

Grupo de Trabalho de Apoio Materno (GTAM)

ALIANÇA MUNDIAL PARA AÇÃO EM ALEITAMENTO MATERNO



Arte sobre Aleitamento Materno
por Jennifer Mourin, Malásia.

Volume 11 Número 2

Boletim semestral em Inglês, Espanhol, Francês e Português.

Outubro 2013

[Http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/portugues.htm](http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/portugues.htm)

Para assinaturas, mande um e-mail para:
gims_gifs@yahoo.com

Coordenadora WABA GTAM: Anne Batterjee (Saudi Arabia)

Coodenadores adjuntos: Pushpa Panadam (Paraguai),
Dr. Prashant Gangal (India)

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

Tradutores: Espanho – Marta Trejos, Costa Rica

Francês – Stéphanie Fischer, França

Português – Pajuçara Marroquim, Brasil

Quando uma mãe beija seu bebê, recolhe amostras dos germes patógenos que estão no rosto do bebê a ponto de serem ingeridos. Os órgãos linfóides secundários da mãe, como as amídalas, e as células b de memória são reestimuladas. Estas células b migram até as mamas da mãe onde se produzem os antibióticos específicos que precisa seu bebê.

– Lauren Sompayrac, autora de How The Immune System Works – Como trabalha o Sistema Imunológico. Citado em **Why Mothers Kiss Their Babies – Por que as Mães Beijam a seus Bebês** de Judie Rall na Revista Birthing Magazine <http://www.birthunlimited.ca/parenting/23-why-mothers-kiss-their-babies.html>

NESTE NÚMERO

GRUPO DE TRABALHO DE APOIO MATERNO COMENTÁRIOS E INFORMAÇÕES

1. Conselheira de Pares; Tema da Semana Mundial de Aleitamento materno 2013: Anne Batterjee, Co-coordenadora GTAM de WABA
2. Atualização GTAM

APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

3. Vinte e três Conselheiras de Pares Ajudam às Mães a Amamentar: Lamah Bakar, Malásia
4. Um Pequeno Passo Adiante para Etiópia, um Grande Passo adiante para Duas Mães Jovens: Judy Norman, Etiópia
5. A Arte da Conselheira de Pares: Yang Jin e Guo Yan, China
6. Atividades de Apoio às Mães por BPNI Maharashtra: Prashant Gangal, Índia

7. Experiências do Brasil: Os Bancos de Leite Humano Promovem e Apoiam o Aleitamento Materno

- Aracaju, Sergipem (SE): Helia Karla Brandão dos Santos Agapito
- Bauru, São Paulo: Maria Nereida Panichi
- Manaus, Amazonas (AM): Maria Gracimar Oliveira Fecury da Gama

APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

8. Amamentar foi Mais Fácil a segunda Vez: Dunia Guerrero, Peru
9. Quanto Tempo Amamentar?: Teresa Heredia – Stepper, EEUU

APOIO PATERNO

10. Experimentando a Amamentação de Minha Perspectiva: Stanley Ong, Filipinas
11. Um Tributo a Mohd Nizam b. Mohd Yunus, Pai de meus 4 Filhos: Ning Desiyanti Soehartojo, Malásia
12. O Aleitamento Materno Tatuado em meu Coração: Miguel Antônio Quebral, Filipinas

ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO Novas Direções

13. O Dr. Carlos Beccar Varela, um Revolucionário na Criança de Peito: Marcela Jurquiza, Argentina

NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO

14. Fábulas de Aleitamento Materno na Web: Ivy Makelin, China
15. HealthPhone – Telefone de Saúde: Salvando as Vidas de Milhões de Bebês e Mães
16. Novo Estudo Revela o Importante Papel da Insulina na Produção de Leite Materno
17. Preditos de Ausência de Aleitamento Materno Exclusivo aos 6 Meses entre Mães Rurais do Leste da Etiópia: um estudo multissetorial de base comunitária: Gudina Egata, Yemane Berhane e Alemayehu Worku, Etiópia
18. Produção de Leite depois do Desmame – Um Estudo

RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

19. IBFAN-ICDC Legal Update – Atualização Legal, Julho 2013: IBFAN Penang, Malásia
20. Breastfeeding Today – Aleitamento Materno Hoje, Junho – Agosto 2013
21. Três e Mais: Histórias de Meninos e Meninas Amamentadas e de suas Mães que os Amam: Janell E. Robisch, Reino Unido
22. Centro de Controle de Enfermidades (CCE) Guia para Estratégias de Apoio às mães Lactantes e seus Bebês: EEUU
23. Aleitamento Materno a Cores: Iola Kostrzewski, EEUU

CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO

24. Clube de Meninas de Bonecas Amamentadas: Emily Kargauer Samansky, EEUU
25. Minha Perspectiva vista do Carregador: Bebê, Especialista em Amamentação
26. Aleitamento materno de Acordo com Uma Menina de Três Anos: Malissa Campbell, EEUU

AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

27. A Segurança que Dão as Avós: Chave para o Sucesso da Amamentação: Susan Mocsny Thomas, EEUU
28. Experiência de uma Avó Primípara: Maria Lúcia Futuro Mühlbauer, Brasil

ALEITAMENTO MATERNO, HIV e AIDS

29. Amamentar Reduz o Risco do HIV

SITES WEB E ANÚNCIOS

30. Visite estes sites
31. Anúncios – Eventos passados e futuros
32. Nossos Leitores Comentam

INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM

33. Recebimento de Artigos e Próximo número
34. Como inscrever-se/Cancelar a sua inscrição neste Boletim

1. Conselheira de Pares, Tema da Semana Mundial de Aleitamento Materno 2013: Anne Batterjee, Co-coordenadora GTAM da WABA

O tema da semana Mundial de Aleitamento materno 2013, **Apoio às mulheres que amamentam: próximo, contínuo e oportuno!** Desenvolveu-se a partir do estudo e compilação de materiais sobre Conselheira de Pares e apoio de mãe para mãe. Os resultados do apoio entre pares, nas diferentes áreas do mundo, são impressionantes e tão alentadores que só podemos agradecer. Infelizmente, o oposto irrompe o coração! As consequências de quase todos os casos onde não existe apoio entre pares, efetivo ou próximo, são, muitas vezes, devastadores. Nos últimos meses, nossa família foi abençoada pelo nascimento de vários bebês. Todas as mães queriam amamentar e começaram com muito boas intenções. A triste realidade foi que houve muito pouco ou quase nenhum apoio entre pares à disposição em suas comunidades. Infelizmente, uma por uma começou a alimentar com fórmula por diferentes razões. Sem apoio próximo da família e amigos – e dada às práticas médicas que não apoiam – as habilidades das mães na luta para poder amamentar foram corroídas. Um dos bebês desenvolveu um nível baixo de icterícia e foi hospitalizado para receber fototerapia e instruíram a mãe a deixar de amamentar. A mãe de outro bebê de três meses deixou de amamentar porque trabalhava em um local não amigo dos bebês. As histórias não têm fim. Rompem o coração. Quão diferente seria se estas mães e muitas outras recebessem apoio efetivo e informação correta para amamentar de maneira exclusiva durante seis meses e continuada quando são introduzidos os sólidos, além do primeiro ano!

Mas nem tudo está perdido. Devemos continuar descobrindo maneiras de enfrentar estes desafios para poder oferecer o apoio necessário para que as mães possam amamentar. As redes sociais de apoio às mulheres sabe-se, têm grande impacto sobre a saúde e decisões relacionadas. Quando a mãe tem alguém que a compreende e que se identifica com sua situação, pode desfrutar melhor a maternidade. Estendendo os programas que capacitam Conselheiras de Pares e facilitando o apoio entre elas, é a chave para manter as habilidades do aleitamento materno da mãe. Pode-se apoiar:

1. Criando consciência em nossos círculos de vida.
2. Promovendo a conselheira de pares como uma intervenção custo-afetiva para nossas comunidades.
3. Estimulando o envolvimento ativo do pessoal de saúde nos processos de conselheira.
4. Advogando com as autoridades para que construam sistemas de apoio sustentáveis para as mães.
5. Estimulando todo mundo para nosso passo, ao longo de nossa vida, para que se capacitem e apoiem às mães.
6. Aproveitando cada oportunidade para informar às mulheres sobre a importância e o significado de receber apoio. Juntos/as podemos aumentar o apoio às mulheres em cada canto do mundo!

Together we can increase support for mothers in every corner of the world!

 Anne Batterjee, Coordenadora GTAM
 Aliança Mundial Pro Aleitamento Materno – Grupo de Trabalho de Apoio à Mãe
 E-mail: anebatterjee@gmail.com

2. Atualização GTAM: Coordenadores GTAM

A Semana Mundial de Aleitamento Materno é celebrada a cada ano, de 1º a 7 de agosto em muitos países, ainda que em outros países e comunidades a celebrem em outro momento do ano. Para muitas nações, agosto é o mês da consciência sobre aleitamento materno.

Durante a Semana Mundial 2012, WABA recebeu 290 compromissos de realização de eventos mundiais que envolveram mais de 107.990 participantes. Nós, no grupo de trabalho apoio à mãe queremos saber como vocês celebraram a Semana Mundial de Aleitamento Materno 2013, dada a importância da consciência sobre a amamentação e a necessidade de oferecer apoio próximo às mães. Se você e seu grupo celebraram a Semana Mundial ou planejaram celebrá-la nas semanas seguintes, por favor, compartilhe conosco. Mande um e-mail para WABA* sobre sua história e experiência para que possamos publicá-lo no próximo boletim do GTAM. Talvez tenham realizado um grande ato público ou um “amamentação”, organizaram aulas, desenvolveram seminários para educar o pessoal de saúde ou facilitaram programas

de capacitação de conselheiras de pares. Não importa se os eventos foram altamente patrocinados ou não, se deram a nível nacional ou comunitário. O importante é que vocês conseguiram atrair as famílias, amigos e comunidades. O importante é que as mães de recém-nascidos recebam apoio e ajuda para amamentar seus bebês e para poder desfrutar desta experiência.

* pushpapanadam@yahoo.com e/ou beckyann39@yahoo.com

APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

3. Vinte três Conselheiras de Pares Ajudam às Mães a Amamentar: Lamah Bakar, Malásia

Vinte e três Conselheiras de Pares receberam seu certificado recentemente, através de uma capacitação oferecida por Malaysian Breastfeeding Peer Counselor (MBfPC) – Conselheiras de Pares em Aleitamento Materno da Malásia, em Kuching, Sarawak, Malásia. Esta é a segunda capacitação neste Estado. A primeira foi em 2012, resultando em onze Conselheiras de Pares. A Conselheira de Pares preenche um vazio existente e cria uma ponte entre os provedores de saúde e as mães. O projeto [susuibu.com](http://www.susuibu.com) capacita mães para que ajudem a outras mães em técnicas de aleitamento materno e as treina sobre temas que afetam o aleitamento materno. *“O aleitamento materno é natural, mas se tem tornado num dos desafios maiores em nossos dias, assim como as necessidades e a vida da mulher são hoje mais complexas do que antes”,* disse Nor Kamariah Mohamad Alwi, fundadora do www.susuibu.com (um centro de aleitamento materno e criança natural). Ela dirige o projeto que começou em 2010 com a capacitação do primeiro grupo de capacitadoras.



O projeto inicialmente foi apoiado pela WABA (Aliança Mundial Pro Aleitamento Materno) e UNICEF. Hoje, o projeto tem outras 17 redes na Malásia e 405 conselheiras de pares treinadas. A capacitação intensiva de dois dias reuniu mães com diferentes antecedentes e de distintos grupos étnicos que enfrentam desafios similares. *“Estou muito feliz de estar aqui hoje porque desejo aprender e ajudar mais às mães que vivem as mesmas situações que eu vivi quando decidi amamentar”,* disse Cristina Anthony de 35 anos, uma mestra que não teve muito apoio enquanto lutava pelo aleitamento materno de seu primeiro filho há um ano.

O grupo também discutiu as barreiras da amamentação relacionadas com a cultura e percepções gerais da sociedade. *“Quando eu voltei a trabalhar e levei um extrator de leite, meus colegas masculinos faziam comentários sugestivos, e não havia uma sala para amamentar ou extrair o leite”,* disse Dayang de 32 anos, professora de um colégio local. A maioria das mulheres expressou o mesmo problema já que não existem muitas campanhas locais ou lugares públicos amigos do aleitamento materno.

De acordo com Kamariah, as companhias que apoiam (amigos do aleitamento materno) são geralmente multinacionais que promovem o aleitamento materno como uma forma de incrementar o trabalho produtivo das mães e sua assistência ao trabalho. As companhias também economizam faturas por gastos médicos, já que bebês amamentados adoecem menos. *“Quase deixo a amamentação no primeiro mês, porém tive a sorte de ter uma amiga que havia amamentado com êxito. Lá estava ela, apoiando-me e me dando a segurança de que poderia conseguir. Este tipo de apoio só pode ser oferecido por outra mãe”,* disse Aishah (não é seu nome real), que também participou na capacitação.

O tema da Semana Mundial deste ano, **Apoio às mães que Amamentam: próximo, contínuo e oportuno!** enfatiza a importância da Conselheira de Pares para assegurar um aleitamento materno com sucesso. La Semana Mundial é celebrada de 1º a 7 de agosto em todo o mundo, incluindo a Malásia.

O artigo anterior foi adaptado de: <http://www.thestar.com.my/News/Community/2013/07/17/20-more-counsellors-to-help-breastfeeding-mums.aspx>
E-mail: sarawakstar@thestar.com.my

Husnul Khatimah Jane compartilha a retroalimentação recebida sobre a capacitação realizada por MBfPC.

Fareiny Morni: Definitivamente um grande curso. Ensinou-me coisas geniais sobre aleitamento materno, os pros e os contras, as implicações médicas. Todas as mães deveriam participar; obrigada a quem a organizou de forma tão criativa para desenvolver a consciência sobre aleitamento materno.

Desidre Wee: Ao final do curso refleti sobre meus três filhos e minhas experiência de amamentação. Foi negativa com meus primeiros dois filhos. O curso me fez dar conta da importância de ter uma rede de apoio e ajuda para as mães que estão recebendo pressões com relação ao aleitamento materno. Não apenas recebi conhecimento, mas também tomei consciência de que necessitamos tornar o aleitamento materno em cultura e não em um desafio.

Lim Re Gal: Estou muito agradecida pelo curso de capacitação porque me incluiu em uma ampla rede de mães com distintas experiências de aleitamento materno. Eu lutei muito no início de minha amamentação. Graças ao conhecimento e ao apoio que me foi dado gratuitamente por outras mães lactantes, ainda estou amamentando meu bebê de 22 meses. Por ele eu sou eternamente agradecida e quero brilhar como uma luz na vida de outras mulheres que se aventuram neste caminho. Vocês não estão sozinhas!

Koh Mei Lau: Apreciei o curso da MBfPC. Aprendi muito de todas as capacitadoras e participante. O curso tem melhorado meu conhecimento no manejo dos obstáculos do aleitamento materno.

Chris Anthony: Eu queria ser uma conselheira de pares desde que uma delas me ajudou em momentos difíceis. Desde então, eu queria ser capaz de ajudar e de oferecer o apoio emocional necessário para auxiliar as companheiras mães que estavam enfrentando dificuldades com o aleitamento materno. Eu tenho ganhado muito com este curso, tanto da parte de quem nos capacitou como de minhas companheiras participantes. Eu espero que muitas mães se unam a esta capacitação e tenham um papel importante para tornar a amamentação outra vez em uma norma. Tudo deve começar da base: as mães ajudando as mães. As mães contatando outras mães :-).

4. Um Pequeno Passo Adiante para Etiópia, um Grande Passo Adiante para Duas Mães Jovens: Judy Norman, Etiópia

Sebele e Beteleham são duas jovens de Addis Ababa, Etiópia, cada uma voltando ao trabalho três meses depois de haver tido seu bebê. Três meses poderia parecer um período generoso de licença maternidade, mas, o que ocorre quando as novas mães regressam ao trabalho que não é um local amigo dos bebês? Sem apoio no local do trabalho, não podem alcançar suas metas de aleitamento materno exclusivo durante os seis primeiros meses. A maioria das mães que trabalham fora de casa em Addis Ababa, deixa a casa por 10 a 11 horas cada dia, devido a situação do transporte e almoço. Em alguns casos, as companhias permitem às novas mães reduzir seus horários de trabalho por duas horas cada dia, mas o tempo longe de casa continua sendo muito longo para impedir o uso dos suplementos.

Mas Sebele e Beteleham agora têm um lugar para extrair o leite em seu trabalho. Beteleham disse com gosto, claramente: *“antes, minha família me dizia que eu deveria dar fórmula a meu bebê para que ele se acostumasse antes que eu voltasse definitivamente ao trabalho. Mas, eu não estava segura e rezava muito”*.

Apesar de o aleitamento materno ser uma norma cultural na Etiópia, o aleitamento materno exclusivo não o é. A utilização de suplementos com leite de vaca ou fórmulas infantis para quem pode custeá-la é comum. A extração de leite materno é



um conceito estrangeiro, e mesmo para aquelas que conhecem a ideia, as bombas extratoras são muito caras e geralmente de baixa qualidade. Sebele disse: *“meu marido me incentivou a extrair o leite, mas não deu certo. Não sei por que, talvez o extrator que usei não fosse bom. Se eu tivesse podido ficar em casa até que meu bebê completasse seis meses, eu teria amamentado exclusivamente durante todo esse tempo.”*

Dados aos múltiplos desafios que tem a saúde infantil na África de Sub-Sahara, o aleitamento materno exclusivo é especialmente importante para oferecer uma boa saúde e para combater a mortalidade infantil. Sebele assegurou, *“se a lei de licença maternidade fosse de seis meses, seria bom que todos os locais de trabalho tivessem uma sala para amamentar ou para extrair o leite para suas empregadas que amamentam. Isto faria uma grande diferença à saúde materno-infantil.”*

Dada à generosa doação do Centro Al Bidayah, uma organização de aleitamento materno da Arábia Saudita, o sonho de ter uma sala de amamentação se conseguiu em uma organização não governamental pequena de Addis Ababa. Com a doação de um extrator e coletores, a organização montou uma sala com banheiro junto. É um pequeno começo para um grande problema em um país muito grande onde a maioria das mulheres que tem sorte de ter trabalhos, necessita retornar ao trabalho logo depois do parto. Bethlehem disse: *“Agora temos uma sala de amamentação e isto resolveu meu problema, e minha família e eu, estamos muito agradecidas”.*



Ensinando às mães a extrair o leite.



Judy Norman, Consultora em Aleitamento Materno, RN, MN, MPH, IBCLC, SIM Etiópia. Judy morou/trabalhou em Addis Ababa, Etiópia desde 2006 com SIM (Serving in Mission – Servindo em Missão). E-mail: judysnorman@yahoo.com

*O Centro Al Bidayah doou duas grandes bombas extratoras de hospital com os acessórios para conectá-las e recipientes para coletas.

Nota Editorial: *é importante que as mães aprendam a extrair o leite manualmente. As bombas extratoras, como disse este artigo, podem ser muito caras e necessitam de eletricidade. Para mais informação sobre extração manual: <http://newborns.stanford.edu/Breastfeeding/HandExpression.html>*

5. A Arte da Conselheiria de Pares: Yang Jin and Guo Yan, China

As histórias seguintes têm sido selecionadas e administradas por Daisy Zhong e traduzidas para o inglês por voluntárias. A equipe editorial do GTAM gostaria de agradecer à Daisy Zhong, Ivy Makelin e às voluntárias da LLL China.

~ Yang Jin ~

Eu era uma mãe entusiasmada que defendia a amamentação antes de participar do programa de conselheiras de pares em aleitamento materno. Dada a minha extremada e fervorosa atitude eu queria que todas as mães de minhas relações amamentassem a seus bebês. Eu argumentava com as dissidentes no mundo cibernético ou conversava dando minha opinião sobre as mães que usassem mamadeira em minha comunidade, mas eu expressava minha paixão de uma maneira errada, o que dava como resultado que elas se confundiam, e eu também. Com a ajuda do programa de conselheira de pares, compreendi a importância de conseguir primeiro a comunicação e o conhecimento sobre aleitamento materno depois; me dei conta de como a boa vontade é importante para convencer de maneira suave e efetiva. Aprendi a controlar minha impulsividade, baixar o ritmo e escutar. Vi o efeito positivo e a mudança que ocorreu em mim e nas outras pessoas.

No início, eu tratava de convencer as mães que não queriam amamentar para que o fizessem, da alimentação com mamadeira à alimentação mista; da alimentação mista à amamentação exclusiva; da amamentação exclusiva à amamentação pelo menos por dois anos; de deixar de amamentar a continuar amamentando. Eu experimentei a decepção quando as outras mães não aceitavam meu conselho e iam embora, e me senti impotente quando as mães preferiam procurar os médicos, e ainda sofri mais quando os bebês adoeciam de alergia e cólicas por terem sido alimentados com fórmula. Muitas vezes parecia que eu me envolvia em assuntos exclusivos das mães e que eu não tinha nada que ver com eles.

Dediquei um tempo para refletir sobre o que estava fazendo e compreendi que estava pondo muita energia ao tentar convencer as mães, e me esquecia de saber quem realmente queria a minha ajuda. Então, lembrei-me o que a capacitadora de pares nos disse: **cada mãe escolhe o que acha que é melhor nesse momento**. É verdade que as crenças diferentes nos conduzem a escolhas diferentes. Nesse sentido, ninguém está errado. O que devia mudar era minha própria atitude ao oferecer conselhos.

Há muitas mães lactantes que realmente necessitam de minha ajuda. Por isso, ajudar a estas mães tem mais significado que argumentar com outras. Agora sou mais tolerante. Decidi amar mais as mães que dão a mamadeira que aquelas torturadas com o aleitamento materno. Agora já não discuto nem me enoja, nem tenho ansiedade quando meus conselhos não são aceitos. Sempre me fascino ao estar com mães lactantes. Espero que este amor seja compartilhado entre todas as mães de forma mais tolerante, pacífica e tranquila.

~ Guo Yan ~

Uma de minhas amigas deu a luz a um bebê e ao segundo dia eu a visitei no hospital. Outra amiga teve um bebê no mesmo hospital, mas este bebê, apesar de nascer com peso normal, foi alimentado com fórmula pelo hospital, já que ganhava peso muito lentamente. O bebê era seriamente alérgico à fórmula. Para ajudar a mamãe, eu rapidamente ofereci-lhe certos conselhos de aleitamento materno. Recomendei-lhe deitar-se comodamente para amamentar, mas o bebê não sugou bem. Disseram-me que o bebê havia engolido líquido amniótico e que tinha problemas gástricos. A mãe sofria de hemorroida, então, deitar-se lhe fazia muita pressão em seu corpo. Esperamos pacientemente durante dez minutos e eu ajudei ao bebê a abrir mais sua boca para que a maior parte da aréola pudesse ser sugada. O bebê começou a mamar efetivamente e a mãe estava satisfeita, apesar de seu mamilo ainda doer. Quando o bebê tomou leite suficiente, eu lhe expliquei outros assuntos para levar em conta quando fosse descansar.

Uns dias depois, telefonei para a mãe para saber como ia a amamentação e ela me disse que estava vivendo um processo muito tenso. Seus peitos ainda estavam inflamados, mesmo quando amamentava o bebê; por isso utilizou a bomba extratora de leite. Primeiramente a felicitei por continuar amamentando, e depois lhe lembrei de que utilizar a bomba depois de amamentar iria aumentar a produção de leite materno. Quando sentisse seus peitos muito cheios poderia extrair o leite com a mão e ainda assim a produção de leite se manteria o suficiente para alimentar o bebê. Não necessitava utilizar a bomba extratora. Quando voltei a lhe telefonar uns dias depois, fiquei muito feliz ao saber que estava desfrutando da amamentação.

~ Yang Jin ~

Quando me dei conta de que uma mãe de minha comunidade ia deixar de amamentar seu bebê de 13 meses, eu ternamente lhe falei dos benefícios da amamentação e lhe sugeri fazê-lo pelo menos dois anos ou mais, como recomenda a Organização Mundial da Saúde. Ela não pensou muito e insistiu em terminar a amamentação logo. Eu respeitei sua decisão. Depois, quando nos encontramos com nossos bebês na comunidade, conversamos. Perguntei-lhe gentilmente sobre seu bebê. Ela me contou que apesar de seu bebê não ter mamado por quase um mês, ainda buscava o peito. Se ela não ficasse

próximo dele, chorava amargamente e não queria o leite em pó. Sorri e lhe disse que seu bebê era muito inteligente, pois sabia que o leite da mamãe era melhor que a fórmula. A mãe também sorriu, mas seguiu sem amamentar seu bebê. Uns dias depois, eu incluí esta mãe no grupo de mães lactante Wechat onde compartilho conhecimento sobre amamentação e onde coloquei um artigo sobre os elementos nutritivos do leite da mãe depois de um ano de amamentação. Dias depois quando a encontrei, lhe ofereci materiais comparando os elementos nutritivos do leite materno e do leite em pó. Casualmente lhe disse que existiam mais de 400 diferentes elementos no leite materno que não pude incluir na publicação. Dois dias depois, recebi uma mensagem dela dizendo que ia amamentar seu bebê até que este estivesse pronto para finalizar a amamentação. Sorri com muita felicidade.*

Para mais informação sobre a LLL China e os Programas de Conselheira de Pares de China, pode enviar um e-mail para Ivy Makelin babameeme@gmail.com

*WeChat é um meio de comunicação através de mensagem de voz e de texto desenvolvido por Tencent China, que começou em janeiro de 2011.

6. Atividades de Apoio às Mães por BPNI Maharashtra: Prashant Gangal, Índia

O Apoio às Mães em Maharashtra teve início graças a BPNI (Rede de Promoção do Aleitamento Materno da Índia), em Mumbai, Índia. Começou como uma atividade em domicílio de apoio à maternidade e tem continuado predominantemente como tal. Iniciou com três consultoras que visitavam um serviço de maternidade particular (com uma taxa de partos de 30-40 por mês). Depois, o apoio à mãe se estendeu para cobrir o seguinte:

- Cerca de 50 Centros Privados no Noroeste de Mumbai e seus subúrbios
- Três Hospitais Municipais (K.E.M., Sion & Nair Hospital)
- Quatro Centros de Maternidade Municipais Periféricos
- Cinco Hospitais Privados (Nanavati, Breach Candy, Seven Hills, Raheja Fortis e Ambani)

Cerca de 60.000 mães são aconselhadas a cada ano. As atividades do hospital municipal tem sido apoiadas pela UNICEF Maharashtra e pela Missão de Nutrição do Governo de Maharashtra.

Os serviços oferecidos são os seguintes:

- **Departamento de Cuidado Pré-natal:** Aleitamento Materno e Conselheira sobre Cuidado Infantil para as Mães.
- **Unidade Pós-natal:** para resolver problemas de amamentação como:
 - Ajudar às mães com as posições e o apego.
 - Peitos inflamados.
 - Ajudar às mães com necessidades especiais, como problemas de mamilo (Mamilos fissurados, Planos, Retraídos ou Invertidos).
 - Ajudar ao apego dos bebês com necessidades especiais; Anquiloglossia (freio curto), lábio leporino, palato fendido, gêmeos.
- **Unidade Pediátrica:** guias de alimentação complementar e de aleitamento materno, de acordo com os indicadores de IYCN (Nutrição Infantil do Lactente e da Criança Pequena), monitoramento do crescimento utilizando as tabelas da OMS.
- **Unidade de Cuidado Intensivo Neonatal:** Conselheiras de Mães e ajuda com posições e apego para resolver problemas de aleitamento materno.
- **Clínica de Imunização e Crescimento Infantil:** guias de alimentação complementar de aleitamento materno de acordo com os indicadores da IYCN, monitoramento do crescimento utilizando as tabelas da OMS.

Além disso, se oferece apoio através de visitas domiciliares que sejam cobertas de acordo aos alinhamentos estabelecidos pela organização.

As Conselheiras de Apoio às Mães também participam nas seguintes atividades:

- Capacitação de Provedores de Saúde do Governo do Estado de Maharashtra e outros quatro Estados (50.000 pessoas capacitadas em sensibilização de um dia e 4.000 em 3 dias de capacitação de

capacitadoras). Algumas conselheiras têm invertido até 100 dias de capacitação durante os últimos oito anos.

- Avaliação dos Hospitais Amigos e certificações.
- Defesa e sensibilização de adolescentes, pessoas maiores e outros grupos comunitários.
- Artigos da imprensa, rádio e televisão.
- Capacitação de 500 mulheres em massagens tradicionais em IYCN
- Capacitação de pessoas donas de centros infantis em IYCN.

As capacitações e consolidação de recursos das conselheiras se têm conseguido através de três níveis de capacitação. Depois de completar o nível três, muitas conselheiras tem conseguido realizar o exame IBCLC e têm se certificado como Conselheiras em Aleitamento Materno.

O modelo desenvolvido é único dado sua origem nas maternidades e os múltiplos papéis das conselheiras. Esperamos enviar muitos mais artigos sobre estas conselheiras para os próximos boletins.

Dr. Prashant Gangal, MD, DCH, IBCLC, Pediatra ativo desde 1990, Coordenador de Apoio à Mãe e Capacitação de BPNI de Maharashtra desde 1995, Co-coordenador do GTAM de WABA desde 2004. Tem um papel muito importante ao estabelecer o Grupo de Apoio à Mãe ao trazer o exame da IBCLC para a Índia, pela primeira vez em 2009; tem contribuído com a produção de vídeo breastcrawl (ao nascer: o arrastar do bebê até o peito) e o sítio web breastcrawl.org e tem capacitado pessoas do governo em nutrição infantil em cinco estados de Índia.

Contribuição: Principal publicação, postada e nome: Publicación LLLI 'Hirkani's Daughters'
E-mail: psgangal@gmail.com

Nota Editorial: *Existem diferentes graus de mamilos invertidos. O mais leve é classificado como grau 1. Um bebê com uma sucção normal, geralmente não tem problemas e consegue definir e colocar para fora o mamilo. Entretanto, um bebê prematuro que tem uma sucção débil pode ter dificuldades desde o início. O mamilo invertido moderado-severo significa que o mamilo se retrai profundamente quando a aréola é comprimida no nível dela ou abaixo dela. Estes mamilos podem fazer com que a sucção e o aleitamento materno se tornem difíceis, mas com tratamento e com técnicas específicas se pode ajudar. O tratamento para colocar para fora o mamilo pode ser muito útil especialmente durante a gravidez. Se se descobre que os mamilos estão invertidos depois do nascimento, o tratamento seguirá sendo útil, mas acompanhado de boas posições. Isto é muito importante.*

<http://www.llli.org/faq/flat.html>

7. Experiências de Brasil: Os Bancos de Leite Humano Promovem e Apoiam o Aleitamento Materno

Aracaju, Sergipe (SE): Hélia Karla Brandão dos Santos Agapito

O Banco de Leite Humano "Marly Sarney", um centro de referência para o Estado de Sergipe no Brasil, foi fundado há 25 anos. Com uma nova administração desde 2004, desenvolve consultas para gestantes. Uma enfermeira se reúne com elas, seja individualmente ou através de grupos, para explicar os tabus sobre aleitamento materno. Também lhes informa sobre o serviço que oferece o Estado, que promove, fomenta e apoia o aleitamento materno, especialmente para atrair as díades mãe-bebê. Além das gestantes, muitos residentes e estudantes de várias instituições da área da saúde participam em grupos de 12 pessoas, três vezes por mês. A cada dia, mais gestantes e mulheres no pós-parto buscam apoio e são bem-vindas pelo pessoal do Banco de Leite para receber ajuda em aleitamento materno, seja por telefone, por e-mail ou pessoalmente.



Reunião de grupo de mulheres grávidas no Banco de Leite Humano Marly Sarney. Muitas mulheres, algumas dos Municípios, logo se convertem em doadoras graças aos laços formados quando receberam apoio durante sua gravidez.

Bauru, São Paulo: Maria Nereida Panichi

O Banco de Leite Humano de Bauru é um Centro Coletor de Leite em domicílio. A cidade se divide em vários setores, e de segunda à sexta-feira se visita as mães doadoras, pelo menos uma vez por semana. Com estas visitas frequentes, o contato do pessoal dos Bancos de Leite Humano com as doadoras se desenvolve com relações muito próximas. A cada dia se comemora o dia da doadora, um tributo que é organizado pelo Banco de Leite Humano. Algumas mulheres conseguem vir para a festa e mostram sua gratidão através de mensagens, lembranças para cada mãe-bebê, danças, participação em cursos de massagem terapêutica em conjunto com SENAC/Bauru, e também recebem algumas bebidas naturais e visitam o Banco de Leite Humano onde se tiram muitas fotos! O evento é organizado durante a Semana Mundial de Aleitamento Materno pelo HMB-SMS (Secretaria Municipal de Saúde), SENAC, e GAAME (Grupo de Apoio ao Aleitamento Materno Exclusivo). Os bebês que recebem o leite humano têm por volta de 2 a 6 meses de idade como média e as mães são doadoras durante dois a quatro meses, mas, muitas vezes, continuam por até seis meses ou até um ano. A coordenação é desenvolvida pelo pessoal e os membros de HMB GAAME.



Mães doadoras do BLH de Bauru – a equipe do BLH e do GAAME na celebração do “Dia Mundial das Doações de Leite Humano”.

Editor’s Note: O Brasil celebra em 19 de maio o *Dia Mundial da Doação de Leite Humano.
<http://www.ipsnews.net/2012/09/breast-milk-banks-from-brazil-to-the-world/>

“Nesse dia, em 2005, o principal acordo para criar uma Rede Internacional de Bancos de Leite Humano foi firmado por treze países e diversas organizações internacionais”, disse João Aprígio Guerra de Almeida, o coordenador da Rede Brasileira e Iberoamericana de Bancos de leite Humano.

Os únicos requerimentos de acordo com a lei brasileira para as doadoras é que estejam saudáveis e que não estejam tomando nenhum medicamento. O guia inclui simples recomendações para a higiene pessoal: limpeza, como lavar e secar as mãos e ante-braços; um lugar tranquilo e limpo longe de animais domésticos, recipientes esterilizados e armazenamento do leite em um congelador. SENAC (Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial).

Manaus, Amazonas (AM): Maria Gracimar Oliveira Fecury da Gama

O Instituto de Mulheres Dona Lindu de Manaus, no Estado do Amazonas, foi fundado em 2010 e iniciou o projeto com o propósito de fazer cumprir a Lei 11.634 da Rede Stork (Maternidade disponível) com a participação de acompanhantes e um nascimento garantido. O instituto refere as gestantes através do projeto, em acordo com DISA SUL (Distrito SUL de Saúde)-SEMSA, a um grupo multidisciplinar composto por enfermeiras, fisioterapeutas, assistentes sociais, psicólogas, nutricionistas, Banco de Leite Humano e Doulas, a cada terça e quinta às 8 horas da manhã, e a cada segunda, quarta e sexta às 2 horas da tarde. Antes de visitar o Instituto, a gestante recebe alimentos nutritivos e depois visita o banco de leite humano e outros setores da Instituição. A mãe é orientada sobre aleitamento materno exclusivo e sobre novas técnicas alternativas de parto natural (uma cama adaptada para o parto natural, massagem terapêutica, reflexologia e massagem nos pés, o corte do cordão umbilical por seu companheiro, introdução natural da criança – através do projeto *“Não estou para visita, sou um menino/menina”*, pondo a faixa de acordo com o modelo japonês – oferecendo conforto, apoio e segurança – e também apresentando as melhores práticas que a Instituição tem desenvolvido os concursos *“Campeões da lei”*, oferecendo terapia física e exercícios para as gestantes).

Uma média de 12 a 15 gestantes visitam a Instituição diariamente com seus companheiros. As visitas são acolhidas pelo pessoal da Instituição e por equipes multidisciplinares. A visita rotineira ao Instituto da Mulher Dona Lindu é facilitada através do acesso das mulheres aos serviços que oferece a Instituição e assegura o fortalecimento do conhecimento e sensibilização sobre aleitamento materno, assim como o fortalecimento das mães através da Lei e da maternidade. São facilitados também os grupos de apoio às mães e de doadoras de leite humano. O impacto dessas ações é muito positivo porque quem se sensibiliza sobre a importância do aleitamento materno se sente mais segura quando dão a luz e recebem muita informação e conhecimento dos diversos setores da Instituição durante sua gravidez. E ainda, uma mulher que está sensibilizada, doa leite materno e contribui para a redução da mortalidade infantil. *“Quanto mais doa, mais multiplica sua vida e suas esperanças de salvar vidas”.*



Grupo de discussão de mulheres grávidas no “centro de acolhimento” do Instituto de Mulheres Dona Lindu de Manaus. Depois visitaram o Banco de Leite Humano, a admissão e sala operativa, a UCI - Unidade de Cuidados Intensivos e o auditório de apoio à amamentação e o Projeto baseado no modelo japonês.

Os artigos anteriores foram enviados por Regina da Silva de Belo Horizonte, Brasil. Mais artigos sobre Bancos de Leite Humano e Apoio ao Aleitamento Materno no Brasil serão publicados nos próximos E-Boletim do GTAM.

APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

8. Amamentar foi Mais Fácil na Segunda Vez: Dunia Guerrero, Peru

Quando eu era criança e olhava minha gatinha amamentar tranquilamente suas crias, pensava que era a coisa mais natural e fácil do mundo, porque ao ficar grávida não pensei que seria necessária muita preparação. Quão grande foi minha surpresa ao tornar-me mamãe pela primeira vez, cheia de tanto amor por minha filhinha e notar o pouco que sabia sobre como alimentá-la!

Nossa amamentação distava muito das belas imagens que havia visto, onde parecia fluir felicidade entre mãe e bebê; pelo contrário, sentia que acumulava cansaço e meu bebê não se saciava nunca. O berço, que com tanta ilusão havíamos armado para nossa filhinha, parecia ter espinhos, sem importar o quanto tivesse dormido, tão logo a colocava lá, despertava chorando e só se acalmava em meu peito.

O pediatra havia indicado que podia ter otite se eu amamentasse deitada; eu queria ser uma boa mãe, e obedientemente me sentava para cada sessão de amamentação. Amamentar não estava sendo nada fácil, e quando minha filhinha completou os 3 meses, eu estava à beira de um colapso, com muita frustração por não ser capaz de realizar funções básicas como banhar-me ou comer tranquilamente, e começava a entender porque algumas pessoas se referiam à amamentação como um grande sacrifício; a única coisa que me animava a continuar era o sorriso de minha pequena.



Dunia Guerrero

Meu esposo retornava do trabalho, e preparava o jantar, e inclusive me dava de comer na boca enquanto eu sustentava nossa pequena – que parecia não me soltar nunca – ao tempo que me tranquilizava contando-me o que havia visto na internet *“parece ser uma crise de crescimento, você tem que continuar dando-lhe peito”* ou *“muitos bebês ficam inquietos ao anoitecer”*.

Procurei minha primeira reunião de apoio à amamentação de mãe para mãe com meu pai, levando minha filhinha de 3 meses e um carregador que comprei porque prometia liberar-me de passar tanto tempo sentada amamentando em casa, com a esperança de que alguém pudesse ensinar-me como usá-lo (não entendia as instruções). Não só aprendi a por minha filhinha no carregador e amamentá-la ali, mas também encontrei uma rede de apoio de mulheres que passaram ou estavam passando o mesmo que eu. Soube o que era desfrutar da amamentação, fiz grandes amizades e me senti confortada, compreendida e animada. O grupo tinha uma magnífica biblioteca e mês a mês me deleitava com a leitura de livros que de outra forma não pude conseguir em meu país. Graças à amamentação, tinha um maravilhoso vínculo com minha filhinha e podia entendê-la melhor, de maneira intuitiva e comecei a me preparar para ajudar outras mães, tal como me ajudaram. Não me posso me imaginar que tipo de mãe seria eu se nunca tivesse encontrado tanto apoio nesse grupo.

Uma noite, quando tentava fazer dormir minha pequena com a mama, como de costume, ela me disse claramente: *“Não, só teu braço”*, depois se deitou e dormiu. E esse foi o fim de uma grande etapa de nossas vidas aos 2 anos e 10 meses. Lembro-me de ter sentido uma mistura de orgulho por tudo que havia conseguido, emoção pelas novas etapas que viveríamos, mas também uma inexplicável tristeza e vazio, como se uma pessoa muito querida tivesse desaparecido.

Um ano depois tive outro bebê, desta vez, graças à experiência, tinha diferentes expectativas e tudo foi muito mais fácil desde o começo. Já sabia que não teria otite por amamentar deitada e que dormir juntos podia ser uma solução para melhorar nossas noites. Quando meus peitos jorravam leite, vinha minha filha mais velha para coletá-lo em *“um copinho de leite”* que nos foi dado na clínica, enquanto meu pequeno mamava em um peito, ela enchia o copinho no outro peito, rindo depois de tomá-lo e comentava: *“está delicioso”!!!*

A primeira palavra de meu filhinho foi *“peito”* e durante vários meses a usou não apenas para pedir o peito, mas também para me chamar, depois começou a brincar com carrinhos ao mesmo tempo em que mamava, e muitas vezes, tive que dar o peito a seus veículos de brinquedo.

Agora meu filho tem 4 anos e continuamos desfrutando desta experiência. Dormir leva menos de 5 minutos, e é muito fácil acalmá-lo com o peito quando algo vai mal (uma queda ou alguma frustração). Talvez por ser o segundo filho, não temos tido pressão para desmamar, e isso facilita muito as coisas, sei que chegará o dia em que desmamará sozinho, e que provavelmente seja eu quem mais sinta; enquanto isso, somos muito felizes ao compartilhar esses momentos que se tornam cada vez menor e distantes.

Dunia Guerrero, Mãe de duas crianças de 8 e 4 anos, Líder da LLL Peru desde 2010.

Dunia Guerrero, Mãe de duas crianças de 8 e 4 anos, Líder da LLL Peru desde 2010.
E-mail: dunia@lllperu.org

9. Quanto Tempo Amamentar? : Teresa Heredia – Stepper, EEUU

Samuel Joshua nasceu por cesariana em 9 de março de 2007. Nesse mesmo dia, a enfermeira tirou colostro de minhas mamas com um extrator elétrico duplo, na UCI (Unidade Neonatal de Cuidados Intensivos). Aos três dias pude segurar meu bebê, amamentá-lo e levá-lo para casa...começando essa viagem maravilhosa da amamentação. Sou uma mãe positiva e tenho visto meu filho crescer e ganhar peso durante seus primeiros meses de vida. Conseguimos vencer obstáculos (mastites) graças ao apoio incondicional da La Leche League. As visitas ao pediatra foram fabulosas até o sexto mês, quando *“supostamente”* se deviam começar os *“alimentos-purês”*, e assim começaram minhas dores de cabeça...meu filho queria mais *“titi”* (peito) em lugar da papa amarela com espinafre. Eu pensava: é correto obrigá-lo a deixar o peito e comer?



O pediatra me disse: *“Mamãe, é tempo do desmame, seu bebê deve comer. Agora o leite materno não é importante”*. Eu ignorei este conselho. Passou o sétimo e o oitavo mês e só então, quando Samuel Joshua mostrou interesse nos alimentos como papas, arroz e vegetais...descobrimos novos sabores comecei a dar-lhe. Ele continuou mamando e tivemos longos momentos de apego!

Quando ele completou um ano voltamos a visitar o pediatra...tinha peso e altura normais. Quando o pediatra percebeu que meu filho queria mamar, me disse: *“Senhora, seu filho já tem um ano, tem que desmamá-lo. Deve comer os alimentos caseiros, não leite materno!...O leite de vaca é melhor; tem mais gordura, etc. Aqui lhe dou uma amostra de fórmula, prove-a, seu filho estará muito bem”*.

Eu me perguntava: *“Por quanto tempo amamentar???”*.

Quando fomos morar na Bolívia por razões de trabalho, meu filho adoeceu terrivelmente por tomar água contaminada. Teve diarreia catorze vezes em um dia, perdeu peso e o apetite. Ficou fraco e esquelético. Seu estômago não estava digerindo bem os alimentos e o que comia devolvia. Os médicos hospitalizaram-no e recomendaram uma dieta de *“seis copos de leite de vaca com açúcar e sopa”*, a cada dia. Não me permitiram amamentá-lo. Fizeram lavagens intestinais, etc., lhe deram leite de vaca* através de um tubo nasogástrico e toda vez ele vomitava. Este foi o último elo que rompeu da corrente. Eu decidi amamentá-lo, e este foi o único alimento que não vomitou e o acalmou. Tinha febres altas, eu o amamentava secretamente. Havia uma auxiliar de enfermagem que o pesava imediatamente após eu amamentá-lo, para ver se tinha ganhado peso. Isto me parecia sem sentido!

Eu telefonei para Alison Velasco, líder da LLL do Peru que contactou a Carola Bech, uma pediatra e Líder da LLL Boliviana. Carola disse que me acalmasse, mas firmemente: *“Teresa, vá para casa com teu filho”*. Eu voltei ao Hospital e assinei um consentimento voluntário para que deixassem eu estar com meu filho. Depois voltamos ao Peru e continuamos a luta para sua recuperação. Os médicos lhe prescreveram antibióticos. Samuel Joshua melhorou, comeu e recebeu leite materno. A enfermidade estava sob controle.

Samuel Joshua come bem, é sadio e sempre pede seu *“titi”*. Quando completou dois anos, ouvi comentários como: *“Esse menino é muito grande para receber “titi”, não tem vergonha de continuar amamentando-o?”*. *“Está consumindo seu sangue, não percebeu quão pálida você está?”* *“Por que este mau comportamento?”* *“Quando crescer vai ter problemas sexuais, tenha cuidado com o que você faz.”* *“Você está destruindo-o psicologicamente”*.

Um dia quando Samuel Joshua completou 3 anos e 2 meses, me disse: *“Mamãe, sou um menino grande e não quero mais “titi”*. Lembro que me abraçou e saiu correndo para brincar. Nesse mesmo dia... quando estava em meus braços, pôs sua mãozinha por baixo de minha blusa e tocou meu mamilo. Continuou fazendo durante quatro meses mais, e depois acabou.

A amamentação continuada é importante para a saúde de nossos filhos/as e para as mães. É importante que a mãe receba apoio do pediatra quando deseja amamentar seu bebê além dos dois anos. Creio que meu leite foi o único recurso que manteve meu filho com vida durante sua enfermidade. Samuel Joshua hoje é uma criança sadia de seis anos. Minhas perguntas receberam respostas baseadas em evidência; a história e a ciência da amamentação prolongada. Creio que o aleitamento materno continuado é um processo natural que deve ser decidido mutuamente pela mãe e seu filho/a.

Teresa Heredia – Stepper, Oregon, EEUU

* De acordo com Teresa, seu bebê recebeu leite de vaca, não fórmula, dado que ela o provou.

Nota das Editoras: *Se você amamentou ou amamenta seu bebê ou conhece alguém que está amamentando, por favor, compartilhe sua experiência conosco.*

APOIO PATERNO

10. Experimentando a Amamentação de Minha Perspectiva: Stanley Ong, Filipinas

O ditado diz: “não tem que chorar pelo leite derramado”, mas em meu caso o oposto é verdade.

Dias depois que minha filha Naima nasceu, minha esposa Jenny tinha acabado de ordenhar seu leite, quando quase 100 ml derramaram. Ela começou a chorar. Nesse tempo, ela dava alimentação mista porque teve informação incorreta e o bebê icterícia. Tivemos momentos difíceis pra extrair o leite durante as primeiras semanas e ela realmente queria amamentar exclusivamente a Naima.

Fiquei muito triste ao ver lágrimas nos olhos de minha esposa. Essas lágrimas mudaram minha vida, já que, e agora me dou conta disso, ela necessitava de meu apoio total para amamentar. Como pai eu não pude ter a mesma experiência de apego que Jenny teve com Naima enquanto amamentava, ela com cinco anos, e Erik de dois, mas sou suficientemente homem para participar de diversas maneiras neste apego, apoiando seus esforços para alimentá-los de maneira natural e sendo ativo em envolver-me no cuidado de meu filho e filha. Eu ofereci a minha esposa mãos extras para que pudesse ter zero de estresse e produzir o leite. Eu banhava o menino e a menina, trocava suas fraldas, lia contos e os deitava.



Como fotógrafo, encontrei outra oportunidade de servir a minha esposa. Desde 2008, em agosto, exibo fotografias de mães amamentando seus filhos/as, durante o mês de consciência sobre amamentação. Cada exposição tem sido uma oportunidade única para me direcionar a temas específicos que enfrentam as mães que amamentam, desde a falta de apoio no trabalho, até as percepções errôneas de gênero e generalidades que têm seus esposos e família.

Na cidade de Filipinas, amamentar em público é visto como algo indiscreto e inclusive vulgar. Meu objetivo com estas fotografias é mostrar que o aleitamento materno é belo, fortalece e deve ser valorizado. As fotos mostram histórias reais por trás de cada mulher que amamenta e uma especial interação entre a mãe e seu filho/a. Espero que estas imagens mostrem o apego natural, e não os peitos desnudos que é o que as pessoas acham que estão vendo. Isto é experimentar através das imagens. As exposições são um compromisso meu de longo prazo, assim como o aleitamento materno é um compromisso que pode durar anos depois do nascimento de um bebê. Algum dia nossos filhos/as vão ser pais e mães, e eu estou construindo as bases de uma cultura de aleitamento materno para eles/as.

Nossa meta é estimular a que as mães amamentem com orgulho, em público ou não, e que eduquem outras a fazer o mesmo para que possamos criar um ambiente de apoio. Esta é a escola do mundo que Jenny e eu queremos para nossos filhos e filhas, e para todas as crianças do mundo.

Stanley Ong é um fotógrafo realizado e dono da Stanley Ong, em Metro Manila, Filipinas. Seu portfólio contém fotos de celebridades e modelos de alimentação, viagens e desenho interior. Seu trabalho é muito reconhecido pelas campanhas criadoras de consciência, revistas sobre estilos de vida e exposições de fotografia, mas especialmente, são muito importantes ao mostrar retratos de família, meninos e meninas.

E-mail: stanong@stanleyongphotography.com

Stanley Escreve: algumas fotos estão em exibição no Senado e outras na Casa de Representantes. *Começando em 12 de agosto de 2013, estas fotos serão exibidas em Shangri-la Plaza Mall, Metro Manila.*

As fotos de Stanley estão em:

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.333223773432292.82104.118466918241313&type=3>

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.119482191473119.31382.118466918241313&type=3>

11. Um Tributo a Mohd Nizam b. Mohd Yunus, o Pai de meus 4 filhos: Ning Desiyanti Soehartojo, Malásia

*Meus queridos filhos,
O dia em que vocês nasceram,
Seu pai os teve nos braços e rezou
As orações* (Doa) para dispor, proteger e guiar vocês, Insha Allah (Por Vontade do Senhor)
Nervosa e ansiosa eu estava naqueles dias, mas seu pai se manteve
Serenos, calmo e tranquilo. Sem seu
Zeloso apoio à amamentação e à criação de vocês
Eu talvez não tivesse desfrutado e mantido a amamentação.
Cria-me, não foi fácil quando voltei ao trabalho e quando estava de
Plantão 2-3 vezes por semana. Mas cada vez que eu estava de plantão no trabalho,
Ele estava de plantão também - em casa cuidando de vocês.
Sabem? Ele aquecia diligentemente o leite materno ordenhado e lhes
Alimentava nessas noites; consolava-lhes e nutria assim como durante muitas outras noites e dias.
Ah, seu pai, o herói anônimo de nossa família.
Não é um homem de muitas palavras e ainda assim é gracioso; é nosso amigo e confidente.
Ele inconscientemente me ajudou a ser uma mãe melhor.
Ele é minha Alma gêmea; é aquela a quem vocês chamam com carinho 'AYAH'.*

Nota Editorial: O apoio ao aleitamento materno começa em casa. Ning acredita que sem o apoio de seu esposo não estaria onde está hoje. Este poema é um tributo a seu esposo, Dr. Mohd Nizam b. Mohd Yunus, um dentista cirurgião de prática privada.

A Dra. Ning Desiyanti Soehartojo é mãe de 4 filhos. É Consultora em Aleitamento Materno Certificada (IBCLC) por Susuibu.com – the Breastfeeding & Natural Parenting Centre, de Malásia. É administradora voluntária do Programa de Conselheiras de Pares da Associação Malaya de Conselheira de Pares em Aleitamento Materno (MBFPCA – uma organização sem fins lucrativos, uma crescente rede de conselheiras de pares capacitadas). Sua missão em ambas as organizações é contatar as mães e comunidades para fortalecê-las e apoiá-las com aleitamento materno.

* Orações Doa

12. O Aleitamento Materno Tatuado em meu Coração: Miguel Antonio Quebral, Filipinas

Eu sou Daddy Migs (Papai Migs) para minhas duas belas filhas. Há dez anos, eu era um papai sem sabedoria e terminei alimentando com fórmula em 80% das vezes. Como em toda alimentação mista, o aleitamento materno de minha esposa terminou quando minha filha completou três meses. Desde então, eu tratei de estar atualizado como papai para minha filha mais velha. Mesmo depois de 24 horas de trabalho clínico, eu voltava para casa e cuidava de minha filha mais velha enquanto permitia que minha esposa fizesse outras tarefas ou descansasse ou dormisse. As necessidades de minha esposa e filhas estavam antes das minhas. Elas são o amor de minha vida.

Minha esposa faz parte do apoio *online* N@W Newlywedsatwork onde muitas mães do grupo estão amamentando ou defendendo a amamentação através da promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno nas Filipinas. Talvez muitos considerem minha esposa como uma amiga virtual, mas elas têm muita influência entre si, especialmente sobre a decisão de amamentar ao filho/a seguinte.

Quando minha esposa ficou grávida de nossa primeira filha, eu a via muitas vezes lendo com muita emoção e estudando sobre aleitamento materno. Ela me contava todas as coisas maravilhosas da amamentação, mas eu não tinha muito interesse, pois não considerava um assunto muito importante. Muitas vezes eu não entendia as coisas que ela me dizia, mas a escutava com muito gosto.



Nossas filhas têm dez anos de diferença entre elas. De repente nossa pequena Akeila nasceu prematuramente. Só tinha 30 semanas (7 meses) quando nasceu. Pesou somente um quilo. Era o menor bebê que eu havia visto em minha vida. Doía meu coração ao vê-la tão pequena na unidade de cuidados intensivos, dentro de uma incubadora e entubada.

Esse momento mudou minha vida para sempre. Aí compreendi a importância do aleitamento materno, especialmente para os bebês prematuros. Nossa neonatologista nos convenceu a dar-lhe leite materno para que suas oportunidades de sobrevivência aumentassem e para que pudéssemos ir para nossa casa. Nossa Akeila esteve no hospital durante dois meses e tivemos muitas pressões emocionais, psicológicas e financeiras, mas minha esposa se manteve firme e ambos queríamos lutar por nossa filha. Minha esposa extraía seu leite em casa, e assim foi criando uma grande reserva de leite que levávamos para nossa filha no hospital. Impressionava-me cada vez que via esse leite saindo. Quando minha esposa se preocupava com a reserva de leite que não fora o suficiente, eu tratava de animá-la. Ela adorava que eu cozinhasse alimentos galactogóge filipinos para aumentar sua reserva e a confiança em si mesma. Eu estava ali para minhas amadas naqueles momentos quando elas mais me necessitavam. Quando nossa Akeila estava na Unidade de Cuidados Intensivos, minha esposa entrou para um grupo do facebook chamado Pinays. Este é um grupo de apoio online para mães que amamentam que também está formado por membros de Newlywedstwork. Este grupo de apoio realmente ajudou a minha esposa amamentar Akeila. Elas respondiam todas as perguntas ou simplesmente estavam lá para apoiá-la 24 horas por dia, sete dias por semana.

Nossa Akeila é uma lutadora e isso fez uma grande diferença, já que foi alimentada pelo mais especial e precioso leite de pré-termo. Mesmo sendo a menor de todas as crianças na Unidade de Cuidados Intensivos, depois de dois meses de separação entre a mãe e o bebê, nossa filha finalmente veio para casa. Em casa, minha esposa começou a amamentá-la. Éramos muito inexperientes e minha esposa teve dificuldade para dormir durante a noite, já que nossa filha mamava cada duas a três horas ou a cada hora. Eu tampouco dormia o suficiente porque estava desperto todo o tempo com minha esposa e me despertava para por o bebê em meus braços ou em seu peito para que alguém dormisse. Apesar da falta de sono, a fórmula nunca foi uma opção. Tomamos decisões informadas e escolhemos o aleitamento materno.

Numa manhã de sábado minha esposa me disse que queria ir ao grupo de apoio *online* para a sessão 101. Então, fomos os quatro, e voltamos para casa com muitas coisas aprendidas para por em prática. Eu era um novato quando explicaram os benefícios do aleitamento materno e sua importância, especialmente para prematuros. Compreendi o maravilhoso que é o corpo das mulheres! Entendi que minha esposa podia dormir e amamentar ao mesmo tempo. Vi extrair seu leite com suas próprias mãos. Aprendi a dar o leite materno para Akeila com copo. E então, me tornei um lutador pelo aleitamento materno.

Agora minha esposa dorme e amamenta ao mesmo tempo. Eu a ajudo a posicionar-se sobre as almofadas e lhe trago toalhinhas. Quando tem trabalho eu dou o leite ordenhado em copo para Akeila. Posso ver quão poderoso é o aleitamento materno, quando todos e cada um em casa têm resfriados, mas nossa Akeila nunca adoeceu.

No último mês, nosso bebê fez uma cirurgia a laser. Tinha retinopatia da prematuridade, uma desordem ocular comum em prematuros. Tocou-me o coração saber que ela ia ser sedada e ia sofrer esse procedimento sendo tão pequena. Vê-la e ouvi-la chorar de dor doeu em nossos corações. Foi especialmente duro para minha esposa já que não lhe permitiram dar o leite antes do procedimento. Então, depois da cirurgia, quando nossa Akeila estava completamente desperta, começou a mamar imediatamente. Ela pôde recuperar-se mais cedo do que o esperado. Ver Akeila crescer de um quilo para quatro quilos em apenas quatro meses, pode convencer a qualquer pai a apoiar sua esposa. Antes de nossa compreensão sobre amamentação, eu via os peitos das mulheres como ornamentos. Agora vejo esses peitos como nutrientes e fortificantes. Em meu trabalho, minhas amigas mães me escutam falar sobre aleitamento materno. Essas coisas aprendi das especialistas que agora estão em meu coração. Eu me imagino um rapaz de cabelo longo e tatuado falando sobre aleitamento materno, mas novamente digo **o verdadeiro homem surge apoiando o aleitamento materno.**

Miguel Antônio Quebral é pai de duas filhas, Telisha Nicole de dez anos e Akeila Mishka de 4 anos e meio. Trabalha em processos BPO (negócios outsourcing) como um assessor sênior.

A Iniciativa Global de Apoio ao Pai (IGAP) foi lançada durante o II Fórum Global de Arrocha, Tanzânia, em 2002, para apoiar pais de crianças amamentadas.

The Global Initiative for Father Support (GIFS) was launched at the Global Forum II, Arusha, Tanzania, 2002 to support Fathers of breastfeeding children.

Em Outubro de 2006, em Penam, Malásia, nasceu a Iniciativa dos Homens. Para mais informação sobre esta iniciativa ou para participar, favor escrever ao coordenador do GTH: James Achanyi- Fontem, <camlink2001@yahoo.com> ou aos responsáveis regionais:

Europa - Per Gunnar Engblom	pergunnar.engblom@vipappor.se
África - Rae Maseko	maseko@realnet.co.sz
Ásia do Sul - Qamar Naseem	bveins@hotmail.com
América latina e Caribe, Arturo Arteaga Villaroel	arturoa36@hotmail.com

Para mais informação sobre a Iniciativa dos Homens da WABA (MI) veja:
<http://www.waba.org.my/whatwedo/mensinitiative/index.htm>

ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO – New Directions

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 deveria ser reconhecida por promover, proteger e apoiar o aleitamento materno. Artigos mais longos também são bem-vindos.

13. O Dr. Carlos Beccar Varela, um Revolucionário na Criança de Peito: Marcela Jurquiza, Argentina

No dia 3 de setembro tivemos uma notícia muito triste; deixou sua vida nesta terra o querido Dr. Carlos Beccar Varela, aos 80 anos, completados recentemente no mês de julho em meio a uma celebração familiar junto a sua esposa Catalina, seus 10 filhos e seus numerosos netos/as.

Foi médico pediatra, com mais de 45 anos de experiência, autoridade líder em aleitamento materno, que ajudou centenas de mulheres a conhecer e levar plenamente sua maternidade na sublime arte de nutrir a seus filhos/as por meio da prática natural da amamentação. Um revolucionário amante da criança de peito.

Dirigiu seminários e oficinas de capacitação em aleitamento materno para profissionais de saúde e foi consultor da Organização Pan-americana de Saúde. Em 1987, obteve o prêmio “Sociedade Argentina de Pediatria”, e em 1993 o Primeiro Prêmio Trabalho Livre do 1º Simpósio Argentino de Aleitamento Materno. Foi assessor médico da La Leche League da Argentina durante mais de 20 anos, também assessorou a Fundalem, entidade privada que oferece apoio em aleitamento materno e onde desenvolveu tarefas docentes na Carreira Universitária de Puericultura.

Formou-se em Medicina em 1960 e em Pediatria em 1970. Em 1974, em um trabalho convidado por uma empresa fabricante de leite de fórmula, pelo qual devia certificar ou não se este era de boa qualidade em relação ao leite materno, teve que estudar profundamente as características do leite humano. A partir disso, prosseguiu com a investigação e a análises das situações que se apresentavam em seu consultório.

Publicou entre outros livros “Aleitamento Materno, guia profissional”, “Amamentação feliz”, um “Módulo de capacitação sobre aleitamento materno para técnicos e auxiliares”, e o principal com 12 edições (até uma digital): “A Arte de Amamentar a teu filho”.

Em A Arte de Amamentar a teu filho, escreveu:

“Este livro foi escrito para você, senhora, que espera um filho ou acaba de tê-lo. Você deseja o melhor para ele e por isso dará um lar, abrigo, cuidados e alimento com muito amor. Sabe que seu



leite é um bom alimento para seu filho porque tem ouvido muitas pessoas dizerem e tem lido tantas vezes. Mas talvez não se sinta segura de poder amamentá-lo com sucesso, porque teme ficar sem leite ou que o mesmo não seja suficientemente nutritivo. Estes são erros de conceito que, como muitos outros, circulam diariamente nas conversações entre pacientes, amigas e vizinhas. Este livro pretende corrigi-los.”

A partir destas publicações instalou-se no meio pró-aleitamento materno o conceito “ASESUPA” que responde a cinco necessidades básicas de todos os bebês: Alimento, Sucção, Estímulo, Sono e Upa (carregar nos braços o bebê).

Sua atividade intensa na La Leche League da Argentina deixou uma impressão inapagável e um ensinamento que continua sendo transmitido, em mensagem simples, clara, afetuosa, e às vezes contundente, com toques de humor que desdramatizavam e enchiam de humanismo as situações, é muito valorado e tomado como exemplo em um sem número de ocasiões.

Marcela Jurquiza, Líder da LLLI, Mar Del Plata, Argentina

*Por favor, veja as seguintes mensagens de Líderes da LLL Argentina sobre o Dr. Carlos Beccar Varela, mais adiante publicados em **Recordando**.*

Nota Editorial: *Queremos também reconhecer o trabalho de todas as pessoas que apoiam o aleitamento materno lutando pelo aleitamento materno. Obrigado!*

NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMENTAÇÃO

14. Fábulas de Aleitamento Materno na Web: Ivy Makelin, China

As fábulas sobre aleitamento materno estarão logo disponíveis na website da La Leche League da China. Esta organização recentemente realizou um concurso de fábulas em aleitamento materno cujos resultados foram adquiridos pela LLL da China. A LLL da China quer criar um domínio gratuito para o público com uma biblioteca de fábulas disponíveis para apoiar a promoção e defesa do aleitamento materno em todo o mundo. As fábulas serão aproveitadas como materiais promocionais futuros para o aleitamento materno, incluindo, mas não se limitando a cartazes, calendários e anúncios e serviços públicos.

Para mais informação, contate: Ivy Makelin, LLL China, Beijing at babameeme@gmail.com

15. HealthPhone – Telefone de Saúde: Salvando a Vida de Milhões de Bebês e Mães

HealthPhone™ anunciou o lançamento na Índia do canal da UNICEF Ammaji Channel mostrando vídeos fáceis de ver nos HealthPhones. Cheios de vídeos educacionais sobre saúde, nutrição, sanidade, higiene e temas relacionados, esta é uma app que pode salvar e melhorar a vida dos bebês e mães mais vulneráveis da Índia. A biblioteca cobre 13 temas críticos de saúde e nutrição, e se baseia em 1400 vídeos que já estão na web em 61 idiomas e oferecem aos pais, mães, cuidadores e pessoal de saúde, informação essencial que de outra maneira nunca chegaria a milhões de comunidades e famílias rurais.

Veja e utilize estes vídeos gratuitamente hoje!
<http://www.healthphone.org/ammaji/>

16. Novo Estudo Revela o Importante Papel da Insulina na Produção de Leite Materno

Um novo estudo científico do Hospital de Crianças do Centro Médico de Cincinnati e da Universidade Davis da Califórnia, adicionou ao estudo prévio, novas implicações do papel da insulina no êxito da

amamentação. O estudo anterior mostrou que as mães com marcadores sub-ótimos de glicose no metabolismo – tais como sobrepeso, gravidez em idade avançada ou tendo bebês de grande peso – mostravam que demoravam mais em produzir o leite materno, sugerindo um papel para a insulina na glândula mamária. O novo estudo mostra como a glândula mamária se torna mais sensível à insulina durante a amamentação.

“A perspectiva ideal é a preventiva”, disse Laurie Nommsen-Rivers, PhD, uma cientista do Hospital de Crianças de Cincinnati e autora deste estudo, publicado on-line em PLOS ONE*, uma revista da Biblioteca Pública de Ciências. “As modificações na dieta, cheia de exercício são mais poderosas que qualquer droga. Depois deste estudo clínico, esperamos estudar as interações”.

<http://medicalxpress.com/news/2013-07-reveals-important-role-insulin-breast.html>

<http://www.sciencedaily.com/releases/2013/07/130705212228.htm>

Nota Editorial: O estudo publicado on-line – “RNA Sequencing of the Human Milk Fat Layer Transcriptome Reveals Distinct Gene Expression Profiles at Three Stages of Lactation” .

Pode ver-se em <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0067531#s2>

17. **Preditos de Ausência de Aleitamento Materno Exclusivo aos 6 Meses entre Mães Rurais do Leste da Etiópia: um estudo multissetorial de base comunitária: Gudina Egata, Yemane Berhane e Alemayehu Worku**

Antecedentes: O aleitamento materno exclusivo de crianças menores de seis meses é um método simples de alimentação custo-efetivo que assegura uma maior sobrevivência infantil e que logra o cumprimento das Metas e Objetivos de Desenvolvimento do Milênio para a infância no mundo em desenvolvimento. Foram identificados fatores associados como melhores práticas de aleitamento materno que ajudam a incrementar a cobertura da mesma e a maximizar suas vantagens através de uma defesa melhorada. O objetivo do estudo foi identificar os preditos do aleitamento materno não exclusivo nas áreas rurais do Leste da Etiópia.

Métodos: Um estudo intersectorial comunitário se realizou com pares de mães-cuidadores-filhos ou filhas, no Leste da Etiópia, de julho a agosto de 2012. Os dados de práticas de alimentação infantil foram obtidos através de entrevistas com um questionário estruturado, aprovado anteriormente. Estimou-se um intervalo de 95% de segurança para os preditos de aleitamento materno não exclusivo utilizando uma regressão logística multi-variável.

Resultado: A prevalência do aleitamento materno não exclusivo de crianças menores de seis meses foi de 28.3%. O aleitamento materno não exclusivo se praticava mais por aquelas mães que não estavam casadas naquele momento [AOR (95% CI) = 2.6 (1.1, 6.0)], mães que não tiveram acesso aos serviços de saúde [AOR (95% CI) = 2.9 (1.9, 4.3)], e mães cujo conhecimento sobre as práticas de alimentação infantil era muito baixo [AOR (95% CI) = 3.4 (2.4, 4.7)].

Conclusão: O aleitamento materno não exclusivo é mais comum entre as mães que não tem relações maritais, têm pouco acesso aos serviços de saúde e inadequado conhecimento sobre as práticas de alimentação infantil. O apoio da família, sua educação, comportamento e comunicação sobre mudanças de conduta na alimentação infantil, especialmente sobre aleitamento materno exclusivo em nível comunitário, podem melhorar o conhecimento, o comportamento e as práticas das mães para uma ótima alimentação infantil.

Este artigo está disponível em: <http://www.internationalbreastfeedingjournal.com/content/8/1/8>

International Breastfeeding Journal 2013, 8:8 doi: 10.1186/1746-4358-8-8

As autoras são Gudina Egata^{1*}, Yemane Berhane² e Alemayehu Worku^{2,3}

* Pode escrever a Gudina Egata para gudina_egata@yahoo.com

Afiliações das Autoras

1. College of Health and Medical Sciences, Haramaya University, Harar, Etiópia
2. Addis Continental Institute of Public Health, Addis Ababa, Etiópia
3. Department of Epidemiology and Biostatistics, School of Public Health, Addis Ababa University, Addis Continental Institute of Public Health, Addis Ababa, Etiópia

18. Produção de Leite após o Desmame – Um Estudo

Este questionário (veja: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK153471/pdf/TOC.pdf>) foi preparado para um estudo delineado para determinar a duração do tempo da produção de leite nas mães, uma vez que seus filhos/as haviam deixado de mamar. Nossa hipótese foi que é normal que as mães produzam leite durante meses ou anos depois que amamentaram pela última vez e que se isto se confirma se poderia ajudar às mães a não fazer exames não necessários e não ter preocupações desnecessárias, quando normalmente quando se descobre que ainda continua produzindo leite.

Para participar:

- Sua criança tem que ter deixado de mamar pelo menos há dois meses.
- Pediremos que comprima sua aréola, para que saia leite, no primeiro dia de cada mês, o suficiente para determinar se ainda tem leite.
- Enviaremos um e-mail para lembrá-la de responder a um questionário cada mês. Estes questionários de seguimento são muito curtos e não durará mais que um minuto ao preenchê-los. Você pode vê-lo em: <https://docs.google.com/spreadsheets/viewform?formkey=DEF1VFdaQ2J5eXJkSIJ6ejZWczZ2NHc6MA>

Você pode decidir deixar de participar do estudo a qualquer momento que desejar. A informação que você der se utilizará somente para os propósitos deste estudo, será tratada como confidencial e não será possível identificar a informação, que se compartilhe com ninguém a não ser com os/as investigadores, e não se incluirá em nenhuma informação ou publicação.

Investigadores: Dr. Jack Newman, FRCPC; Andrea Polokova

RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

19. IBFAN-ICDC Legal Update – Atualização Legal, Julho 2013: IBFAN Penang, Malásia

IBFAN –ICDC Atualização Legal - julho 2013 está disponível para ser baixada pela internet!

O número de julho de 2013 está centrado na história das patentes dos componentes do leite humano. Estas patentes se utilizam como “propriedades saudáveis” por parte das companhias que produzem fórmulas com o objetivo de promover seus produtos. As companhias de fórmulas utilizam estas patentes para dizer e reclamar direito sobre alguns procedimentos e substâncias que eles copiam do leite materno.

A Atualização Legal também está feliz ao anunciar que El salvador finalmente adotou uma lei sobre promoção e proteção do aleitamento materno que inclui muitas provisões do Código Internacional. Para baixar uma cópia da Atualização Legal de julho de 2013, veja: <http://www.ibfan.org/art/LU-July2013.pdf>

Raja Abdul Razak, Apoio em Publicações, IBFAN-ICDC, Penang
E-mail: ibfanpg@gmail.com

20. Breastfeeding Today – Aleitamento Materno Hoje, Junho – Agosto 2013

Muitas intervenções médicas durante o trabalho de parto e mesmo durante parto se tem comprovado que não melhoram os resultados e complicam mais a situação. O desejo e habilidade do bebê para mamar também pode se ver afetado por tudo que ocorre durante o parto. Dei-me conta amamentando meu segundo e terceiro bebê – tendo partos em casa– de porque eu tive que lutar para conseguir que meu primeiro bebê pegasse o peito depois de um parto com muitas dificuldades e uma separação inicial. Teresa Pitman examina algumas das intervenções mais comuns e os possíveis efeitos secundários que as mães enfrentam quando dão a luz. Ela sugere estratégias para vencer estes obstáculos e para que o aleitamento materno possa sair vitorioso.

Aleitamento Materno Hoje está disponível on-line e em publicação impressa em Mag Cloud - <http://viewer.zmags.com/publication/fd9eb27c#/fd9eb27c/1>

Visite e marque "gosto" no Facebook www.facebook.com/BreastfeedingToday?ref=ts&fref=ts
Desfrute sua Revista!

Barbara Higham é Líder da La Leche League, editora de Breastfeeding Today e coeditora da LLLGB's Breastfeeding Matters. Mora no povoado Spa de Ilkley, West Yorkshire, no Norte da Inglaterra com Simon e seus filhos/as, Felix (15), Edgar (11) e Amélia (7).
E-mail: editorbt@llli.org

21. Três e Mais: Histórias de Meninos e Meninas Amamentados e de suas Mães que os Amam: Janell E. Robisch, Reino Unido

Na metade do ano de 2014, Praeclarus Press programou lançar seu livro **To Three and Beyond: Stories of Breastfeeding Children and the Mothers Who Love Them – Três e Mais – Histórias de Meninos e Meninas Amamentados e de suas Mães que os Amam** (título sujeito a mudança). Este livro enfoca especialmente as histórias pessoais de mães maiores de 30 anos que decidiram ou amamentaram a seus filhos. Minha meta com este livro é ter como uma reunião da La Leche League, com mães de criança a termo amamentando.

Estou nas etapas finais de coletar as histórias destas mães e vou enviar o livro para ser publicado no próximo ano. Para mais informação sobre este projeto, convido-lhes a ver meu blog (<http://tothreeandbeyond.blogspot.com>), Facebook page (<https://www.facebook.com/ToThreeAndBeyond>), Facebook community page (<https://www.facebook.com/groups/660759677271153/>), Twitter feed (<https://twitter.com/2ThreeAndBeyond>), or Google Plus page (<https://plus.google.com/100059992862095809186/posts>).

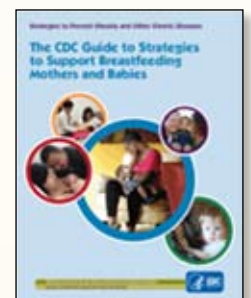
Janell E. Robisch é uma editora de tempo integral e escritora que trabalha em casa. Tem três filhos, todos amamentados por mais de três anos. Agora está ativamente educando seus filhos em casa (homeschooling) e desfrutando da vida através de seus anos de aleitamento materno.

22. Centro de Controle de Enfermidades (CCE) Guia para Estratégias de Apoio às mães Lactantes e seus Bebês: EEUU

Estratégias para prevenir a obesidade e outras enfermidades crônicas: O CDC (Centro de Controle de Enfermidades e de Prevenção), Guia de Estratégias para Apoiar às Mães Lactantes e seus Bebês é uma atualização do guia CDC 2005 sobre intervenções de aleitamento materno. Também oferece às autoridades estatais e comunidades locais, informação para escolher a melhor estratégia de aleitamento materno que preencha suas necessidades.

O apoio ao aleitamento materno é necessário em muitos campos difíceis, incluindo os hospitais e os centros de maternidade, locais de trabalho e comunidades. Este Guia oferece a investigação baseada em evidência, demonstrando as estratégias de intervenção efetivas e oferecendo a informação relevante que inclui exemplos de programas e recursos.

<http://www.cdc.gov/breastfeeding/resources/guide.htm>



23. Aleitamento Materno a Cores: Iola Kostrzewski, EEUU

Eu nasci sem saber nada sobre aleitamento materno... Não... apaguem isso. Vi uma vez uma mamãe amamentar na televisão. Perguntei a minha mamãe o que ela estava fazendo e ela respondeu: *"alimentando a seu bebê, porque ela não tem mamadeiras"*. Esta conversação ficou aí; eu ainda brincava com minhas bonecas e suas mamadeiras, e nunca voltei a pensar no assunto.

Na metade de minha primeira gravidez, me introduzi no mundo da alimentação infantil e nesse momento o aleitamento materno me pareceu bem. Amamentei e continuei amamentando oito meses a meu filho, e depois escolhemos a fórmula – apenas para trocar e buscar leite doado quando a fórmula não deu bom resultado.

Com minha segunda gravidez...deixamos de lado o hospital e fomos para Morning Star, um centro de maternidade. Troquei meu médico por parteiras e adicionei uma Doula a esta mistura e joguei fora todas as mamadeiras. Minha relação com o aleitamento materno começou forte e se tem mantida assim. Não quero dizer que o fato de dar a luz em um hospital ou de ter mamadeiras em sua casa faça com que não possa amamentar, estou apenas falando de minha experiência.

Mas é claro que faltava algo. Não posso dizer o que era que ainda estava ausente. Amamentar a meu filho era maravilhoso, estávamos com 8 meses de uma relação muito forte. Mas um dia me dei conta do que era, e foi *"a palha que partiu nas costas do camelo"*. Vi uma foto no facebook de uma mulher de um povoado - em um país da - África amamentando a seu filho em frente a um casebre. Era muito bonita. Eu não tive problema até que li os comentários. Uma mulher dizia: *"é bonito ver uma mãe de cor amamentando"*. Sou uma mulher de cor, e pela primeira vez quis que nenhuma mulher deixasse de estar no pórtico do National Geographic.



Iola amamentando a seu filho em um Almoço de Pancitas e Tetas.

É assim como e porque começou meu projeto de **Aleitamento Materno a cores**. Tenho uma grande necessidade de fotos de mães amamentando a seus bebês. Esta necessidade não é só para as mulheres afroamericanas, mas para todas as mulheres da Ásia, nativas americanas e descendentes latinas. Entretanto, as mães afroamericanas são meu principal alvo neste momento, já que as taxas de aleitamento materno destas mães, apesar de ter crescido, são muito baixas comparadas com as taxas de aleitamento materno das mães caucásias. Eu sei que isso se deve a disparidades na saúde, traumas históricos, educação e renda. Mas, creio firmemente que estas fotos podem levar a uma função ao fazer com que as mães amamentem ou não. Estes retratos vão mostrar que o aleitamento materno não é somente *"um assunto de classe média"*, mas também algo que toda mãe pode fazer.



Amiga de Iola amamentando próximo à piscina.

Até agora recebi dez fotos para meu projeto que será lançado durante o mês da consciência em aleitamento materno. Se Receber mais fotos, vai ser maravilhoso, mas se não, de todas as maneiras eu as mostrei em minha galeria. Espero que muitas pessoas e meninas as vejam e que não passem toda a vida sem saber disto até que estejam grávidas e se deem conta do que é o aleitamento materno. Espero que as mães vejam estas fotos e saibam que existem mães que são exatamente assim quando amamentam.

Iola Kostrzewski – sou mãe de dois meninos de 2 anos e 10 meses. Sou educadora infantil e em amamentação, capacitadora e estou aspirando para ser parteira. Também tenho um blog: whatthebeepamidoing.com
E-mail: babywearingapmama@gmail.com

CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO

Por 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.

24. Clube de Meninas de Bonecas Amamentadas: Emily Kargauer Samansky, EEUU

Minha filha de 6 anos decidiu que necessitávamos de um clube de “meninas”. Estou grávida e lhe perguntei se podia continuar assistindo, ainda que tenha um menino? Disse-me que claro que sim, mas só se o menino realmente necessitar de sua mãe. Até que idade então? Até 3 anos e meio. :) Depois, ela estava amamentando a sua boneca. Disse-me que seu bebê já tinha 1 ano e podia alimentar-se com sólidos depois de mamar. Vejam como marcam algumas das coisas que fazemos! n!

E-mily Kargauer Samansky, Massachussette, USA

25. Minha Perspectiva vista do Carregador: Bebê, Especialista em Amamentação

Minha família sempre teve essa coisa de manter-me próxima e andar utilizando carregadores de bebês. Dei-me conta de que simplesmente sou uma bela e sortuda menina e isto por que:

Reconheço. Cuspo muito e eh, muitas vezes solto gases. Meu pequeno estômago sente-se melhor quando estou levantadinha e juntinha a minha mamãe.

Os carros, pulam muito. Me mantem longe de mamãe e só vejo os joelhos das pessoas!

Algumas vezes me assusto como quando ouço ruídos muito altos, ou, às vezes, por nenhuma razão em particular. Por isso eu gosto quando mamãe e papai estão lá no momento preciso.

Meu avozinho disse que sou muito inteligente e que por isso eu gosto de ficar no alto, para poder ver tudo o que está acontecendo! Eu sei. Muitas vezes me ponho estúpido. Embalar-me ajuda a relaxar e faz com que eu durma. Fascina-me quando meu papai me envolve! Algumas vezes fica dormindo no sofá comigo em seu peito. É muito lindo quando ele ronca.

Quando mamãe usa seu celular, tem ambas as mãos livres para escrever mensagens!

É muito fácil fazer com que a mamãe saiba quando desejo que me amamente. Volto-me para vê-la e faço carinhas encantadoras e chupo meus lábios. Se não dá certo, chupo um pouco minhas mãozinhas. Mamãe logo percebe. Não há necessidade de chorar. Logo chega minha deliciosa merenda!

Entretanto, nem tudo é perfeito. Muitas vezes me pergunto por que a mamãe fica beijando minha cabeça e dizendo: Ah, como és delicioso!

Você come enquanto me amamenta? Quem sou eu? Um babador? Eu sei que não faz com intenção, mas, às vezes, caem algumas migalhas. Mas, em geral, a verdade é que não gosto de ficar sentado por muito tempo, me aborreço, eu gosto de movimento. Mexemo-nos!

Artigo de Breastfeeding USA Horizons, Boletim Agosto 2013, Volume 3 Número 6

<http://www.breastfeedingusa.org/>

Autoras: Gail Moak e Kate Kerr.

26. Aleitamento Materno de Acordo com Uma Menina de Três Anos:

Malissa Campbell, EEUU

As mães lactantes têm experimentado sorrisos, risinhos e até os aplausos de nossos bebês quando expressam sua gratidão por lhes dar o nosso leite. Conforme crescem seu entusiasmo não diminui. Minha menina de três anos: Mamãe, posso mamar?

Eu: Sim, claro.

Minha menina de três anos: Genial! ¡Maravilhoso!

Malissa Campbell é Líder da La Leche League, de um grupo rural de Illinois, EEUU. Está orgulhosa de fazer educação em casa (homeschooling) para seus 5 filhos/as. Os 3 maiores foram amamentados/as e os/as 2 últimos/as recém aleitamento materno. Eles/as são: Simeon-11, James-9, Amos-6, Annie-4 e Jonah-2 em Novembro!

AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

Se 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.

27. A Segurança que Dão as Avós. Chave para o Sucesso da Amamentação:

Susan Mocsny Thomas, EEUU

Quando minha filha e minha nora deram a luz a minhas netas e netos, eu estava entusiasmada em viajar para acompanhá-las. Oferecer apoio à amamentação e a segurança que só pode dar uma avó a seus familiares é uma forma de manter a conexão. Minha filha Erin e sua família moram em Orange Country, Califórnia, à uma hora de Los Angeles onde moram meu filho Ryan e minha nora Leilani. Meu esposo e eu viajamos 3,000 milhas de distância, em Massachusetts.

Em junho de 2011, Leilani teve seu primeiro filho Liam com um trabalho de parto natural com a ajuda de sua instrutora/Doula até que seu colo do útero dilatou para 7 centímetros e “parou”. Aparentemente o tamanho de Liam era grande e o trabalho de parto não prosperava. Depois de 6 horas, a dilatação se mantinha em 7 centímetros e apesar de receber Pitocin, uma peridural, e de utilizar técnicas de relaxamento, terminou em uma cesárea. Depois teve mamilos fissurados e alguns problemas amamentando e procurou uma consultora em aleitamento materno. Meu filho permaneceu animando-a para que mantivesse a amamentação, com, “por favor, aguarde até que mamãe chegue para lhe ajudar”, e assim o fez. Chegamos quando Liam fazia cinco dias e pudemos reafirmar a amamentação cedo e reforçar com algumas posições para aliviar os peitos.



Susan carregando Duncan à esquerda da foto, Keira em seu colo e Liam à esquerda. Que alegria!

Em agosto de 2011, Erin deu a luz a Duncan com um parto em casa sem complicações. Depois Duncan teve icterícia por não tomar bem o peito. Eu havia solicitado permissão do trabalho e realizado reservas de avião baseada na data aproximada do parto para acompanhá-la no trabalho de parto e pós-parto. Mas Duncan nasceu 3 semanas antes. Por sorte, pude estar virtualmente “com ela” no parto. Minha irmã havia passado para dar-lhes comida e ficou a pedido de Erin. Depois pude enviar-me fotos, me telefonou na hora do parto e me pôs no viva-voz. Pude ouvir a Erin e o primeiro choro de Duncan. Pude ajudar a encontrar uma conselheira de amamentação e ajudar com a icterícia, e por fim pude chegar aos 10 dias. Leilani estava com 6 semanas pós-parto e ainda necessitava de meu apoio. Foi um tempo agitado para minhas cunhadas com crianças nascendo com cinco semanas de diferença!

Quando Leilani anunciou que esperava seu segundo bebê para março de 2013, soube naquele instante que lá estaria se ela quisesse. Ela ansiava um parto natural. Com esta segunda gravidez veio na lembrança o seu primeiro obstetra e compreendeu que se continuasse com o mesmo, acabaria em outra cesárea. Ela e Ryan decidiram procurar um grupo de parteiras que tinham um centro e faziam partos em domicílio com apoio de obstetras. Leilani foi tendo confiança e pensou que um parto em casa seria o melhor e lhes permitiria não afastar-se de Liam que tinha 20 meses, e que isto significava uma menor chance de ter cesárea. Falamos. Disse-lhe que estaria lá quando ela quisesse, se para as datas aproximadas do parto ou uma semana depois para dar a ela e a Ryan mais tempo com seu novo bebê. Preferia a última opção e de novo tive que pedir permissão no trabalho e fiz as reservas para 17 de março. Erin se ofereceu para apoiá-

la durante o parto. Duncan estaria com ela e teriam próximo seu priminho com quem se dava muito bem. Ironicamente, quando Leilani estava em trabalho de parto, Liam não teve problemas para dormir, mas Duncan nunca fechou seus olhos até que nasceu sua priminha e pode vê-la. A pequena Keira nasceu antes de 1 hora da manhã em 7 de março com um parto em casa com sucesso. Começou a mamar de imediato como se houvesse feito isso sempre.

Cheguei à Califórnia em 17 de março e conheci Keira. Como meu voo chegou tarde, Liam estava dormindo e pude embalar minha neta um pouquinho. Leilani e Ryan estavam felizes com minha chegada. Ryan necessitava voltar ao trabalho em lugar de ir e vir para trazer comida e ver como iam. Tive a oportunidade dessa visita maravilhosa para estar com meu filho e sua família, e com minha filha e sua família. Erin e Duncan vinham quase diariamente e os meninos brincavam. Pude viajar para perto, à casa de minha mãe para que eles pudessem desfrutar de seus bisnetos.

Sinceramente, acho que o apoio da família é crucial para o sucesso da amamentação. Isto e a forte determinação de minha filha e minha nora e sua procura por parto com menor intervenção possível, fizeram da amamentação um sucesso. Meu neto Duncan ainda mama. Meu neto Liam se auto desmamou antes que nascesse sua irmãzinha. Minha neta Keira está mamando bem e é um bebê saudável.

Continuamos em contato por internet, celular, mensagem de texto, Face Time ou Skype com conversações diretas cara a cara. Isso tem significado muito para mim. Vejo meus netos e neta amadurecer e desenvolver-se e posso escutá-los me chamar de Avozinha. Isto permite me sentir uma pessoa importante em suas vidas e faz de nossas visitas algo significativo sem ter que se acostumar comigo cada vez que nos vemos.

Susan Mocsny Thomas vive com seu esposo Brian e viajam entre suas casas em Westborough, Massachusetts e Pinehurst, Carolina do Norte, EEUU. Desde 1981, Susan tem sido uma ativa Líder da La Leche League e tem 3 filhos/as --Ryan, Erin e Kyle. É enfermeira e durante os últimos 20 anos tem trabalhado na unidade de partos do hospital. Seus netos são Liam e Duncan, e sua neta Kiera. Em seu tempo livre gosta de ler e jogar golfe.

E-mail: SThomas826@gmail.com

Nota editorial: *Agradecemos a Fran Dereszynski, Editora de Continuum, LLL Alumnae Association, por este artigo do boletim LLL Alumnae, Continuum.*

28. Experiência de uma Avó Primípara: Maria Lúcia Futuro Mühlbauer, Brasil

Era uma piada frequente entre minhas amigas, que eu era uma EMMSN (Invejosa Mulher do Movimento Sem Netos/as). Todas as minhas amigas já os tinham e eu, com mais filhos/as, não tinha nenhum! Ia fazer 60 anos sem netos/as! Mas, no último Natal, recebemos a notícia de que minha filha mais velha, que mora em outra cidade, estava com 3 meses de gravidez! E ia ser transferida para trabalhar no Rio de Janeiro, onde moramos.

O bebê nasceria um mês depois de sua transferência! Tinha que alistar muitas coisas para esse momento, um lugar onde morar e trabalhar. Estavam felizes. O casal estava maduro com 35 anos cada um e com estabilidade de trabalho.

Logo mais notícias: minha segunda filha esperava um bebê para janeiro!! Para quem era uma mulher sem netos/as, ia ter dois muito rapidamente! Agora a piada não só era que ia romper o EMMSN, mas também que ia arrasar!

Tinha tantas emoções, perguntas, conflitos, advertências e aprendizagem de minhas amigas avós! Primeiro os desejos da mãe e do pai! Essa era Minha primeira regra auto imposta! Sendo tão proativa, com muito que fazer e meditando só um pouquinho, necessitava de cuidar-me para não invadir o espaço parental.



A proximidade do parto e a dificuldade de encontrar um lugar onde vivêssem poderia ser facilmente decidido já que minha casa é muito grande. Seus dois irmãos ainda moram comigo, mas estariam felizes de dar seu espaço para ajudar a preparar a chegada do bebê. Mas, conhecendo-nos, minha filha e eu, haveria tensão já que somos muito diferentes quando se refere ao manejo de uma casa.

Finalmente, encontramos uma casa na vizinhança, perto da minha, há 20 minutos caminhando e mais rápido ainda de carro ou bicicleta! Era realmente ideal, com sol pela manhã e ao entardecer, arejada e em uma rua silenciosa.

Houve pânico 20 dias antes que nascesse o bebê, mas com ajuda de todos/as as coisas foram se arrumando pouco a pouco mesmo que ainda hoje há caixas sem abrir.

José nasceu depois de alguns dias de trabalho, com total dilatação e com um cordão que criou confusão quando ia nascer. Primeira luta: Operação emergência “45 minutos do segundo tempo” como dizemos neste país do futebol...mas apesar da presença de mecônio, tudo saiu bem ao final. Deixando a maternidade, se pôs amarelo, como bronzeado...e com olhos fechados, mas o exame de sangue confirmou sua boa saúde.



Minha filha com seu bebê.

A semana seguinte foi de adaptação, todos adaptando-nos ao bebê, e dando espaço à mamãe e papai para que cuidasse dele, e eu apoiando minha filha com comida, as fraldas e roupa. Antes de uma semana, o bebê ficou mais amarelo. Seu pediatra se preocupou e solicitou outro exame de sangue. Finalmente, levaram o bebê para a UCI, Unidade de Cuidado Intensivo, para tratá-lo de uma infecção comum causada por uma bactéria. Em resumo, estive hospitalizado por 14 dias, com todas as complicações possíveis para a amamentação – dando-lhe mamadeira quando a mãe estava em um quarto ao lado e cheia de leite – durante um procedimento para coletar urina, “para ter mais fluido e drenar mais rápido”, como se o leite materno fosse só um líquido.

À família não foram permitidas visitas. Só a mãe e o pai podiam entrar num hospital com uma sala para 45 bebês!! Era impossível então que estivesse todo o tempo lá. Eu só podia trazer comida de casa, roupa limpa e estar perto nos corredores no máximo.

Finalmente, saiu do hospital, ainda amarelo, mas com exames inconclusos. Adaptando-se ao peito, pequeno, com peso mínimo, com exames frequentes, consultas com especialistas recomendados, e eu, a avó, aprendendo a ficar calma já que a mamãe e o papai decidiram viver cada dia sem antecipar o sofrimento ou as possibilidades negativas. E eu sem interferir (que belo!), aceitando os limites de não ser radical, sem dar opinião nem criticar o comportamento de os/as profissionais frente ao aleitamento materno.

A rede de amizade e solidariedade que se construiu com a chegada de José é um caminho que só pode descrever quem a viveu. Muita gente desejava nos visitar, mas respeitava as indicações médicas e nos apoiava todo o tempo! Percebemos a importância dessas amizades amorosas nesses momentos.

Sinto muito orgulho de minha filha e meu genro conforme vejo a recuperação de José e como enfrentaram as dificuldades e estão em paz. Meu reconhecimento às minhas avós das Amigas do Peito que me permitiram, em conversações e reuniões, saber das dificuldades de outras mães nos grupos de apoio. Ainda não sei se posso manter minha promessa de não intervir, não invadir e respeitar porque apenas estou nas primeiras etapas de ser avó. Entretanto, estou entusiasmada escrevendo livros para meninos e meninas, unindo-me a grupos de conta-contos e fazendo exercício regularmente para poder alçar dois bebês em meus braços ao mesmo tempo, se for necessário.

 Maria Lúcia Futuro Mühlbauer, mãe de 5 adultos/as amamentados/as e avó de José. Membro das Amigas do Peito desde 1984, membro de IBFAN Brasil desde 1987, Especialista em Educação Lúdica e autora de livros para meninos e meninas.

AMAMENTAÇÃO, HIV e AIDS

29. O Aleitamento Materno Reduz o Risco de HIV

Os bebês amamentados exclusivamente por mães HIV positivas têm menor porcentagem de possibilidades de adquirir HIV de suas mães, comparados com aqueles que não foram amamentados durante seus primeiros seis meses de vida. De acordo com os/as especialistas, o risco de transmissão para bebês amamentados/as é de 4%, enquanto que para os/as não amamentados/as é de 10% mais.

A Dra. Phillipa Musoke, professora associada do Departamento de Pediatria e Saúde Infantil da Universidade Makerere, disse que o leite materno não irrita o intestino, é digerido facilmente e, portanto, a parede de revestimento do intestino se mantém intacta e então o vírus não pode entrar no sistema sanguíneo. “Se você mistura a amamentação com fórmula ou leite de vaca, o intestino se irrita”, disse ela.

<http://www.monitor.co.ug/News/National/Breast+feeding+lowers+HIV+risk/-/688334/1934556/-/qgme0t/-/index.html>

SITES E ANÚNCIOS

30. Visite estes sites

Fatores associados com a introdução de alimentos lácteos no Nepal: resultados da Pesquisa Demográfica e de Saúde do Nepal 2011: Vishnu Khanal^{1*}, Mandira Adhikari², Kay Sauer^{1,3} e Yun Zhao¹

<http://www.internationalbreastfeedingjournal.com/content/8/1/9>

Publicação OMS gratuita: INICIATIVA HOSPITAIS AMIGOS DA CRIANÇA, Revisada, Atualizada e Estendida ao Cuidado Integral

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK153471/pdf/TOC.pdf>

Austrália modificou suas práticas de mercado relativas à nutrição para minimizar as vendas e impacto nas ganancias do Código Internacional de Comercialização de os Sucedâneos do Leite Materno da Organização Mundial da Saúde OMS, revela um estudo sobre publicidade na Austrália.

<http://www.foodnavigator-asia.com/Policy/Aussie-firms-modified-infant-nutrition-marketing-to-minimize-WHO-Code-impact-says-study>

Por haver amamentado durante um voo de 5 horas, a mãe foi maltratada por aeromoças da American Airlines. Ao queixar-se no serviço ao consumidor, a American Airlines disse que sua política era solicitar às mães que “cubram” o peito. O governo federal e quase todos os Estados têm leis que protegem amamentar em público. Esses direitos são perdidos quando um avião deixa o solo?

<http://anurturingmoment.blogspot.com/2013/08/a-challenge-to-american-airlines.html>

Mall Tupelo se desculpa com as mães lactantes. Dizem que “não manejaram” bem a situação, seus oficiais. Tupelo, Mississippi, EEUU

<http://www.clarionledger.com/article/20130806/NEWS/308050021/Tupelo-mall-apologizes-breastfeeding-moms>

Vídeos da Semana Mundial de Aleitamento materno da LLL Querétaro e LLL San Luis Potosí, México (espanhol)

https://www.youtube.com/watch?v=c_nw8JkQ5ss

<https://www.youtube.com/watch?v=vBiQJM9BD1Y>

Comitê de Amamentação dos EEUU: Mês de Aleitamento Materno e suas atividades
<http://www.usbreastfeeding.org/Communities/BreastfeedingPromotion/NationalBreastfeedingMonth/tabid/209/Default.aspx>

Birthing Magazine – Revista de Amamentação oferece às novas famílias, informação imparcial sobre gravidez e parto natural e opções de cuidados. Histórias pessoais, artigos, perguntas frequentes sobre gravidez e cuidados, guia de recursos, Parto ilimitado.
www.birthunlimited.ca

Anúncio Promocional de Aleitamento Materno
<http://motherloveblog.com/2013/08/05/a-collection-of-breastfeeding-promotion-ads/>

O Rap de Aleitamento Materno
<http://commonhealth.wbur.org/2013/09/teach-me-how-to-breast-feed>

Médicos Sem Fronteiras compartilha um vídeo sobre Apoio às Mães Lactantes/Conselheira de Pares no Oriente Médio, em árabe e com subtítulos em inglês.
<http://vimeo.com/68042168>

“Não existe nenhuma outra intervenção que tenha tanto impacto para os/as bebês e suas mães como o aleitamento materno e com um custo tão pequeno para os governos”, disse a Diretora Executiva Adjunta de UNICEF, Geeta Rao Gupta. “A amamentação é a ‘primeira imunização’ do bebê e a de mais baixo custo efetivo e barata forma de salvar vidas”.
<http://www.unfoundation.org/assets/pdf/world-breastfeeding-week.pdf>

Shar-pei com reputação de ser perseguida por um gato, nunca esteve grávida, mas sim, adota um gatinho abandonado e o amamenta.
http://www.mnn.com/family/pets/stories/cat-chasing-dog-adopts-a-kitten?utm_source=Freekibble&utm_medium=Quiz&utm_campaign=Sept52013

Milk Matters – O Leite Materno Importa – Mães ordenhando seu leite para outras mães em uma organização de caridade de Cape Town que coleta e abastece leite humano para outros/as bebês que não têm oportunidade de receber o peito, dando-lhe o melhor começo na vida.
<http://www.milkmatters.org/>
 Para inscrever-se ao boletim Expression – Milk Matters’ Newsletter, envie um e-mail a: info@milkmatter.org

Pais, Amamentação e Apego. Lucas Godínez, DO, IBCLC
<http://lactationmatters.org/2013/08/17/fathers-breastfeeding-bonding/>

Sarah Elliott, jogadora de críquete, teve a máxima pontuação do século* entre uma amamentada e outra. A maravilhosa desportista australiana amamentava a sua filha de 9 meses ao almoço e horas de refrigério durante o Ashes feminino e conseguiu um Ton.
http://www.theguardian.com/sport/2013/aug/14/test-womenscricket?CMP=tw_t_gu
 * Em críquete, um século é uma pontuação de cem ou mais comparado ao baseball.

Filme *The Milky Way Breastfeeding* – A Via Láctea da Amamentação: Every Mother has a Story – Cada Mulher tem uma História.
<http://www.kickstarter.com/projects/5176743/the-milky-way-movie-nursing-a-galactic-revolution>

‘Nursing is Natural...Naturally Beautiful’ – Amamentar é Natural... Naturalmente Belo – Exibição de fotos para ver a Amamentação muito natural
http://www.huffingtonpost.com/2013/06/19/nursing-is-natural-naturally-beautiful-n_3466675.html#slide=2588274

31. Anúncios: Eventos Passados e Futuros

12 de Maio – 16 de Junho 2013: Conversações online Entre Mães - iMothering Talks, Talks on-line.
www.iMothering.com
 iMothering - um Novo conceito criado por mães para mães

- 28–30 Maio de 2013:** 3ª Conferência Mundial, Women Deliver 2013, Kuala Lumpur, Malásia. Mais informação em <http://www.cvent.com/events/women-deliver-2013-conference-registration/event-summary-ccfb71484fb4492da451fabcc2679863.aspx>
- 15 de Junho de 2013:** 8ª Conferência Anual sobre Paternidade – National Fatherhood Conference, Redwood City, Califórnia, EEUU register@daddyuniv.com <http://daddyuniv.com/>
- 18–19 Junho de 2013:** Instituto de Paternidade e Famílias Saudáveis – Pais e Famílias Coalizão das Américas – Porto Rico San Juan Inaugural Caribbean Regional – Fatherhood and Healthy Families Institute, Father and Families Coalition of America
- 25–28 de Julho de 2013:** ILCA - International Lactation Consultant Association®2013 Conferência e reunião Anual
Born to Breastfeed: A Global Public Health Imperative, – Nascidos/as para mamar – Um imperativo de Saúde Pública Melbourne, Austrália.
http://www.ilca.org/files/events/ilca_conference/2013_Conference/Registration_Brochure.pdf
Se tiver perguntas contate a registrar@ilca.org
- 1–7 de Agosto de 2013:** Semana Mundial de Aleitamento Materno – *Apoio às mães que amamentam: próximo, contínuo e oportuno!*
- 2–3 de Agosto de 2013:** Primeiro Simpósio Internacional de Saúde Mental Perinatal - Medellín, Colômbia. Diálogo Interdisciplinar sobre Bem-estar e Saúde Mental das Mulheres e seus Bebês durante a concepção, gravidez, nascimento e pós-parto.
<http://simposioperinatal.ces.edu.co/>
- 8–9 de Agosto de 2013:** Chegando a nossas irmãs - Reaching our Sisters Everywhere (ROSE), 2013
Organizando-nos para a Ação
<http://www.breastfeedingrose.org/>
- 5–8 de Setembro de 2013:** 8ª Conferência Internacional de Enfermagem Neonatal - Neonatal Nursing Conference 2013, Novo Conhecimento – Novo Cuidado - New Knowledge New Care, Belfast, Irlanda.
<http://coinn2013.com/>
- 15 de Setembro–31 de Outubro de 2013: Conferência Online:** iLactation Conference online, – Aleitamento Materno: Navegando os obstáculos - Breastfeeding: Navigating the bumps.
www.iLactation.com
- 9–11 de Outubro de 2013:** Iniciativa Mundial sobre Tendências do Aleitamento Materno – Global World Breastfeeding Trends Initiative (WBTi) oficina de atualização, Nova Deli, Índia
<http://ibfan.org/upload/files/Concet-Note-WBTi-WS.pdf>
- 12 de Outubro de 2013: Iniciativa Global de Apoio à Mãe:** Global Initiative on Mother Support (GIMs) – Breastfeeding Collaboration Meeting, Bandar Baru Klang, Malásia, Coordenação Local WABA. Para mais informação norjinah@bibmalaysia.org
- 11–23 de Novembro de 2013:** Curso Regional de Capacitação do Consórcio de RU - A Regional Outreach Course by the Infant Feeding Consortium, United Kingdom, e WABA, Penang, Malásia. Para saber mais sobre o curso, por favor, contate a WABA eminfo@waba.org.my
- 21–24 de Novembro de 2013:** 18ª Reunião Anual da Academia de Medicina de Aleitamento Materno – Annual International Meeting of the Academy of Breastfeeding Medicine, Filadélfia, EEUU
<http://www.bfmed.org/Events/Details.aspx?ID=30>
- 23–26 de Julho de 2014: Conferência ILCA 2014 – Aleitamento materno em um Mundo Real:** Breastfeeding in the Real World: Enfrentando os Desafios – Meeting the Challenges, Phoenix, Arizona, EEUU

32. Recordando – Dr. Carlos Beccar Varela, Argentina

O Dr. Carlos Beccar Varela morreu em 3 de setembro de 2013 e é lembrado com muito amor.

“Minha primeira aproximação com a amamentação foi através de seu livro que me acompanhou durante os primeiros meses de minha primeira filha. Lembro-me que o lia literalmente todo o tempo que podia. Acho que têm partes que conheço de memória. Definitivamente foi esta leitura que me ajudou a me conectar com este mundo e me aproximar da LLL.

– Florencia Basaldúa

“Que tristeza, o primeiro livro sobre o assunto foi seu livro, e eu o consultava sempre, tivemos a alegria de que viesse a Mar Del Plata e desse uma conferência, mas foi na realidade uma aula bem amena, ele sempre muito próximo e muito conhecedor do assunto. Uma lembrança com muito carinho para uma grande pessoa da vida.

– Gladys Lizardo

“Lembro-me dele como um de meus primeiros mestres em amamentação, em 1982, um homem excepcional. Uma pessoa extraordinária, um médico generoso, humilde em transmitir seus conhecimentos e em declarar tudo o que aprendia das mães.

– Monica Tesone

“Estou terrivelmente chocada pela perda de nosso grande MESTRE. Ele foi a luz que iluminou nossos primeiros passos neste belo caminho de ajuda mãe a mãe. Foi nosso tutor, nosso amigo, soube dar-nos com sua humildade as melhores lições desde o ponto de vista científico e ainda mais do ponto de vista humano. Ele foi essa classe de pessoas, que sendo pioneiras e geniais, nunca fez de seu serviço inigualado a nossa sociedade, nem fama, nem dinheiro. Obrigada Carlos por tua sabedoria, por teu conhecimento, por tua compreensão e por tua baixa estatura, e por nos ter dado desinteressadamente toda tua experiência. Jamais esquecerei do queridíssimo MESTRE!!!

– Virginia Citrinovitz

“Uma grande pessoa com quem me encontrei faz mais de 30 anos e foi o primeiro que me formou no caminho de apoio à amamentação. Uma perda muito grande. Sempre me lembrarei dele.

– Bárbara Cameron

“Dele me impressionava o respeito pelas pessoas, pelas mães e suas circunstâncias. Eu me encantava com seu ir passo a passo e o quão didático era para encarar as atualizações. Uma pessoa de estatura baixa, mas acolhedor. Tenho boas recordações dele. Para mim é inesquecível. Concordo com Bárbara.

– Marcela Echeverría

“Este homem que nos fez enamorar pela amamentação e que agora estamos trabalhando em algum aspecto do tema, e se aproximou tanto de mães necessitadas de ajuda quando talvez sua palavra escrita fosse o único de que dispunha. Tão claro, simples, explicações com palavras fáceis para que se pudesse entender a mensagem.

– Myriam Da Silva

“O livrinho do Dr. me acompanhou em minha primeira amamentação. Apenas com meu bebê, sem mãe nem sogra, nem amiga, nem irmã nem médico que me escutasse ou tivesse uma experiência para me dar apoio...Eu dava peito com esse livrinho ao lado. Consultava-o e me prendia a ele como a um poste em meio ao furacão. Salvei os muitos inconvenientes que tive no princípio e quando dei por mim já pude ler mais e iniciou o longo caminho que trabalho aqui. Sempre vou lembrá-lo porque me acompanhou de tão perto com seu trabalho apaixonado pela amamentação e estarei sempre agradecida a ele. Lamento profundamente sua a perda.

– Claudia Balverdi

“Tive seu livro Amamentação Feliz em minha mesa de cabeceira como apoio desde meu primeiro filho. Graças a uma aula de uma líder em meu curso de pré-parto que deu seu nome, voei para comprá-lo e o li em poucos dias. Deu-me confiança de que ia conseguir, e ainda com as dificuldades próprias das primeiras semanas voltei a folheá-lo, repassar e ver o que podia fazer para superar essa dificuldade. Sem sombra de dúvidas, foi um homem que deixou rastro, que transcende a sua morte por haver tocado a vida de muitas mães e suas filhas/os, alguns deles talvez hoje sejam mães ou pais. Seu legado está em nossos testemunhos. Como outras de minhas companheiras de Mar Del Prata, eu pude presenciar uma aula que deu; colocava muito humor em seus relatos, e o amor pelo que pregava. Um sentido pêsame para sua família, onde seu papel de pai e esposo o fez viver a amamentação com uma sensibilidade especial, e que transmitiu através de seu saber para outros. Obrigada!”

– Sandra Ramirez

“E as aulas compartilhadas na casinha da LLL com os grupos de apoio junto a Marta Maglio, claro, isto faz 25 anos, mas lembro-me de sua simplicidade e firmeza. Pude vivenciar quando viajava para Buenos Aires algumas vezes.

– Viviana Lorenzo

“Querido Doutor, sempre lembrarei seu bom humor e suas piadas no início das aulas criando um clima amável e relaxado para a aprendizagem e para “Romper o Estresse”, como nos dizia. Obrigada por difundir e valorizar nosso papel entre seus colegas e integrantes de equipe de saúde. Obrigada por todos seus ensinamentos que hoje compartilho dia a dia com as mães. Até sempre Mestre!!!

– Alejandra Storni

“O primeiro livro de Amamentação que li com minha primeira filha foi de Carlos Beccar Varela. Na realidade o livro foi emprestado por uma conhecida minha que não conseguiu amamentar seu primeiro filho e graças a esse livro pode se informar e se sentir mais segura para seu segundo filho, quando conseguiu uma amamentação feliz e prolongada. Então, a toda mulher grávida que aparecia ela lhe passava o livro e quando chegava o momento de devolvê-lo cada mãe escrevia na folha final: “graças a este livro amamentei a...” e cada mãe mencionava seu filho/filha. Pergunto-me quantas mães e bebês estarão plasmados neste livro! Já se passaram 7 anos. Seguramente muitos. Nesse tempo esse livro significou uma verdadeira fonte de informação e segurança que, sem dúvida, foi o motor para que eu desejasse amamentar minha filha. Um tempinho depois surgiu a La Leche League, mas a primeira porta que abri no tema da amamentação foi um livro dele, que é claro, li e reli em pouco tempo. Escrito de um modo simples e claro transmitia a importância da amamentação na relação mãe/filho. Digo-lhe OBRIGADA Carlos Beccar Varela, por me permitir abrir a porta neste tema tão maravilhoso e importante em minha vida e na vida de todos: mães, bebês, famílias e toda a sociedade. Um afetuoso cumprimento a sua família.

– Ana Arias

INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM

33. Recebimento de Artigos e 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.

34. Como Assinar o Boletim

Obrigada por compartilhar este boletim com seus amigos e seus colegas. Se quiserem receber este boletim, favor diga-lhes que escrevam a: gims_gifs@yahoo.com, especificando o idioma (Inglês, Espanhol, Francês ou Português) que gostaria de receber o boletim.

Para mais informação sobre este Boletim, escreva para: Pushpa Panadam, pushpapanadam@yahoo.com e Rebecca Magalhães beckyann1939@yahoo.com

Apoie o aleitamento materno – Apoie o boletim eletrônico do GTAM: Coordenadores e editoras do GTAM

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 distribuindo informação sobre o boletim e nos conseguindo a seguinte informação:

1. Número de pessoas que recebem o boletim diretamente pelo endereço do e-mail das editoras.
2. Número de pessoas que baixam o boletim diretamente do site na rede.
3. Número de pessoas que você envia o boletim.
4. Número de pessoas que leem cópias impressas do boletim em suas organizações, por falta de acesso a Internet.

Obrigada por promover o boletim e apoiar o aleitamento materno.

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 enlases 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 • Fax: 604-657 2655

O novo e-mail, e endereços eletrônicos da WABA:

1. Visão geral: waba@waba.org.my
2. Informação e consulta: info@waba.org.my
3. Semana Mundial da Amamentação: wbw@waba.org.my

Site: www.waba.org.my

O GTAM é um dos sete grupos de ação que apoia o trabalho da Aliança Mundial pró Aleitamento Materno

Quando uma mãe beija seu bebê, recolhe amostras dos germes patógenos que estão no rosto do bebê a ponto de serem ingeridos. Os órgãos linfóides secundários da mãe, como as amídalas, e as células b de memória são reestimuladas. Estas células b migram até as mamas da mãe onde se produzem os antibióticos específicos que precisa seu bebê.

- Lauren Sompayrac, autora de How The Immune System Works – Como trabalha o Sistema Imunológico. Citado em **Why Mothers Kiss Their Babies – Por que as Mães Beijam a seus Bebês** de Judie Rall na Revista Birthing Magazine <http://www.birthunlimited.ca/parenting/23-why-mothers-kiss-their-babies.html>