais tarde, especialmente porque não pensávamos ter mais filhos.

Não sou um grande fã das redes sociais. Prefiro meu jardim e meus gatos. Foi um companheiro que me falou do grupo *Papallaitants - Papalactantes*. Estava um pouco cético a princípio. A ideia de discutir com outros homens *online* não me interessou a princípio. Pensei que se converteria em uma competência sobre nossas capacidades masculinas. Entretanto, encontrei algo diferente no grupo. Encontrei pais que eram simpáticos um com o outro, que queriam intercambiar sem julgar uns aos outros, e estava, felizmente, surpreso de que tal coisa fosse possível nos dias de hoje. Com ou sem o grupo de discussão, realmente não mudaria muito, mas para mim é um fato e sinto que pertencço a este grupo de pais que tem experimentado coisas similares às minhas, e entendo o que um pai e sua família podem passar quando escolhem tomar a Via Láctea.

-----  
Thomas, de 34 anos, vive em um pequeno vilarejo no norte da França entre Lille e Valenciennes, no coração de um bosque. Trabalhou durante vários anos como engenheiro elétrico em Paris. Desde então, trocou sua carreira para trabalhar na agricultura orgânica, para criar uma comunidade autossuficiente onde possa viver com sua família.

## 11. Aprendendo a Ser um Pai Lactante

Matthieu Pluinage, França

Meu nome é Matthieu. Tenho 33 anos e conheci minha (futura) esposa “somente” há 3 anos. Havíamos tido relacionamentos que não funcionaram, não tínhamos filhos, apesar do profundo desejo de sermos pais. É importante dizer que depois de nosso primeiro encontro, não passou muito tempo para falarmos de ter um bebê. Foi tão rápido que inclusive ela se deu um pouco de tempo “para ver”: quatro meses.

Durante estes quatro meses, tivemos uma discussão uma noite. Estávamos falando de crianças em geral e mencionei algo sobre preparar e dar mamadeira. Parecia-me óbvio que isto ocorreria, mas lembro da expressão dela quando disse, “Gostaria de amamentar se você fica bem com isso”. Disse em voz baixa, porém com determinação. Tive um sentimento que imagino que muitos futuros pais têm: se eu não fosse capaz de alimentar meu filho não seria capaz de criar um vínculo com ele; me deixariam de lado. Mas, felizmente, isso só durou uns segundos e começamos a conversar, e ela me explicou que a paternidade não se trata de dar mamadeiras.

Ela tinha participado como observadora de um fórum de mães pela Internet, e eu sabia que ela conhecia muito sobre o tema. Confiava nela sem fazer muitas perguntas

Entre esse ocorrido e o nascimento do meu filho, conversamos frequentemente sobre amamentação. O que realmente é, seu alcance, suas possíveis dificuldades, prejuízos e ideias preconcebidas (como a que tive em nossa primeira discussão). E li muitos artigos sobre o tema que ela me deu ou que encontrei.

Além disso, ela se preparou para a chegada do bebê, tanto material como psicologicamente. E percebi que a alimentação de um bebê é importante, mas é evidente que não é a única coisa para se fazer! Se a amamentação continua sendo um tema materno, ainda existem muitas coisas para o papai! Meu papel no centro de tudo seria principalmente de apoio para minha esposa. Depois do parto, seria lógico ela ter raciocínios confusos; seria responsável por um pequeno ser humano. Entretanto, não estaria só, haveria mais pessoas a seu redor, com conselhos em todas as direções, sobre tudo, e qualquer coisa relacionada com o bebê. Tranquilizá-la, lhe ajudar a tomar decisões corretas, reconhecer o que não está bem (e não sentir culpa!) era meu papel.

Cedo em sua vida, meu filho necessitou ter contato ou estava realmente faminto (era um menino grande, que necessitava comer!). Alguns dias ele mamava até 20 vezes! E quando isto ocorre entre avós, surgem muitas interrogações. Nestes momentos, manter a unidade como casal é a chave, porque ainda não confiávamos o suficiente em nós como pais. Sejam honestos, há muita coisa prática com a amamentação. Mas, não há complicações maiores do que com as mamadeiras, fórmulas, temperatura, etc. O primeiro que dormia as noites... era eu! Não precisava me levantar a noite porque ele mamava + co-dormia + uma fralda do tamanho correto para a garantia de dormir durante a noite! Eu só dei duas vezes mamadeira (de leite materno, claro), tentei mil vezes trocar a roupa do bebê! E esses são sempre momentos que nos fazem rir! A “mamadeira” de meu filho se limpa por si mesmo, tenho um trabalho, às vezes, de lavar os pratos, dirigir o carro, e assim sucessivamente; é tão conveniente =)

Hoje meu filho tem 11 meses, ainda está mamando, começou a comer sólidos, tem 8 dentes, e tudo está bem. Quando Loulou (seu apelido) nasceu, investimos no aleitamento materno, (com humor, porque é assim que funciona melhor), para defendê-lo e mantê-lo enquanto ele e sua mãe fossem felizes. E eu me tornei um forte defensor do aleitamento materno, às vezes, inclusive mais que minha esposa!

*Papallaitants® (Papalactantes)* é uma iniciativa muito boa. Minha esposa descobriu através de um grupo de Facebook dedicado às mães que ordenham seu próprio leite e de mães que não tiveram sucesso de amamentar



diretamente do peito. Estava com ciúmes desta pequena comunidade que minha esposa tinha, e logo soubemos sobre o projeto *Papallaitants*®. Frequentemente se diz “*Papai se alimenta e cuida da mamãe, mamãe se alimenta e se preocupa com o bebê*”. Isto não é completamente equivocado, mas, às vezes, papai necessita de apoio também, e mais ainda que minha esposa. *Papallaitants*® é um grupo em que um pode compartilhar as emoções de forma pacífica – sejam positivas ou negativas – com alguém externo, mas sempre com uma perspectiva amável. Há todo tipo de pai no grupo: jovens, velhos, com mensagens de alívio, súplicas de apoio, confidências, mas sempre em um ambiente seguro onde não há julgamento e tudo se dá “entre nós”. Isso é muito significativo e reconfortante. Com os conselhos e testemunhos que leio, me sinto (penso!) como um pai que confia em si mesmo.

-----  
 Matthieu Pluvillage é um engenheiro de 33 anos. Nasceu nos arredores de Paris em uma família de 4 irmãos. Sempre havia desejado filhos próprios e não podia imaginar a vida sem eles. Queria ir mais além da zona de Paris (onde nasceu) e assim foi quando se mudou para Rouen para obter seu título e um posto de trabalho. Também aí conheceu a mulher que se tornou a mãe de seu bebê e que logo se tornou sua esposa.

## 12. A História de Greg: Breastfeeding Today – Aleitamento Materno Hoje

Meu nome é Greg (de Montélimar, França). Tenho 35 anos e sou o pai sortudo de três filhos maravilhosos, e o padrasto de um quarto que é na realidade o primeiro. Entenderam? Meu enteado, Melvil, é um rapaz de 18 anos, cuja vida tem compartilhado desde que tinha 18 meses de idade. Nossos outros três filhos são Alisée (15), Loane (10) e Alois (22 meses). Minha história com aleitamento materno nem sempre tem sido direta, mas acho que também mostra que nada está escrito em pedra. Leia a história completa da experiência de Greg em Breastfeeding Today, <http://breastfeedingtoday-llli.org/gregs-story/>

## ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO – Novas Direções

Muitas pessoas em todo o mundo estão trabalhando fielmente e com dedicação para apoiar as mães em suas experiências de amamentação. Em Novas Direções gostaríamos de homenagear MUITAS ativistas. Envie, por favor, 3-5 frases (75 palavras ou menos) sobre a pessoa que você acha que deveria ser reconhecida por promover, proteger e apoiar o aleitamento materno. Artigos mais longos também são bem-vindos.

## 13. Aleitamento Materno: a perspectiva de um homem – a história passada James Akre, Genebra, Suíça

Um dia, a caçula de meus três filhos adultos – e mãe de dois de meus seis netos – me chamou Metaphor Man (homem metafórico). Não lembro o que estávamos discutindo, mas deveria ser sobre aleitamento materno. Sabia o quanto comprometido eu estava com o tema e como era aficionado às metáforas para entabular o assunto com alguém, e com outras pessoas que ainda desconheciam o tema.

Meu objetivo é duplo: mostrar como podemos usar imagens cotidianas para ver o leite materno e a amamentação a partir de uma nova perspectiva, enquanto ajudamos a que sejam percebidas de maneira que nunca imaginaram. Por exemplo: “*Fala*” nossa “*língua materna*” universal chamada amamentação?

Independentemente da geografia e da cultura, o leite materno é nosso único alimento comum. De fato, é o vínculo alimentício e, além disso, nutre – de maneira horizontal, com todo o resto de nossa família humana na Terra, e verticalmente com todos que tem nascido antes de nós e com todos que virão depois.

Durante muito tempo quis preparar um experimento na primeira pessoa que resumisse minha posição pessoal sobre a saúde pública e o aleitamento materno, mas esta ideia tem evoluído durante quase cinco décadas. Estava decidido a evitar um enfoque acadêmico que necessita de prova, preferindo mais centrar-me no que considere óbvio. Depois de tudo, não precisamos provar que a água está molhada ou que o fogo está quente.

Mas, logo revisei minha estratégia um pouco. Enquanto compartilhava minha prosa, a corrente de informação especialmente relevante continuou, sem cessar, lá, para dar a conhecer fluidamente através da Internet. Não incluir esta via, concluí, seria francamente irresponsável. Outros estiveram de acordo comigo. Espero que desfrutem também de sua leitura.

Aleitamento Materno: A perspectiva de um homem, está disponível em:

Inglês [http://www.huffingtonpost.com/entry/breastfeeding-one-mans-perspective\\_us\\_57343d70e4b0ed0ca07a7cb3](http://www.huffingtonpost.com/entry/breastfeeding-one-mans-perspective_us_57343d70e4b0ed0ca07a7cb3)

Francês [http://quebec.huffingtonpost.ca/james-akre-/allaitement-un-homme-en-parle\\_b\\_10115386.html](http://quebec.huffingtonpost.ca/james-akre-/allaitement-un-homme-en-parle_b_10115386.html)

Espanhol <http://www.cafelaleche.fr/lactancia-desde-el-punto-de-vista-de-un-hombre/> [http://elpais.com/elpais/2016/08/04/mamas\\_papas/1470343436\\_078930.html](http://elpais.com/elpais/2016/08/04/mamas_papas/1470343436_078930.html)

Alemão [http://www.huffingtonpost.de/james-akre-/stillen-saeuglinge-ernaehrung\\_b\\_10113032.html](http://www.huffingtonpost.de/james-akre-/stillen-saeuglinge-ernaehrung_b_10113032.html)

James Akre é escritor, revisor e comentarista independente, que lida com a dimensão sociocultural da norma universal para nutrir e alimentar a criança, e os caminhos para fazer com que o aleitamento materno e a alimentação com leite humano sejam comuns e normais, novamente, em todas as partes. Sua carreira internacional de saúde pública e desenvolvimento humano já vai a cinco décadas, incluindo um total combinados de 30 anos com a Oficina Internacional do Trabalho, o Fundo das Nações Unidas para a Infância e a Organização Mundial de Saúde; e sete anos para promover o desenvolvimento rural e a saúde pública na Turquia, Camarões e Haiti. É membro do conselho editorial e revisor do International Breastfeeding Journal. Também é revisor para as revistas Pediatria e Nutrição Materna-Infantil, e para o Conselho Dinamarquês de Investigação Independente. É membro do Comitê Assessor Científico da La Leche League da França e ex-diretor (2004-2010) da Junta Internacional de Examinadores de Consultores de Aleitamento (IBLCE).

E-mail: akrej@yahoo.com

**Nota Editorial:** Gostaríamos também de parabenizar a quem indiretamente apoia a amamentação, mediante a defesa da mesma! Muito obrigada!

## NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO

### 14. Aleitamento Materno e resultados do crescimento infantil no contexto de aconselhamento intensivo de pares em duas comunidades de Bangladesh

Rukhsana Haider e Kuntal Kumar Saha

**Antecedentes:** O aleitamento materno exclusivo e o crescimento variável durante a infância segue sendo desafios em Bangladesh. A Fundação de Capacitação e Assistência para a Saúde e Nutrição tem trabalhado para superar esta brecha através de conselheiras comunitárias de pares, desde o ano de 2000. Neste artigo avaliamos o progresso do programa, particularmente a respeito ao início precoce do aleitamento materno e o aleitamento materno exclusivo para peso normal ao nascer, assim como para bebês de baixo peso ao nascer (LBW).

**Método:** O programa de conselheiras de pares continua nas zonas rurais e urbanas de Bangladesh, mas apenas os dados recolhidos entre janeiro de 2013 e junho de 2015 se apresentam neste estudo descritivo. O aconselhamento intensivo sobre aleitamento materno foi oferecido às mulheres durante o terceiro trimestre de gestação e 6 meses depois do parto, por parte de conselheiras de pares bem treinadas. Elas registraram dados sobre o peso ao nascer dos bebês, as práticas de alimentação e o peso corporal mensalmente e ingressaram os dados na base de dados. As medidas de peso se tornaram pontuações Z de peso por idade (WAZ) e os padrões de crescimento se avaliaram comparando o peso corporal alcançado com os Padrões de Crescimento Infantil da Organização Mundial da Saúde (OMS) 2006.



**Resultados:** Um total de 994 crianças nasceu durante o período de estudo; 94% tiveram peso normal ao nascer e 6% baixo peso ao nascer (<2,5 kg). Os 94% das mães que receberam aconselhamento em ambos os grupos informaram sobre o início do aleitamento materno durante a primeira hora de nascimento. A prevalência de aleitamento materno exclusivo aos 6 meses foi de 94% em recém-nascidos com peso normal e de 92% em lactentes com baixo peso ao nascer, e o peso corporal médio foi de  $7,5 \pm 0,8$  kg y  $6,6 \pm 0,7$  kg, respectivamente. Durante estes 6 meses não se produziu um debilitamento do crescimento nestes lactente. As taxas de baixo peso em bebês com peso normal ao nascer permaneceram similares (2,2% a 1 mês e 2,5% aos 6 meses), enquanto que as taxas de insuficiência ponderal em crianças BPN diminuíram de 42,1% em 1 mês a 21,1% aos 6 meses.

**Conclusões:** No contexto de um programa bem estruturado e sob as circunstâncias descritas, parece provável que o aconselhamento comunitário de pares bem treinadas e supervisionadas pode ajudar a estimular e ajudar às mães – com bebês tanto de peso normal ao nascer como de baixo peso ao nascer – a iniciar o aleitamento durante a primeira hora e a continuar o aleitamento materno exclusivo até aos 6 meses de idade. Nossos dados sugerem que também pode ter contribuído para a prevenção do crescimento variável nestas crianças.

-----  
Rukhsana Haider é Fundadora e Presidente da Fundação de Formação e Assistência para a Saúde e Nutrição (TAHN), Dhaka, Bangladesh. Kuntal Kumar Saha é Oficial Técnica do Departamento de Nutrição para a Saúde e o Desenvolvimento, Organização Mundial da Saúde, Genebra, Suíça.

Para o artigo completo veja: <http://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13006-016-0077-6>

## 15. Aleitamento Materno: A Ilusão da Escolha

Lauren M. Dinour, Yeon K. Bai, EE.UU

**Antecedentes:** O aleitamento materno é frequentemente descrito como uma decisão da mulher, mas esta opção pode ser ilusória dado ao sub-ótimo apoio social e estrutural. Apesar da aprovação da Lei de Proteção ao Paciente e Assistência Acessível (2010) que requer que todos os empregadores formais proporcionem às mães um tempo de descanso “razoável” e um espaço privado que não seja um banheiro para ordenhar o leite materno, a maioria das mulheres nos Estados Unidos ainda não tem acesso a estes requerimentos.

**O Problema:** Ao menos três questões podem influir na implementação sub-ótima nos locais de trabalhos: 1) a lei federal não aborda a funcionalidade e a acessibilidade do espaço para o aleitamento materno, 2) a lei federal só protege a um subconjunto de empregadas, e 3) a aplicação da lei federal requer que as mulheres apresentem uma petição no Departamento de Trabalho dos Estados Unidos.

**Recomendações:** Para abordar cada uma dessas questões, recomendamos as seguintes modificações na lei atual: 1) requisitos adicionais relacionados com o espaço e sua funcionalidade para o aleitamento materno, 2) a cobertura obrigatória de todas as empregadas, e 3) o requisito de que os empregadores desenvolvem políticas específicas de aleitamento materno.

**Conclusões:** Se o objetivo é dar as mulheres uma opção real de continuar com o aleitamento materno após voltar ao trabalho, devemos proporcionar-lhes o apoio social e estrutural adequado que permitam uma decisão verdadeiramente pessoal. Nenhuma mãe deveria ter que escolher entre amamentar seu filho e ganhar um salário.

-----  
Lauren M. Dinour, DrPH, RD, Yeon K. Bai, PhD, RD Departamento de Nutrição e Estudos Alimentícios, Montclair State University, Montclair, New Jersey

Abstrato – <http://dx.doi.org/10.1016/j.whi.2016.06.002>

Artigo completo – [http://www.whiournal.com/article/S1049-3867\(16\)30058-5/pdf](http://www.whiournal.com/article/S1049-3867(16)30058-5/pdf)

## 16. Diferenças Raciais e Étnicas sobre Aleitamento Materno

Chelsea O. McKinney, Jennifer Hahn-Holbrook, P. Lindsay Chase-Lansdale, Sharon L. Ramey, Julie Krohn, Maxine Reed-Vance, Tonse N.K. Raju, Madeleine U. Shalowitz, em nome da Rede de Investigação de Saúde Infantil

**Objetivos:** As taxas de aleitamento diferem entre os grupos raciais/étnicos nos Estados Unidos. Nosso objetivo foi comprovar se as disparidades raciais/étnicas nas características demográficas, o uso no hospital de fórmulas infantis e a história familiar de aleitamento materno divergiam nas diferenças raciais/étnicas nos resultados do aleitamento materno.

**Métodos:** Foram analisados os dados do estudo da Rede de Saúde da Comunidade e da Criança (N=1636). A iniciação do aleitamento materno, a intenção pós-natal de amamentar e a duração do aleitamento materno foram avaliadas depois do parto. Utilizou-se o modelo linear hierárquico para estimar as probabilidades relativas de iniciação do aleitamento materno, intenção pós-natal e duração entre os grupos raciais/étnicos e para provar as variáveis de idade materna, ingresso, composição da casa, emprego, estado civil, depressão pós-parto, parto prematuro, crença de que “a amamentação é o melhor”, história familiar de aleitamento materno, introdução de fórmula no hospital e participação em WIC.

**Resultados:** As mães hispânicas de fala hispânica foram as mais propensas a iniciar (91%), intenção (92%) e manter (duração média, 17,1 semanas) o aleitamento materno, seguidas pelas mães hispânicas de fala inglesa (iniciação 90%, intenção 88%; duração média, 10,4 semanas) e as mães brancas (iniciação 78%, intenção 77%, duração média, 16,5 semanas); as mães negras foram as que tiveram menos probabilidades de iniciar (61%), intenção (57%), e manter o aleitamento materno (duração média, 6,4 semanas). As variáveis demográficas mediaram totalmente as disparidades entre as mães negras e as mães brancas na intenção e na iniciação, enquanto que as características demográficas e a fórmula intra-hospitalar mediaram completamente a duração do aleitamento materno. A história familiar de aleitamento materno e as características demográficas ajudaram a explicar as maiores taxas de aleitamento em mães hispânicas em relação às mães brancas e negras.

**Conclusões:** Os hospitais e os responsáveis da formulação de políticas devem limitar a alimentação artificial no hospital e considerar a história familiar de aleitamento materno e as características demográficas para reduzir as disparidades raciais/étnicas que influem no aleitamento materno.

-----  
O resumo anterior pode se ver em: <http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2016/07/11/peds.2015-2388>

## 17. Mães Trabalhadoras Lactantes Amamentam Uniformizadas em Fotos Surpreendentes

Fotógrafa Tara Ruby

A fotógrafa Tara Ruby mostra mamãs que amamentam. Sua mais recente série de fotos apresenta mães que alimentam seus bebês em seus uniformes de trabalho, que vão desde trajes militares até trajes completos de showgirl de Las Vegas.

[http://www.huffingtonpost.com/entry/working-moms-breastfeed-in-uniform-in-stunning-photos\\_us\\_57156018e4b0018f9cbae4ed](http://www.huffingtonpost.com/entry/working-moms-breastfeed-in-uniform-in-stunning-photos_us_57156018e4b0018f9cbae4ed)

Ruby, mãe de três filhos/as de El Paso, disse para The Huffington Post que a serie foi inspirada no sucesso de sua foto com 10 mamães militares amamentando.

[http://www.huffingtonpost.com/entry/soldiers-breastfeeding-photo\\_us\\_55f680ebe4b042295e36b3ca](http://www.huffingtonpost.com/entry/soldiers-breastfeeding-photo_us_55f680ebe4b042295e36b3ca)

## RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

### 18. Novos Livros de Playpus Media

Hannah Thelen



#### i. Novo Livro Bilingue sobre Criança Prematura Promove o Aleitamento Materno e a Família

**N**urtured and Nuzzled: Criados e Acariciados é o livro infantil mais recente de Platypus Media. Lançado em março, este encantador livro é um recurso de aleitamento materno para toda a família. Com impressionantes ilustrações coloridas de famílias animais e humanas e textos atrativos, tanto em inglês como em espanhol, este livro ilustra o aleitamento materno, o apego e a criança. É uma leitura perfeita para a hora de aconchegar-se para dormir.

*Nurtured and Nuzzled: Criados e Acariciados* promove um lar sadio, amoroso e de aleitamento, enquanto serve como catalizador para que os pais e mães ensinem a suas crianças sobre a natureza, os animais e a vida de família. O extenso Guia do Mestre, está disponível para baixar gratuitamente em inglês e espanhol e oferece atividades divertidas para ampliar e expandir o conteúdo, incluindo uma seção sobre educação de aleitamento materno.

Relatores, tanto em inglês como em espanhol podem usar este livro para promover a aprendizagem bilingue. Os programas de duplo idioma, crescentes em muitos países, dependem de recursos como este. Os arquivos de áudio na página da web do editor oferecem a narração em inglês e espanhol, junto com guias de pronúncia.

Comunique-se com [Dia@PlatypusMedia.com](mailto:Dia@PlatypusMedia.com) para obter mais informação ou visite as seguintes páginas web:  
Platypus Media Sitio Web: <https://www.platypusmedia.com>

*Nurtured and Nuzzled Criados e Acariciados*: <https://www.platypusmedia.com/NurturedandNuzzled>

#### ii. Novo Livro de Colorir Ajuda às Famílias com Crianças Internadas na UNCI

**B**em a tempo para o Mês da Consciência sobre Prematuridade – novembro – Rich e Creamy for Our Premie (Rico e Cremoso para nosso Premie) faz sua apresentação. Este doce livro para colorir, disponível em inglês e espanhol, explica às crianças o papel do leite humano e dos bancos de leite na Unidade Neonatal de Cuidados Intensivos (UNCI). Desenhado para famílias com bebês na UNCI, este livro para colorir ajuda aos irmãos maiores e de idade pré-escolar a entender como a UNCI usa o leite materno doado para ajudar a bebês prematuros, pequenos ou enfermos a crescer grandes e fortes. Rico e Cremoso para nosso Premie: <https://PlatypusMedia.com/RichandCreamy>



Para mais informação, envie um e-mail para [Hannah@PlatypusMedia.com](mailto:Hannah@PlatypusMedia.com)

## CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO

**P**or favor, mande-nos relatos especiais da amamentação de seus filhos: O que eles disseram ou fizeram durante a amamentação, ou o que você sentiu quando suas crianças mamavam, as ações que fizeram para promover a amamentação, ou mesmo algo que você lê relacionado com crianças e amamentação.

### 19. Amor

Alice Ziring, EE.UU

**M**eu filho e seus filhos estavam aqui no sábado. Quando se foram, meu neto de 3 anos veio (sem que eu o esperasse), me deu um grande abraço e disse: "Te amo, vovó! Você é a melhor avó que conheço!" "Sorri ...Alice

### 20. As Crianças São Incríveis

Theresa Kinzly, EE.UU

- Um dia, quando nossa neta tinha uns três anos, estávamos cuidando dela enquanto nossa filha e nosso genro trabalhavam. Estávamos advertindo-a o dia todo que tínhamos que voltar para casa assim que sua mãe chegasse. Quando chegou o momento, meu marido disse: "Hannah, vovó e vovô vão embora agora". Hannah olhou para sua mãe e lhe disse: - Mas eu quero muito! (querro = amo).
- A amiga de minha filha, Jennifer, ainda está amamentando seu filho Jonathan de quatro anos enquanto ele permanece dormindo, mas raramente durante o dia. No princípio deste verão, Jennifer lhe explicou que o papai ia deitar-se com ele na hora de dormir. No dia seguinte, Jennifer se surpreendeu dos inchaços que tinha no peito e disse a Jonathan que tinha que amamentá-lo para que a mãe se sentisse melhor, Jonathan riu e disse: "É meu dia de SORTE".

Theresa Kinzly

Peachtree City, Geórgia, EE.UU

### 21. Momentos Especiais de Grayson

Melissa Vickers, EE.UU

**T**enho ouvido que as crianças pequenas lembram-se de tudo e não desenvolvem um filtro de memória até que tenham dois ou três anos de idade. Evidência disso é uma visita recente de nosso neto de três anos, Grayson. Seu passatempo favorito é o lugar que o avô o leva para ver os tratores do Grande-Vovô. Nesta visita, Grayson perguntou ao avô: "Lembra quando eu era um menino e me sentei neste grande trator?"

Um pouco mais tarde, eu estava embalando a Oliver, o irmão de três meses de Grayson. Grayson sorriu e disse: "Lembro-me quando você costumava me embalar quando eu era bebê!"

Não importa o quanto se lembre ou a distância de suas lembranças. Ele lembra e comenta épocas especiais de sua vida. Alegro-me que o aleitamento materno seja uma dessas lembranças duradouras, meigas e imprecisas, talvez não com imagens específicas, mas sim como a sensação de que tudo está bem no mundo. Que presente damos a nossos filhos mediante um ato tão amoroso!



Grayson Graf no Grande Trator Azul.



Grayson Graf en el Gran Tractor Azul.

## AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

**S**e você é Avó, Avô ou uma pessoa de mais idade, por favor, conte suas histórias de como apoiaram mães e bebês. Você pode também contar como recebeu apoio de suas av@s ou de uma pessoa de mais idade.

### 22. Apoiando Minha Filha a Amamentar Sua Filha

Radha Holla Bhar, Índia

**M**inha filha, de 33 anos, teve um bebê por parto cesariano. Esperava-se que meu irmão, neonatologista, estivesse presente para assegurar a iniciação oportuna do aleitamento materno, mas, infelizmente, teve o vírus H1N1 e não pode assistir a cirurgia. Assim que o bebê foi levado à sala, sem minha permissão ou a permissão do pai, deram-lhe uma mamadeira. Com um monte de argumentos e pressão do pessoal, depois de três horas, engendramos uma maneira para que chegasse o bebê ao quarto de minha filha. Pus o bebê junto a ela na cama, contra os desejos do pessoal do hospital e coloquei sua boca no mamilo de minha filha. Por volta de 15 minutos, o bebê já havia pegado a aréola e estava mamando. Assegurei-me de colocá-lo para deitar com sua mãe, pele a pele, mesmo que isto significasse várias batalhas com o pessoal médico. Toda vez que o bebê se despertava, mamava um pouquinho. As enfermeiras e médicos tentaram lhe dar outros alimentos, mas eu não permitia já que o bebê tinha urinado suficiente. Isto durou três dias, depois foi dada alta a minha filha.

A verdadeira luta por apoiar minha filha começou quando teve que voltar a trabalhar, três meses depois. Ainda que o pai do bebê e eu cuidássemos de todas as necessidades do bebê (afora o aleitamento materno), e fazíamos todas as tarefas domésticas, era difícil manter o aleitamento exclusivo. Minha filha provou várias marcas de extratores de leite, mas eram todas incômodas. Finalmente encontrou uma que era menos dolorosa. A princípio, extraía-se pouco leite, por que extraia apenas por umas poucas horas todos os dias. Mais tarde, à medida que a quantidade de leite melhorou, tive que começar a extrair mais horas, o que também significou que o tempo de viagem aumentou devido ao tráfego nas horas de pico. Viajar por uma via levava mais de 20 minutos e frequentemente mais de uma hora e meia. O bebê necessitava ser alimentado com leite extraído várias vezes durante o dia.

Extrair leite no local de trabalho era embaraçoso para minha filha, já que não havia nenhum lugar com ar condicionado, toailete... e ela tinha que se sentar no tamborete e extrair seu leite. Tudo era muito anti-higiênico e o banheiro estava normalmente sujo. Além disso, sendo o único toailete para um total de 60 pessoas, era muita demanda e havia ressentimento porque ela bloqueava por pelo menos meia hora, duas vezes ao dia. Isto lhe causou muita pressão emocional, e pouco a pouco, no quarto mês, ela não podia mais extrair seu leite no trabalho. Ainda sugeri que procurasse uma conselheira em aleitamento. Ela sentia que enquanto a situação no trabalho não mudasse, não se podia fazer muito. O bebê continuava mamando pela manhã e durante toda a noite quando queria. Mas, mesmo que durante o dia lhe déssemos leite extraído pela manhã, não era suficiente e necessitava de pelo menos dois alimentos fortes durante o dia. Pareceu-me muito difícil e consumia muito tempo alimentar o bebê com xícara ou colher, e logo recorremos a mamadeira. Eu estava preocupada pela possibilidade de confusão de bico, mas isso não ocorreu.

Em meados do quinto mês, o bebê já se sentava com apoio, seguia-nos durante nossas refeições e fazendo manobras para pegar os alimentos. Isto parecia sinal de que estava pronto para semissólidos. Ainda que se recomende aleitamento materno durante seis meses, lhe demos alguns alimentos suplementares. Ao final do quinto mês então, provou os semissólidos. Parecia desfrutá-los a fundo e descobri que seu consumo de leite materno também aumentava, isto é, se alimentava durante períodos maiores quando estava na mama. Ao sexto mês, junto com o leite materno, estava consumindo papinha de arroz e gema de ovo cozido.

Continuou mamando durante um ano, depois do qual se autodesmamou.

Minha filha está emigrando e planeja ter um segundo bebê pouco depois de estabelecer-se. Está decidida a que desta vez dará aleitamento materno exclusivo durante seis meses e continuará amamentando durante pelo menos dois anos. Graças à natureza, ela o fará.

-----  
Radha Holla Bhar, Índia

## ALEITAMENTO MATERNO, HIV e AIDS

---

### 23. A Terapia para mães lactantes HIV pode eventualmente eliminar a transmissão do vírus

**P**ara as mães com HIV cujo sistema imunológico está em bom estado de saúde, tomar uma rotina de três fármacos antirretrovirais durante a amamentação, essencialmente elimina a transmissão do HIV pelo leite materno para seus bebês, segundo os resultados de um grande ensaio clínico realizado na África Subsaariana e na Índia.

Para o artigo completo, por favor veja:

<https://www.nih.gov/news-events/news-releases/hiv-therapy-breastfeeding-mothers-can-virtually-eliminate-transmission-babies>

## SITES E ANÚNCIOS

---

### 24. Visite estes sites

**A**s taxas de aleitamento materno continuam aumentando nos E.U.A.  
<http://www.cdc.gov/breastfeeding/data/breastfeeding-report-card-2016.html>  
Os dados mostram que enquanto as taxas de aleitamento materno continuam aumentando, muitas mães não estão cumprindo as recomendações de aleitamento materno exclusivo e continuado. As taxas mais baixas de aleitamento materno continuado sugerem que muitas mães podem carecer de apoio para o aleitamento materno. Ajudar as mães a alcançar suas metas de aleitamento materno pode melhorar mediante o apoio ativo de suas famílias, amigas, comunidades, clínicas, líderes de atenção a saúde, empregadores e políticos.

Este é um fragmento editado de *"I Contain Multitudes: The Microbes Within Us and a Grand View of Life,"* - Contendo Multi-actitudes: Os Micróbios Dentro de Nós e uma Visão Mais Elevada da Vida- que será publicado em 9 de agosto por Ecco, uma imprensa de HarperCollins Publishers

<http://www.newyorker.com/tech/elements/breast-feeding-the-microbiome> por Ed Yong

<http://www.env-health.org/news/members-news/article/ibfan-report-on-carbon-footprint?platform=hootsuite>

<http://ibfan.org/docs/Carbon-Footprints-Due-to-Milk-Formula.pdf>

Ngozi Doreen D. Tibbs trabalha transformando o que havia sido uma baixa taxa de aleitamento materno entre as mulheres afroamericanas com um movimento que implica orgulho, sentido da história e comunidade e, sobretudo, uma vida sadia. Ela é uma co-fundadora de Pittsburgh Black Breastfeeding Circle, organização sem fins lucrativos.

<http://www.post-gazette.com/news/health/2016/05/10/Breast-feeding-teacher-encourages-African-American-women/stories/201605100006>

Resultados do aleitamento materno e do crescimento infantil no contexto de um apoio intensivo com aconselhamento de pares em duas de Bangladesh por Rukhsana Haider y Kuntal Kumar Saha  
<http://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13006-016-0077-6>

A lei não trata de lidar com o estigma em torno do aleitamento porque amamentar em áreas públicas se considera normal, disse Angela Ngendo da BBC em Nairobi.

Em troca, se trata de obter que as empresas proporcionem um ambiente propício para as mães trabalhadoras, agrega nosso correspondente  
<http://www.bbc.com/news/world-africa-35925118>

<http://aliveandthrive.org/resources/advocacy-briefs-cost-of-not-breastfeeding/>

<http://www.nancymohrbacher.com/articles/2015/8/21/what-does-it-mean-to-use-your-breast-as-a-pacifier>

A fotógrafa Tara Ruby mostra as mães que amamentam em uniformes e no trabalho [http://www.huffingtonpost.com/entry/working-moms-breastfeed-in-uniform-in-stunning-photos\\_us\\_57156018e4b0018f9cbae4ed](http://www.huffingtonpost.com/entry/working-moms-breastfeed-in-uniform-in-stunning-photos_us_57156018e4b0018f9cbae4ed)

Aleitamento durante a gravidez e aleitamento materno em gêmeos: É segura? Estudo recente: Hilary Flower, PhD, EE.UU  
<http://breastfeedingtoday-llli.org/breastfeeding-during-pregnancy-and-tandem-nursing-is-it-safe-recent-research/>

Subscreva-se para Breastfeeding Daily- Notícias, estudos, provas, recursos, conselhos práticos, opiniões sobre como proteger, promover e apoiar o aleitamento materno  
<http://breastfeedingdaily.org/>

Estado Mundial da Infância 2016- Uma Oportunidade Justa para Cada Criança  
[http://www.unicef.org/publications/files/UNICEF\\_SOWC\\_2016.pdf](http://www.unicef.org/publications/files/UNICEF_SOWC_2016.pdf)

Aleitamento: A obsessão perigosa com os intervalos da alimentação infantil  
<https://blogs.unicef.org.uk/2016/08/01/infant-feeding-interval/>

Um novo informe global da UNICEF, “Desde a primeira hora de vida: desenvolver ações para melhorar a alimentação dos lactentes e crianças pequenas em toda parte”, oferece uma atualização do estado global sobre as práticas de alimentação de lactentes e crianças pequenas e oferece recomendações para melhorá-las  
<https://data.unicef.org/resources/first-hour-life-new-report-breastfeeding-practices/>

## 25. Anúncios – Eventos passados e futuros

**1º de setembro – 1º de novembro de 2016:** Conferência de Aleitamento Online, Aleitamento materno: Paixão e biologia; Organizado por iLactation e European Milk Bank Association (EMBA). Para mais informação – <http://www.ilactation.com/>

**11 outubro – 6 dezembro 2016:** GOLD Perinatal Online Conferencia - Educação continuada online para provedores de atenção perinatal da saúde – [www.GOLDPerinatal.com](http://www.GOLDPerinatal.com)

**2–5 Outubro 2016:** WABA Fórum de Sócios, Penang, Malásia

**13–16 Outubro 2016:** 21ª Reunião Internacional Anual da Academia de Medicina de Aleitamento Materno – ABM, Washington DC, EE.UU. A Reunião deste ano contará com a presença da 11ª Conferência Anual de Fundadores por César G. Victora, MD, PhD: “*Estudo sobre Aleitamento Materno em Pelotas, Brasil: Como a Ciência pode Influir na Política Global*”.

**11–14 Dezembro 2016:** 2ª Conferência Mundial sobre Aleitamento Materno, organizada por IBFAN e o governo da África do Sul, com o tema: *Aleitamento Materno, Investir na criação de um entorno propício para as mães e seus bebês*, em Johannesburgo, África do Sul, ver: [www.worldbreastfeedingconference.org/](http://www.worldbreastfeedingconference.org/)

**26 Fevereiro – 11 Março 2017:** Sétimo Curso de Advocacia e Prática de Aleitamento Materno organizado por WABA e o Consórcio de Alimentação Infantil, Penang, Malásia. Ver: <http://waba.org.my/bap/>

**22–24 Março 2017:** Aleitamento Materno e Feminismo, Conferência Internacional 2017, Aleitamento Materno como Justiça Social: de Conversação Crucial para Ação Inspirada, Hotel Sheraton, Chapel Hill, Carolina do Norte, Estados Unidos. Para mais informação, ver: <http://breastfeedingandfeminism.org/>

**22–23 Abril 2017:** 14ª Conferência Anual, Conferência Mundial sobre Saúde e Inovação, Universidade de Yale, New Haven, Connecticut, EE.UU. Ver: <http://www.uniteforsight.org/conference/>

## 26. Recordando

**Audrey Naylor e Miriam Labbok**

### Em Memória de Audrey Naylor, MD, MPH, DrPH, FAAP:WABA e ABM

**W**ABA está profundamente triste pela perda da Dra. Audrey Naylor, mestra pioneira. A Dra. Audrey acreditava que o aleitamento materno é uma “fisiologia sensível”. “Quando não vai bem, e a mãe fica ansiosa, preocupada e cansada, e a fisiologia não funciona bem, em geral, nesses momentos, alguém dá ao bebê uma mamadeira”.

Audrey dedicou sua vida em abordar este desafio da “fisiologia sensível”, e a ajudar às mães a superar a ansiedade, a preocupação e o cansaço que se convertem em obstáculos para o sucesso do aleitamento materno. O mundo tem se tornado um lugar melhor devido ao trabalho e a vida de Audrey Naylor e de muitas pessoas que têm seguido seus passos. Compartilhamos nossa tristeza com quem a conhecia e a amava.



Ler mais em: <http://waba.org.my/dr-audrey-naylor-visionary-physician-and-teacher/>

-----  
A Academia de Medicina de Aleitamento Materno (ABM) informa com tristeza que Audrey J. Naylor, MD, MPH, DrPH, faleceu em 23 de junho de 2016. Ela foi uma das 7 fundadoras originais de ABM em 1993, também servindo na Junta Diretiva e como Presidente 2000-2001. Foi presidente e diretora executiva da Wellstart International em Shelburne, Vermont, EE.UU., e professora clínica no Departamento de Pediatria da Universidade de Vermont, Estados Unidos. A Dra. Naylor trabalhou incansavelmente para promover os benefícios do aleitamento materno em todo o mundo através de seu ativismo, estudo e influentes trabalhos publicados, incluindo *Os Dez Passos para uma Amamentação de Sucesso*.

Briefings in Breastfeeding Medicine, Spotlight, 1º de julho de 2016.



**Miriam Harriet Labbok, MD, MPH, IBCLC... em memória:WABA**

WABA está profundamente entristecida pela perda de Miriam Labbok, membro muito querida da família WABA e veterana do Comitê Diretivo. Miriam faleceu em 13 de agosto de 2016 rodeada de entes queridos. Apesar do mundo do aleitamento materno ter perdido uma defensora apaixonada, mentora e acadêmica, seu trabalho vive através de outros, suas amigas, colegas e seus muitos afilhados em todo o mundo – jovens defensores do aleitamento materno que ela inspirou e ensinou. A paixão de Miriam pela saúde pública e seu compromisso com a saúde materno-infantil tem ajudado a construir comunidades mais saudáveis em todo o mundo.



Ler mais em: <http://waba.org.my/miriam-harriet-labbok-md-mph-ibclc-in-memoriain/>

**INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM**

**27. Informação sobre a Remessa de Artigos e sobre o Próximo Número**

Damos as boas vindas a artigos de interesse para este boletim que versam sobre ações desenvolvidas, trabalhos específicos, pesquisas e projetos desenvolvidos sob diferentes perspectivas, em diversas partes do mundo, e que tenham oferecido apoio às mulheres em seu papel de mães que amamentam. Temos muito interesse em artigos que apoiem a GIMS/Iniciativa de Apoio às Mães de WABA, e aleitamento materno, e que se refiram ao apoio dos pais, das crianças, dos avôs. Os critérios para os artigos dos contribuintes são os seguintes:

- Até, mas não ultrapassando, 250 palavras.
- Nome, Título, Endereço, Telefax, e-mail do autor.
- Organização que representa.
- Breve biografia (5 a 10 linhas).
- Site (se estão disponíveis).

Em caso de ser relevante para compreensão dos temas, favor incluir nomes detalhados dos lugares ou pessoas que sejam mencionados e as datas exatas. Serem remetidos até a data especificada em cada número.

**28. Apoie o aleitamento materno – Contribua com o boletim eletrônico de Apoio às Mães Lactantes**

O primeiro número do boletim do GTAM foi enviado no último trimestre do ano de 2003 e atualmente o boletim está começando seu nono ano consecutivo. Os primeiros 8 números do boletim foram distribuídos em 3 idiomas: inglês, espanhol e francês. A primeira versão em português do boletim surgiu no Volume 3, número 4 no ano de 2005.

O boletim é um meio de comunicação que chega às mães que amamentam, pais, organizações e amigos que compartilham histórias e informação. O boletim ajuda a todos aqueles que trabalham em aleitamento materno, a se sentirem apoiados e apreciados na tarefa que realizam e a melhorar no trabalho de apoio às mães, pais, famílias e comunidades, em aleitamento materno.

Entretanto, nosso Boletim também necessita de apoio. Você pode nos apoiar compartilhando a informação do Boletim com sua família, amigos e colegas.

As opiniões e informações expressas nos artigos deste número não necessariamente refletem os pontos de vista e os direcionamentos das ações da WABA, do Grupo de Trabalho de apoio à mãe e das editoras deste boletim. Para mais informação ou discussão sobre um tópico, favor escreva diretamente aos autores dos artigos.



A Aliança Mundial Pró Aleitamento Materno (WABA) é uma rede global de indivíduos e de organizações que estão relacionadas com a proteção, promoção e apoio do Aleitamento Materno baseados na Declaração de Innocenti, os Dez enlazes para Nutrir o Futuro, e a Estratégia Mundial para a alimentação do lactente e da criança pequena da OMS/UNICEF. Seus principais associados são: Rede de Grupos Pró Alimentação Infantil (IBFAN), La Leche League Internacional (LLL), Associação de Consultores de Aleitamento Materno (ILCA), Wellstart Internacional e Academia de Medicina de Aleitamento Materno (ABM). WABA tem categoria de consultor com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), e como ONG, tem categoria de consultor especial ante o Conselho Econômico e Social das Nações Unidas (ECOSOC).

WABA, PO Box 1200, 10850 Penang, Malásia • Tel: 604-658 4816 • Site: [www.waba.org.my](http://www.waba.org.my)

O novo e-mail, e e-mails da WABA:

- 1) Visão geral: [waba@waba.org.my](mailto:waba@waba.org.my)
- 2) Informação e consulta: [info@waba.org.my](mailto:info@waba.org.my)
- 3) Semana Mundial da Amamentação: [wbw@waba.org.my](mailto:wbw@waba.org.my)

**“Qualquer ação que se faça para que o aleitamento materno possa desenvolver-se de maneira satisfatória no mundo, estará fazendo um grande serviço. Pode parecer algo pequeno, mas realmente soma.”**

*Ted Greiner, EE.UU, citado no Folder de Ação de WABA, Semana Mundial de Aleitamento Materno 2008.*

