

Grupo de Trabalho de Apoio Materno (GTAM)

ALIANÇA MUNDIAL PARA AÇÃO EM ALEITAMENTO MATERNO



Volume 13 Número 1

Boletim semestral em Inglês, Espanhol, Francês, Português e Árabe

Abril 2015

<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 (Arábia Saudita),

Coordenadores adjuntos: Pushpa Panadam (Paraguai), Dr. Prashant Gangal (Índia)

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

Tradutores: Espanhol- Marta Trejos, Costa Rica.

Francês - Stéphanie Fischer, França.

Português - Pajuçara Marroquim, Brasil.

Árabe - Seham Basrawi, Arábia Saudita.

O Dr. White, discípulo do Dr. Herbert Ratner, um dos primeiros defensores da sabedoria da natureza, me deu o melhor conselho que recebi sobre maternidade:

“o que o bebê pede é o que ele necessita”. Minha confusão e minha preocupação em criar mal meu bebê desapareceram (seu segundo filho, Timothy nasceu em 1952), quando colocar muito ou pouco no colo, estavam dependentes do relógio ou amamentar à livre demanda.

Foi maravilhoso, bendita liberdade!

– Mary Ann Cahill, Co-Fundadora de La Leche League Internacional, no seu prólogo em *A Arte Feminina de Amamentar*, 8ª edição.

Elissa Kiggins - A realização dos nossos objetivos todos juntos para um início de vida saudável WABA 2014 Concurso de Fotografia WBW

NESTE NÚMERO

GRUPO DE TRABALHO DE APOIO MATERNO COMENTÁRIOS E INFORMAÇÕES

1. Apoio ao Aleitamento Materno- Estamos sempre prontas?: Pushpa Panadam, Co-Coordenadora WABA GTAM
2. Atualização GTAM: Pushpa Panadam, Co-Coordenadora GTAM de WABA

APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

3. Centro de Aleitamento Materno “lecheymiel”: Um Modelo Inovador de Atenção Privada do Aleitamento Materno: Antonieta Hernández, Venezuela.
4. Oficina Latinoamericana de La Leche League: Guillermina Vázquez, México
5. Celebramos 32 Anos de Não Separar a Mãe de seu Bebê: Leonardo J. Mata, Costa Rica
6. Reuniões Online Ajudam a Levar Apoio à Mais Pessoas: Cathy Heinz, EE.UU.

APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

7. O Desafio de Amamentar Atualmente: Mulher, Direitos da Criança, Sociedade e Trabalho: Claudia P. Sanabria, Paraguai.
8. O Nascimento de Volodia: Herrade Hemmerding, França
9. “Normal ou Radical”?, Extrato do livro Três e Mais: Histórias de crianças Amamentadas e de suas Mães que os Amam, editado por Janell E. Robisch
“Normal ou Radical?”: Jessica Dee Humphreys, Canadá

APOIO PATERNO

10. Nascimento de Volodia Segundo seu Papai: Henri Diaz, França
11. Homens Carregam seus Bebês – 6 Papais Compartilham suas Experiências: Shari Wargo Stamps
12. Intervenção de Apoio ao Aleitamento Materno e Aleitamento Materno Exclusivo: Um Ensaio Controlado Aleatório: Jennifer Abbass-Dick, PhD, Susan B. Stern, PhD, LaRon E. Nelson, PhD, William Watson, MD, e Cindy-Lee Dennis, PhD

ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO

13. O Aleitamento Materno e a Amizade Duradoura – Recordando Judy Torgus: Rebecca Magalhães, EE.UU.
14. Recordando Mary Ann Cahill – Uma das Sete Fundadoras da La Leche League Internacional
15. Recordando André Nikiéma – Coordenador Regional de IBFAN África
 - Arun Gupta – IBFAN ÁSIA
 - Sarah Amin – WABA
 - Alison Linnekar – GIFA

NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO

16. Semana Mundial de Aleitamento Materno 2015: Jennifer Mourin, Malásia
17. Expo Arte de Aleitamento Materno: Canadá
18. Declaração do Dia Mundial da Saúde, WABA / LLLI: Autora: Melissa Vickers, EE.UU.
19. Falando do Sono Seguro: Recomendações sobre o Sono do Infante Baseadas em Evidência: Melissa Bartick e Linda J. Smith, EE.UU.
20. Aeroportos nos Estados Unidos: São Realmente Amigos do Aleitamento Materno? Michael Haight e Joan Ortiz, EE.UU.
21. Os Efeitos do Contato Pele a Pele na Temperatura dos Recém-Nascidos a Termo y el Éxito da Amamentação Após uma Cesárea : Shourangiz Beiranvand, Fatemeh Valizadeh, Reza Hosseinabadi e Yadollah Pournia, Iran
22. Sanções Severas por Não Encorajar o Aleitamento Materno em Beluchistán: Irfana Yasser, Paquistão

RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

23. Fórmula para o Desastre: BPNI / IBFAN Ásia
24. Efeito da Conselheiria de Pares por Parte de Grupos de Apoio de Mães nas Práticas de Alimentação do Lactente e da Criança: A Experiência em Lalitpur: Kushwaha KP, Sankar J, Sankar MJ, Gupta A, Dadhich JP, Gupta YP, Bhatt GC, Ansari DA, Sharma B, Índia
25. Breastfeeding Today- Aleitamento Materno Hoje – La Leche League Internacional
26. Por que são importantes as Doulas?: Maddie McMahan, Reino Unido
27. Novas Ferramentas de Trabalho em Aleitamento Materno Oferecem um Recurso Integral
28. Livros sobre a Saúde em Português de Guias Hesperian de Saúde
29. Atualização do Perfil de Coorte: Estudo de 1982 de Coorte de Nascimentos em Pelotas (Brasil) de Bernardo Lessa Horta, * Denise P Gigante, Helen Gonçalves, Janaina Vieira dos Santos Motta, Christian Loret de Mola, Isabel O Oliveira, Fernando C Barros e Victora Cesar G, Brasil
30. Livros sobre Aleitamento Materno do Brasil
 - Mamã – eu te mamo: Maria Lúcia Futuro Mühlbauer
 - O Pulo da Gata – Diário secreto de uma mulher que virou mãe: Maria Lúcia Futuro Mühlbauer
 - Material Educativo sobre Amamentação de Amigas do Peito: Algumas ideias e sugestões

CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO

31. A Dor pela Perda do Leite: Jessica Dee Humphreys, Toronto, Canadá
32. Aprendendo Apenas Com o Estar Ali: Viana Maza, Guatemala

AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

33. Apoiando minha Filha através do Nascimento e do Aleitamento Materno: Cathy Urroz, México

SITES WEB E ANÚNCIOS

34. Visite estes sites.
35. Anúncios – Eventos passados e futuros
36. Leitores compartilham

INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM

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

GRUPO DE TRABALHO DE APOIO MATERNO COMENTÁRIOS E INFORMAÇÕES

1. Apoio ao Aleitamento Materno – Estamos sempre prontas?

Pushpa Panadam, Co-Coordenadora WABA GTAM

Há 19 anos quando eu era uma mãe lactante, percebi que os grupos de apoio me proporcionavam algo mais que a informação e o apoio correto. Havia um vínculo com todos os membros do grupo que nos fazia ir mais além de nosso idioma, raça, barreiras religiosas e classe social. Éramos mães que desfrutávamos a alegria de poder amamentar nossos filhos/as enquanto compartilhávamos nosso júbilo e desafios. Algumas de nós desfrutamos tanto que desejávamos que outras mães tivessem experiências similares. Capacitamo-nos para proporcionar informação, apoio e ajuda, convertendo-nos em líderes da La Leche League, Conselheiras em Aleitamento Materno em outros grupos de apoio ou profissionais como Consultoras Internacionais de Aleitamento Materno.

Hoje em dia, há várias maneiras de as mães receberem apoio, além de grupos de apoio frente a frente. A tecnologia tem permitido às líderes e conselheiras em Aleitamento Materno serem criativas ao oferecer o apoio e a informação necessária mediante os fóruns online, apoio através de Skype e, desde o ano passado se oferece informação, ajuda e apoio através de WhatsApp. Provavelmente não existe uma única maneira ideal de ajudar a cada mãe, bebê ou família. De forma individual, talvez os conselheiros não possam oferecer ajuda às 24 horas do dia. É por isso que podemos nos apoiar em muitas pessoas informadas, assim como em assessoras capacitadas. O apoio voluntário, mesmo que pareça insignificante, consegue ajudar às mães a amamentar seus bebês.

Inclusive uma mãe que não conseguiu amamentar exclusivamente seu primeiro bebê, pode ser capaz de amamentar de maneira melhor seu segundo bebê se conta com informação e apoio. Ela pode ler toda a informação disponível, unir-se aos grupos online, e discutir de antemão suas necessidades e desejos com seus familiares, médicos e amigos. No momento do nascimento ela pode ter seu bebê pele a pele tão cedo quanto possível. (Recentemente uma mãe me comentou que teve que brigar com o pessoal médico para poder fazê-lo). A mãe pode decidir que vai fazer todo o possível para amamentar seu bebê exclusivamente. Porém, talvez necessite de nossa ajuda, de voluntários capacitados e/ou ajuda profissional para amamentar. Como sempre a pergunta é: podemos ajudar?, temos tempo para atender sua ligação? Se não podemos ajudá-la, por qualquer razão, devemos ser capazes de encaminhá-la a outra pessoa que possa ajudá-la. Temos pessoas suficientes capacitadas para fazê-lo?

Pushpa Panadam

Co-coordenadora GTAM de WABA

E-mail: pushpapandam@yahoo.com

2. Atualização GTAM

Pushpa Panadam, Co-Coordenadora GTAM de WABA

A medida que o Boletim Eletrônico GTAM chega ao seu 12º ano, o GTAM gostaria de celebrar agradecendo a cada um que tem permitido que este boletim fosse possível – desde sua concepção até o dia de hoje. Obrigada a quem neste boletim tem compartilhado suas experiências de amamentação ou sobre como apoiaram às mães

a amamentar, e protegeram e promoveram o aleitamento materno em todo o mundo. Também agradecemos às tradutoras, tanto do passado como no presente, que apaixonadamente deram ou continuam oferecendo seu tempo para traduzir os artigos, e em ocasiões, tem contribuído também com artigos para o boletim.

O boletim fica mais fortalecido através das experiências compartilhadas. Ajude-nos contando sua história e convencendo a outras pessoas para que contem as suas. Mães, pais, casais e famílias de todo o mundo devem ter acesso a sua história para aprender com ela. Pode ser que isto ajude a que o aleitamento materno se converta em algo cotidiano na vida de todas as pessoas.

O mapa eletrônico <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/emap.htm> é outra maneira que o GTAM e WABA oferecem ajuda disponível para quem a necessite. Se você é parte de um grupo de apoio, por favor, assegure-se de que seu grupo apareça no mapa. É uma ferramenta essencial que os promotores do aleitamento materno e as famílias podem utilizar para buscar ajuda de amamentação.

Entre em contato e conecte-se agora. Para mais informação, envie um e-mail para pushpapanadam@yahoo.com ou beckyann39@yahoo.com



APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

3. Centro de Aleitamento Materno “lecheymiel”: Um Modelo Inovador de Atenção Privada do Aleitamento Materno

Antonieta Hernández, Venezuela. (Continuação da parte I publicada no boletim VI 2N2)

Os serviços que prestamos são:

Sala de conversação para mães gestantes: que vem a ser: A COLUNA VERTEBRAL DE NOSSO TRABALHO

Poderíamos definir como o anzol que capta a mamãe, o papai e a família...A média de mães que procuram a sala de conversação para gestantes e depois vêm às duas primeiras consultas é muito elevado; pois nossa atenção está focada neste “nicho de mercado” para aumentar o número de mães que amamentam.

O principal grupo meta de lecheymiel é o das mães gestantes, pois é desde a gravidez que a mãe e a família devem ter a informação; para isso realizamos duas vezes ao mês uma sala de conversação a qual convocamos a família do bebê: mãe, pai, avós e muitas vezes vão também os avôs; inclusive alguma tia que vá apoiar no momento do nascimento; a ideia é que todos tenham a informação adequada, sem mitos associados; para apoiar durante os primeiros meses de vida desse bebê que vai nascer; a sala de conversação é muito agradável, com um estilo de “stand up comedy”, porém baseada na mais certa evidência científica: tratada de forma coloquial e com um refrigério muito variado, esses pais jovens ficam encantados, e desta forma colocamos a ideia de que tem que amamentar...



O buffet oferecido aos pais Lecheymiel.



Conversação para Mães Gestantes e seus pares.

Acompanhamento em cada passo da amamentação durante 7 consultas

teremos as consultas para as mães e seus filhos logo após o nascimento. Na primeira consulta entregamos a cada mãe o cartão controle para o bebê e as tabelas de crescimento e desenvolvimento da Organização Mundial da Saúde e UNICEF. É importante esclarecer que cada bebê tem o seu pediatra junto a ele; *lecheymiel* não maneja a pediatria convencional, somos a pediatria aleitamento materno; mas sempre realizamos a antropometria de cada bebê: em cada consulta examinamos o bebê, pesamos e medimos a altura, pois os bebês amamentados exclusivamente são mais magros enquanto a mãe termina de amadurecer sua glândula mamária e isto é muito importante que os pais e mães saibam pois ao serem colocados nas tabelas de crescimento e desenvolvimento convencionais, os bebês podem ficar abaixo da normalidade; entretanto, ao serem colocados em novas tabelas realizadas com crianças amamentadas, ficam dentro da normalidade.



Conversação ao estilo comédia.

Conversas de criança: nova proposta em *lecheymiel*

Temos em projeto o início de oficinas para orientar aos pais e às mães a relação com a criança de seus bebês. É uma inquietação que vem surgindo nas consultas que realizamos. Em *lecheymiel* estamos mudando um paradigma, os pais e as mães devem estar muito treinados no que vão fazer; não é fácil para uma mãe moderna ter seu bebê pegado ao peito quase 24 horas do dia durante os primeiros meses; para isto a mãe deve saber as razões fisiológicas de ser assim no início e como irá mudando à medida que seu bebê amadureça e cresça.

Os casos especiais que são atendidos em *lecheymiel*

Bebês Pré-termo – nascimento antes de 40 semanas

Em *lecheymiel* manejamos um número considerável de mães de bebês pré-termo que deixam suas crianças nas Unidades de Terapia Intensiva Neonatais (UTIN) e desejam ter maior quantidade de leite materno para eles nesta primeira etapa de crescimento extrauterino. Para isto contamos com mães de apoio cujos bebês sugam as mamas das mães de prematuros e assim ativam os hormônios e se incrementa a quantidade de leite.

Relactação: retorno ao aleitamento materno

Outro dos casos especiais que vemos frequentemente em *lecheymiel* são mães que abandonaram a amamentação exclusiva e nos procuram com seus bebês para retomá-la porque vêm como a introdução de fórmula infantil faz que seus bebês adoecem com mais frequência e desejam voltar a lhes oferecer apenas o leite de peito. Em alguns casos é uma situação muito simples, porém, às vezes, devemos recorrer a certas equipes especializadas, os ajudantes de amamentação que facilitam o retorno.

Amamentação de bebês múltiplos: gêmeos e/ou trigêmeos

Em *lecheymiel* atendemos muitos casos de mães de partos múltiplos que com nosso apoio amamentam a todos seus bebês; é duro no início, mais difícil pela pressão social das pessoas que as rodeiam, que mesmo por sua fé; mas há muitos casos de sucesso, e são bebês mais saudáveis.

Introdução de Alimentos Complementares após os 6 meses de Aleitamento Materno exclusivo

Lecheymiel entrega às mães que estão amamentando exclusivamente o que chamamos de o *cardápio de alimentos complementares* em uma sessão especial um pouco antes que seu bebê complete seis meses. Nessa ocasião ensinamos às mães um *cardápio* que vai dos seis meses aos dez meses: dia a dia, semana a semana e mês a

mês. Ensinamos a elas desde quais alimentos devem ser oferecidos, até seu preparo. Inclusive muitas creches e maternais nos chamam para que demonstremos nosso *cardápio* e temos treinado a seu pessoal e até recomendam às mães que nos procurem.

Alimentação da mãe que amamenta – mitos e realidades

Desde a aula de gestação abordamos o tema da alimentação da mãe enquanto amamenta, explicando qual é nosso critério: que ela pode comer de tudo. Para que entendam que é um mito o não poder comer alguns alimentos, vamos comparando com as mães dos desertos andinos que amamentam e comem grãos e couve e seus bebês não ficam cheios de gases; mães que vivem na costa de nosso país, a beira do mar, que amamentam e comem todos os dias pescados e mariscos e seus bebês não são alérgicos; ou as mães na selva negra que amamentam e comem Joelho de Porco e repolho azedo e seus bebês não têm nada.

As mães em *lecheymiel* amamentam e comem de tudo; consideramos que não há restrições ao amamentar assim como não há durante a gestação quando seu bebê é mais imaturo e pelo sangue passa tudo; além disso, o bebê já está testando seu trato gastrointestinal deglutindo o líquido amniótico e formando o mecônio, e não passa nada. Sempre damos ênfase à mamãe e aos papais que o aleitamento materno *não é uma comida*, como seria a administração de fórmula infantil; o aleitamento materno é uma PRÁTICA que implica na união de transmissores nervosos da boca do bebê ENCOSTADO PRATICAMENTE à aréola de mamãe, levando o bebê a voar...ir a estratosfera...revirar esses olhinhos e cair em um estado de prazer e bem-estar total que é a finalidade última desta prática, quando vai entrando um líquido mágico que o vai ajustando de maneira excelente!

Para *lecheymiel* é muito importante que as mães, os pais e a família em geral, tenham toda a informação necessária e se preparem para amamentar sem temores nem inseguranças. Ao ter a informação, as famílias entendem e se convencem que o Aleitamento Materno é uma forma natural e perfeita de alimentar seus bebês, e com esta convicção obtêm forças para superar as dificuldades e as opiniões de quem não está igualmente convencido. A informação oportuna é a chave para uma amamentação de sucesso!

Antonieta Hernandez, *pediatra, especialista em Alimentação e Nutrição Infantil e Aleitamento Materno. Mãe de 5 crianças amamentadas, fundadora de 5 ONGs de Proteção, Promoção e Apoio ao Aleitamento materno na Venezuela: Amamenta Venezuela, AVE_LAMA (Aliança Venezuelana Pró Aleitamento Materno), IBFAN Venezuela, WABA Venezuela, Centro Privado de Aleitamento Materno lecheymiel. Membro do Conselho Assessor Internacional de WABA e da Academia de Medicina de Aleitamento Materno.*

E-mail: antonieta@lecheymiel.org

Website: www.lecheymiel.org



Nota Editorial: *A primeira parte deste artigo está no Boletim VI 2N2. Veja em http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl_v12n2_eng.pdf*



4. Oficina Latinoamericana de La Leche League

Guillermina Vázquez, México

Costa Rica nos recebeu coberta de verde, muito chuvosa e com os braços abertos. Waleska, Greta, Rachel, Inés e Silvia se esmeraram em seu trabalho para nos consentir e conseguir dois eventos maravilhosos, graças as meninas LLLindas!

Como em toda reunião da Liga, foi emocionante chegar a São José e encontrar rostos queridos vindos de longe e também de perto. Os abraços, o carinho e a oxitocina se fizeram presentes de imediato ao encontrar de novo amigas da África do Sul, Israel, China, Japão, Argentina, Bolívia, Chile, Colômbia, Panamá, Porto Rico, República Dominicana, Equador, Guatemala e, é claro, as cinco representantes mexicanas.

Nosso primeiro evento foi o IMS, a reunião de administradoras que foi realizada no hotel da montanha, turismo ecológico e aventura “Monte Campana”, no Distrito de Heredia. Lá, rodeadas por espessa vegetação da montanha, das cachoeiras e dos cafés, das administradoras da Região Internacional, compartilhamos durante dois dias as diversas estratégias que seguimos em nossos países para atingir objetivos como a arrecadação de fundos, a administração de páginas da web, a formação de aspirantes, os novos materiais da Oficina de Desenvolvimento de Habilidades da Comunicação, a publicação e controle de artigos, entre outros.

Não podia faltar a tradicional “Noite Latina-Internacional”, bem como as líderes de vários países usamos nossas roupas típicas e levamos algo tradicional para compartilhar com as demais e, é claro, artigos LLLiguinhos para a venda. Que delicioso o doce de leite colombiano, os biscoitinhos e doces japoneses, as especiarias israelitas... na mesa mexicana tivemos alegrias de todos os sabores, pães maçã e “Miguelitos”.

A parte mais divertida do evento foi quando cada país apresentou alguma dança ou música típica: As colombianas dançaram ao ritmo da música de Juanes; Monica Tesone dançou tango; as israelitas organizaram uma dança típica com todas nós; Asayo Mori e sua família escreveram em japonês quantos nomes lhes pediram e fizeram belas figuras de origami; as guatemaltecas cantaram uma canção de Arjona; mas as palmas da noite quem recebeu foi nossa Monica Ward, a revelação da Oficina da Costa Rica, pois dançou “O som da negra” como uma profissional, acompanhada por Olga e rodeada por Eva, Rosy e eu “pisoteando baratas”, mas muito alegres e orgulhosas de nossa cultura.

Quase ao final da Noite Latina-Internacional, Rosa, Líder de Porto Rico, cantou para o grupo um acalanto que fez para seus netos, além de compartilhar algumas anedotas e a frase que se tornou célebre durante os dias que estivemos reunidas: ânimo, ânimo, ânimo! Depois, com aquelas que não se retiraram para dormir, as mexicanas organizaram “Palhaço de rodeio”.

Durante os três dias que durou a oficina IMS foram realizadas duas reuniões conjuntas nas quais tivemos oportunidade tanto de falar como de perguntar de maneira livre às administradoras internacionais. Na primeira delas se tocou principalmente o tema sobre finanças e as mudanças ocorridas recentemente. Em nosso último dia no “Monte Campana” foi organizada a segunda sessão conjunta, na qual cada país teve oportunidade de expressar situações especiais e solicitar assessoria para resolvê-las.

Nessa tarde saímos de volta para São José, para descansar e nos preparar para o evento que teria início no dia seguinte. Chegando ao hotel, nos encontramos com duas Líderes mexicanas e mais: Martha Fragozo e Lucía Schiller, ambas com seus respectivos bebês, Martha com sua bebezinha e Lucia com a boneca “recém-nascida” que causou sensação e confusão entre as assistentes, pois não faltou quem acreditasse que efetivamente se tratava de seu sexto bebê! Como nos fez rir.

O Simpósio Internacional de Aleitamento Materno começou com uma homenagem especial: Que prazer conhecer a Senhora Nancy Sabeán, que fundou a La Leche League da Costa Rica ao final dos anos 60. Terminada a homenagem, a Mestre de Cerimônias – orgulhosamente mexicana-, deu início ao programa.

No hotel “Windham Herradura”, com a sala de conferências repleta de trabalhadores do Serviço de Saúde da Costa Rica e Líderes da Liga, conferencistas da Costa Rica, Guatemala, Argentina, Estados Unidos e México compartilharam com o auditório vários



Tarde latina-internacional.



Reconhecimento à Sra. Nancy Sabeán, Fundadora da LLL Costa Rica.



Simpósio de Maestria Internacional (IMS) Oficina para Administradoras da LLL

temas de atualização de aleitamento materno, com a colaboração de Líderes fazendo o papel de intérpretes simultâneo do Espanhol para Inglês.

Desde os temas como novas estratégias de mercado dos comerciantes de sucedâneos do leite materno, até os mais delicados e polêmicos, como o apoio para a amamentação à mães vítimas de abuso sexual e como ajudar a uma mamãe que amamenta e usa mamadeiras, os participantes se mantiveram interessados e interagindo com os conferencistas, que com grande habilidade, compartilharam seus conhecimentos.

O último ponto no programa foi um muito internacional e criativo Módulo Um da Oficina de Desenvolvimento de Habilidades da Comunicação, dado por argentino, guatemalteco, uruguaio, colombiano, boliviano e mexicano. Mediante diversas dinâmicas, reflexões e brincadeiras, as facilitadoras ajudaram aos assistentes a ter uma melhor compreensão das habilidades de escutas indispensáveis em nosso trabalho de apoio às mães.

Terminada a oficina, algumas líderes regressaram a seus países, porém muitas outras, entre elas as mexicana, tivemos a bênção de permanecer uns dias mais e conhecer outras das lindas paisagens costarriquenha. Que belo destino nos aguarda em dois anos? Vamos esperar um pouco para sabê-lo e começar a fazer economia e reunir fundos para esta nova aventura Liguenha. Beijos lindas!



Oficinas durante o IMS.

Guillermina Vázquez, é mãe de dois filhos amamentados por tempo prolongado e professora de Química e Inglês na educação Secundária, Preparatória e Licenciatura, Líder de La Leche League, fundadora e facilitadora de Conexão de Coração, uma associação mexicana que apoia pais e mães a adquirir ferramentas e apoio para gerar proximidade emocional com seus filhos.

E-mail: famdv@yahoo.com.mx

O artigo completo em espanhol se encontra em: <http://issuu.com/marcelimon/docs/boletindiciembre2014>



* El Son de la Negra (A canção da mulher negra) é uma canção tradicional mexicana, sul de Jalisco, cuja adaptação mais famosa foi escrito pelo compositor Blas Galindo jaliscien em 1940 para sua suíte Sones de Mariachi. Esta canção é muitas vezes descrito como o segundo hino do México, de acordo com a Wikipedia.

5. Celebramos 32 Anos de Não Separar a Mãe de seu Bebê **Leonardo J. Mata, Costa Rica**

Na Costa Rica completamos 32 anos oferecendo “alojamento conjunto”, não separar a mãe do bebê ao nascer no principal hospital da Costa Rica: Hospital São João de Deus. Este hospital foi fundado há mais de 100 anos e se mantém como o mais reconhecido em meu país.

Passei 12 anos na Guatemala (1962 – 1974) realizando o “Estudo Santa Maria Cauqué”* onde observamos e registramos todos os nascimentos de bebês da cultura Maya-Caqchiquel. Na aldeia, cerca de 93% da população era Maya; os poucos que não eram mayas eram “ladinos”, isto é, não indígenas, mestiços de cultura espanhola ou outra diferente.

Todas as mulheres indígenas deram a luz a seus bebês em suas casas, de joelhos ou de cócoras, sem a ajuda de

médicos ou enfermeiras (não havia clínica na aldeia), com o apoio de “parteiras tradicionais”, e em companhia de familiares e amigos. As parteiras indígenas cortaram o cordão umbilical com um instrumento simples. A posição para dar a luz foi de joelhos, de cócoras, porém não deitadas. Os familiares estiveram presentes no nascimento tradicional, e a maioria dos partos foi a noite. Não havia eletricidade, mas sim uma fogueira tradicional no chão.

Quando retornei de Cauqué/Guatemala para o Hospital São João de Deus na Costa Rica, encontrei todas as crianças sendo separadas das mães depois do parto, e colocadas em berços durante a noite. Os “berços” são colocados todos juntos em outro quarto, um ao lado do outro, como no exército: lá os bebês choram, sem a presença de suas mães. As mães também sofriam pela separação de seus bebês, e frequentemente perguntavam por eles.

Os médicos estavam dispostos a tentar o “alojamento conjunto” que eu havia estudado na Guatemala. O Dr. José Rafael Araya aceitou que se pusesse em prática no hospital São João de Deus, e durante umas semanas, a maioria dos recém-nascidos ficou com suas mães. A maioria das mães iniciou o aleitamento materno livremente. Para os bebês muito pequenos e para aqueles com complicações (aproximadamente 5%), foi proporcionado o leite materno sempre que fosse possível.

Em poucos meses, a notícia sobre nosso programa cresceu, além disso, o enfoque, a técnica, etc. foram copiados e aceitos em outras maternidades do país. Costa Rica deixou de ser uma população pró-alimentação com mamadeira para uma pró-amamentação de bebês e mães felizes.

Agora, quando olho para trás lembro que fui muito feliz em Santa Maria Cauqué (1962-1974) observando e visitando essas mães humildes, inteligentes e trabalhadoras, criando com sucesso seus filhos e filhas... Isto mudou minha vida, me ensinou tanto, e me tem feito, espero, uma pessoa melhor. Foram os melhores anos de minha vida.

Leonardo J. Mata, Professor Emérito, Universidade de Costa Rica, Cidade Universitária, Costa Rica. É um veterano científico, licenciado em microbiologia da Universidade da Costa Rica, mestre em ciência e higiene da Universidade de Harvard e doutor em ciência e saúde pública tropical da Universidade de Harvard. É uma autoridade em saúde com ampla trajetória docente em universidades da América Central e América do Norte. Desde 1975 tem se dedicado com empenho ao estudo científico. Publicou cerca de 400 artigos científicos, ocupando cargos de alta importância e recebendo dezenas de reconhecimentos por seu árduo trabalho.

E-mail: leodot@ice.co.cr

* O estudo do Dr. Leonardo Mata sobre Santa María Cauqué está disponível em:
<http://wphna.org/wp-content/uploads/2015/02/1978-Children-of-Santa-Maria-Cauque.pdf>



6. Reuniões Online Ajudam a Levar Apoio à Mais Pessoas

Cathy Heinz, EE.UU.

Tenho a sorte de morar em um local onde o apoio ao aleitamento materno é abundante. Há reuniões da LLL várias vezes na semana e uma riqueza de IBCLC e líderes para ajudar às famílias. Entretanto, faz quatro anos, observamos que muitos participantes do grupo vinham de comunidades com pouco apoio. Pais e mães dirigiam por uma hora ou mais para assistir a uma reunião. Historicamente, estas comunidades tinham baixas taxas de aleitamento materno e muitos pais e mães mencionavam a falta de apoio como a causa do desmame precoce. Várias líderes se alternavam para oferecer apoio a estas famílias. Começamos com reuniões diurnas, porém muitos pais e mães solicitaram uma reunião após as horas de trabalho tradicionais. Durante anos não pudemos atender esta necessidade devido às limitações físicas para a viagem.

Ao final de 2014, líderes de todo o mundo começaram a debater sobre a possibilidade de ter reuniões online. Parecia ser a solução ideal para aumentar o apoio nas comunidades marginalizadas. Realizamos nossa primeira reunião online em fevereiro de 2015 com um grupo fechado de Facebook. O grupo está aberto só durante uma hora programada, onde a discussão é dirigida e moderada ativamente. A primeira reunião atraiu 11 assistentes e a segunda aumentou para 23! Pais e mães têm respondido positivamente a esta nova forma de apoio.

Utilizamos uma mensagem publicada em nosso grupo do Facebook que explica as regras do fórum. Falar respeitosamente, comentar apenas sobre o tema, não fazer promoção de produtos, e deixar que os demais

participem, são pontos mais importantes de nossa mensagem. Pede-se a cada participante para ler e aceitar isto ao início da reunião.

Para ajudar a proporcionar um ambiente mais estruturado, temos uma hora para o início e uma para finalização, além de um tempo para socializar terminada a reunião. Temos pelo menos duas líderes moderadoras e nossa mensagem de boas-vindas nos identifica. Para começar contamos com vários temas curtos de discussão que são preparados com antecedência para facilitar a discussão. Conforme a reunião vá desenvolvendo, as líderes fazem perguntas para destacar temas específicos. Os pontos de discussão são publicados a cada 10 minutos para manter a discussão; entretanto, as mensagens se tornam mais frequentes se a participação começa a atrasar ou se torna caótica.

Para garantir a privacidade de quem participa da discussão se deixa ativa durante uns dias antes de ser arquivada em um documento de Word do qual se eliminam dados privados. Este arquivo é adicionado à sessão de arquivos do grupo de Facebook para referência futura. Isto foi solicitado por nossos participantes para ter como referência as reuniões anteriores ao mesmo tempo em que se mantém a privacidade.

As reuniões online são uma ferramenta maravilhosa para que as famílias recebam conselhos de várias pessoas em um curto período de tempo. Nosso mundo está cada vez mais centrado na velocidade da informação. As reuniões online parecem moldar bem na forma em que muitos pais e mães buscam apoio atualmente. Ainda que não espere que estas reuniões online substituam as reuniões tradicionais ou as sessões de ajuda uma a uma, são um excelente recurso para levar apoio à amamentação nas comunidades marginalizadas.

Cathy Heinz, Líder da LLL, Virginia Beach, VA, EE. UU.
 E-mail: heinz.cathy@gmail.com

APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

7. O Desafio de Amamentar Atualmente: Mulher, Direitos da Criança, Sociedade e Trabalho

Claudia P. Sanabria, Paraguai

Nunca vou esquecer a primeira vez que vi Constantino fora de minha barriga; nasceu e sua olhada para mim foi imediata. Aqueles olhos negros de olhar firme, intenso e cheio de amor me enfeitiçaram para sempre.

Quando o tomei em meus braços e o aconcheguei a mim, ele se agarrou muito forte e sem dúvida começou a mamar. Foi uma sensação de satisfação plena. A partir de então não nos separamos nem por um momento.

Usei os 84 dias que a lei estabelece de licença maternidade e após isto somei 20 dias que havia acumulado e guardado de minhas férias, já pensando em ficar mais tempo com meu filho. Em meu caso, usei uma maneira que me permitiu estar os primeiros 4 meses ininterruptos com ele, porém nem todas as mulheres no Paraguai podem fazer assim. Na maioria dos casos tiram 42 dias posteriores ao parto e depois voltam a trabalhar. Isto é assim porque recebe o subsídio que paga a Seguridade Social, o empregador não paga o salário neste tempo apesar de a lei estabelecer que o mesmo é insubstituível.



Amamentando a Constantino no parque.



Inauguração da Sala de Amamentação no Ministério durante a Semana Mundial de Aleitamento Materno 2014.

unidos no amor e na saúde.

Para ter mais satisfação, na qualidade de advogada especialista em direitos da criança, neste tempo estive trabalhando no Ministério de Saúde Pública e Bem-estar Social, o anteprojeto de Lei de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno que tem como objetivo não apenas estender a licença maternidade, mas também criar condições para dar possibilidade de a mãe encontrar apoio nos serviços de saúde, que considero o começo de tudo.

Devo destacar também meu entorno. O apoio incondicional de uma pessoa fundamental em minha vida, minha mãe, que me transmitiu tudo o que sei e me acompanhou em cada momento, junto a minha família, meus irmãos, e companheiras de escritório que me apoiaram em todo o período da gravidez até agora no cuidado de Constantino.

Claudia P. Sanabria, Advogada, Especialista em Direitos da Infância, Assunção, Paraguai.

E-mail: sanabriamoudelle@hotmail.com

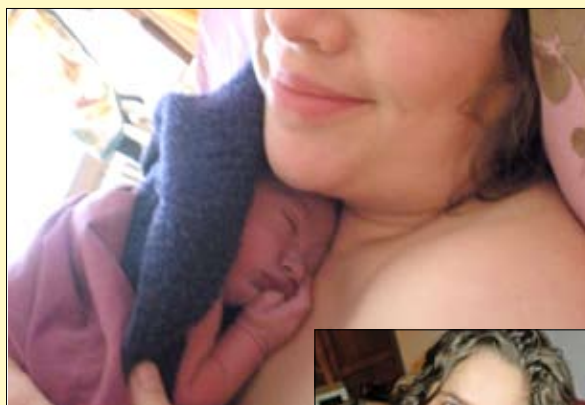
8. O Nascimento de Volodia Herrade Hemmerdinger, França

Minha gravidez começou em 14 de abril de 2008, estava muito segura disso. Estava tão feliz de estar grávida outra vez ! Meu terceiro filho ! Depois de duas meninas, senti que esperava um menino, ainda que não quis saber até seu nascimento. Queria que fosse uma surpresa. Lembro que em um dos primeiros ultrasons, a médica escreveu em suas informações que o bebê havia sido concebido em 17 de abril. De alguma maneira, senti-me aborrecida de repente e lhe disse que estava equivocada, estava convencida de que havia sido concebido em 14 de abril e pedi-lhe que corrigisse a informação. Não estou segura do porque o fiz. Entretanto, ela aceitou, murmurando em voz baixa que se esse fosse o caso, era insignificante...

Depois, me perguntei por que havia sido tão firme. Mas, até o final de minha gravidez entendi porque me sentia dessa maneira. De fato, planejava um parto em casa com uma parteira com um enfoque holístico, Françoise. Ela nos acompanhou durante minha gravidez com Victória, em 2003. Laura, minha filha mais velha, nasceu em 2001 aos 8 meses e um dia, Victória nasceu aos 8 meses e 5 dias, Volodia nasceria exatamente aos 8 meses, menos um par de horas segundo a parteira. Ela disse que se a criança nascesse aos 8 meses,

Continuando com meu caso, ao voltar ao trabalho, me permitiram ir com meu filho ao escritório, o que fez nossa união continuar e se consolidou ainda mais. Conseguimos a meta de 6 meses de amamentação exclusiva, sem sucos, nem chás, nem nada parecido, apesar de todas as vozes que insistiam: faz calor, dê-lhe água, tem gases, dê-lhe chá, teu leite não o satisfaz, dê-lhe fórmula.

Aos 6 meses iniciamos a alimentação complementar de maneira gradual e com muito sucesso. As primeiras semanas não substituí o leite materno por nada, e depois, pouco a pouco foi tomando gosto aos diferentes sabores das comidas. Hoje com 1 ano continuamos desfrutando deste maravilhoso presente de estar



Volodia, cinco minutos após o nascimento. Dois minutos depois de seu nascimento, Volodia é aquecido com uma toalha azul.



não teria o direito legal de ter um parto em casa e teria que ir para um hospital. Essa era uma possibilidade que não me agradava em nada... Tenho más recordações do nascimento de Laura em hospital. Não de seu nascimento por cesárea que foi feito pelo médico que fez quase todos meus ultrassons em minhas gestações seguintes e que me agradou muito. Mas, tudo o que aconteceu depois dessa cirurgia maior me impediu de conhecer minha filha como eu queria e me deixou uma má impressão.

Lembro que na noite de 13 de dezembro, senti algumas contrações leves. Deitei-me, e Henry (meu marido) e eu falamos ao bebê que permanecesse em minha barriga um pouco mais de tempo. Fui para a cama e surpreendentemente passei uma boa noite. Levantei-me às 10h me sentindo renovada. Então chamei minha amiga Cécile. Lembrei que em Setembro ela me havia oferecido cuidar de minhas filhas em qualquer domingo de Dezembro pelo nascimento do bebê. Estávamos tomando café na sala de estar, quando, de repente, rompeu forte a bolsa, corria por minhas pernas o líquido e no chão de parque. Pela primeira vez, não foi em minha cama! Sabia que ia conhecer meu bebê daí a um par de horas. Cécile chegou uns minutos mais tarde para pegar Laura e Victória para passar o dia no parque com elas e com sua filha menor, Colline.

Chamei Françoise para lhe contar e também para dizer que eu estava sentindo apuros¹ suaves. Então, continuei fazendo minhas coisas como de costume. Ao meio dia, chamei-a novamente, à medida que os apuros eram cada vez mais fortes, a cada 5 ou 7 minutos. Disse-lhe que a chamaria novamente quando fossem mais frequentes. Ela parecia duvidar se seria em minha casa ou não, tendo em conta de que tínhamos que esperar até a meia noite para cumprir os oito meses. Eu lhe respondi: Mas, o que são 12 horas em uma gestação? Não muito! Pus-me a rir e ela relaxou. Então, ela chamou minha obstetra para lhe pedir permissão para assistir o nascimento de meu bebê. Respirei profundamente, sorri e disse: Claro, temos que esperar até a tarde! Ela disse: Está bem. Então, chamei duas amigas minhas, Céline e minha Doula Marilyne. Estava preparando um pastel essa manhã e continuei até que não pude nem pesar a farinha de arroz. Estava experimentando meus apuros com alegria sabendo que cada um estava me aproximando de meu bebê.

Herrade Hemmerdinger, maman de 3 enfants, doula, animatrice LLL et traductrice du bulletin de WABA

Email: herrade.perle@gmail.com



9. “Normal ou Radical”?, Extrato do livro *Três e Mais: Histórias de crianças Amamentadas e de suas Mães que os Amam*, editado por Janell E. Robisch

Normal ou Radical ?

Jessica Dee Humphreys, Canadá

Da religião até como colocar o papel higiênico, o “normal” se desenvolve a partir do que estejamos expostos, sobretudo quando somos jovens. Estas são as rotinas da vida diária que vamos aceitando, e nem sequer pensamos em que nos definem porque pertencem a tudo o que conhecemos... À medida que crescemos, nos expomos mais ao resto do mundo e então, uma verdade fundamental se revela: o que uma pessoa considera como normal pode ser radical para outra.

Sou filha única, e assim não presenciei a amamentação ao crescer. A primeira de minhas amigas a ter filhos amamentou seu primeiro bebê durante quatro anos: entre uma gravidez e outra, dois anos de amamentação e depois outra gravidez. Desmamou apenas quando nasceu o terceiro bebê... Isto era o normal para mim. As crianças (agora na adolescência) eram divertidas, sadias, carinhosas, fortes, desorganizadas, inteligentes e tomavam leite materno.

Quando nasceu meu filho, nunca me questioneei quanto ia amamentá-lo ou até quando ia querer amamentar... Como muitas estratégias de criança, para meu filho e eu foi puro instinto e sentido comum... nos



1. Apuros é uma palavra utilizada por Ina May Gaskin para referir-se às contrações. Ela escreveu um livro incrível, dando poder a gravidez. Recomendo: Ina May's Guia para Nascimentos.

surpreendemos ao descobrir que sem saber éramos parte de um movimento chamado criança de apego...o aleitamento materno se tornou a coisa mais natural e mais fácil que fizemos.

De fato, era tão fácil que logo descobrimos que era muito mais útil que a comida. Esta merenda e bebida grátis, portátil, estéril e sadia também era o curinga resolve problemas: provoca sono, acalma a febre, e desentope o ouvido, fabrica alegria, inclusive alivia feridas. O que começou como algo inevitável se tornou uma opção ativa (ou mais exatamente, prazerosa), já que o esgotamento-de-mamãe-primípara deu lugar ao esgotamento-de-mamãe-de-um-menino-ativo, e depois ao esgotamento-de-não-ter-tido-uma-boa-noite-de-sono-em-anos. O aleitamento materno foi mais fácil que treinar para dormir, a mamadeira esterilizada, e sobretudo, o desmame.

À medida que os meses se converteram em anos, os recursos de aleitamento materno continuaram nos apoiando... o aleitamento materno a longo prazo havia se convertido em uma técnica de criança muito respeitada, não só nos países em desenvolvimento, mas também aqui nos Estados Unidos, onde a ex-Diretora Geral de Saúde dos Estados Unidos, Antonia Novello, fez a bela afirmação de que um bebê afortunado é aquele amamentado por dois anos...O amamentar por mais de dois anos tem recebido apoio incondicional, e amamentamos alegre e livremente durante mais de dois anos. Entretanto, essa marca de dois anos desapareceu muito cedo. As mães que nos cercam desmamavam rápida e violentamente...e o apoio especial foi se extinguindo rapidamente.

Por um tempo foi difícil não ter esse grupinho de mães com ideias afins e nem mais apoio especial. Percebi que havíamos passado de normais para radicais, porém a facilidade e a alegria que continuamos experimentando ao amamentar me mantiveram confiante de que ainda se permitia a cada bebê (ou se desejava permitir) a necessidade de sugar. Todos os menores de 4 e 5 anos de idade em nossa quadra ainda utilizavam mamadeiras, chupetas, e polegares; ou simplesmente lamentavam de forma verbal a perda do peito.

Aos 4½, o leite de mamãe continua sendo o favorito de meu filho. Não apenas é “o mais delicioso”, mas também o associa com a experiência mais segura, mais quentinha e mais amorosa de sua vida...

É normal desfrutar de um instinto natural e saudável? É claro! É também normal seguir as convenções abertas de nossa sociedade em geral? Definitivamente! Existe uma só norma universalmente aceita sobre este ou qualquer tema? Não existe.

Quando penso se a amamentação em longo prazo foi um erro, rio de mim mesma: todas nós criamos nossos filhos de maneira diferente, com maior ou menor sucesso, e se este é o maior erro com criança que cometo, esta é uma criança com sorte! Sei que quando estiver no momento adequado ele vai deixar de mamar, e até então, seguiremos atenciosas, carinhosas e respeitosas tanto com o bebê que ele ainda é, como com o homem em que se tornará.

O livro de **Janell E. Robisch**, Três e Mais: Histórias de Crianças Amamentadas e de suas Mães que as Amam, explora as alegrias e os desafios da amamentação em longo prazo através de uma única coleção de histórias, sobretudo a partir de uma criança que mamou até por 3 ou mais.

A versão completa da história anterior e muitas outras histórias maravilhosas de mães de todo o mundo em muitos âmbitos da vida pode-se encontrar no livro, está disponível online desde Praeclarus Press (enviou em nível internacional, <http://stores.praeclaruspress.com/to-three-and-beyond-stories-of-breastfed-children-and-the-mothers-who-love-them/>) e amazon.com (édition reliée ou kindle, <http://www.amazon.com/To-Three-Beyond-Breastfed-Children/dp/1939807166>).



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

APOIO PATERNO

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

10. Nascimento de Volodia Segundo seu Papai

Henri Diaz, França

Estava muito feliz por ninguém interferir no nascimento de Volodia. Ele ia nascer em casa, com ninguém mais que sua mãe Herrade e eu.

A parteira de confiança, sem a qual nunca poderíamos ter considerado um parto seguro, estava atrapalhada no tráfego. Esperávamos duas amigas que não tinham ideia de que o nascimento seria tão rápido. Desde o dia anterior, sentimos que tudo ia caminhando mais rápido. A sensação de um final feliz, apesar de apenas 8 meses de gravidez, me fez ficar perfeitamente tranquilo com respeito ao parto e nascimento a ponto de acontecer. A boa notícia é que tínhamos luz verde segundo todos os parâmetros médicos, com uma ecografia e a boa saúde geral de Herrade.

A má notícia era que, depois de ter observado anteriormente o pessoal médico em diversas circunstâncias (parto, cirurgias, incluindo uma cesárea, seres queridos sendo hospitalizados), achei que o membro mais estressado do pessoal passaria sua angústia – sua negatividade – à pessoa mais frágil do grupo e em particular ao paciente ou a mulher em trabalho de parto. Inclusive se a cirurgia vai bem, como por exemplo, na cesárea no nascimento de Laura, nossa filha mais velha, graças a um obstetra tranquilo e excelente, houve alguém no grupo que piorou as coisas através de sua ansiedade (nesse momento foram o anestesista e uma enfermeira).

Não estou contra parto ou nascimento num hospital; entretanto, esperar um bebê não é nenhuma enfermidade. No entanto, a exceção de momentos em que existe perigo para a mãe ou para a criança, não seria incrível dar a luz a teu bebê sem ter pessoas irritantes ao redor neuroticamente da cama do bebê ao nascer?

Foi maravilhoso e muito relaxante poder ajudar Herrade a dar a luz naturalmente, com suavidade, sem pinças, ou alguma injeção para dirigir o nascimento de um modo ou de outro e deixar a cargo do processo natural. Não teve profissionais ao redor, (“de nenhuma maneira vamos ter esse tipo de imundície”, disse o anestesista elegantemente, o encarregado da sala cirúrgica quando Herrade estava dando a luz a Laura).

Assim, o nascimento de Volodia, que pressenti que seria incrível, realmente foi.

Primeiro sua cabeça coroou, depois seu ombro saiu, o sustentei e acabou! Ocorreu na cama que compartilhamos em casa, porque era o momento e lugar adequados. Herrade estava de quatro, desfrutando a gravidade, não se viu obrigada a se deitar; quando se está em posição supina é mais difícil para um bebê sair.

A única coisa que tinha preparado era uma lista de números de telefone em caso de emergência.

Alguma vez foi dito que hospitais não servem para nada? Claro que não, tenho o maior respeito pelos profissionais de saúde e pelos equipamentos modernos, prevenindo quando a medicina necessita, que a parturiente não se torne apenas num objeto que pode ser puxado e tirado. Tivemos a sorte de morar em uma cidade hiper-equipada de recursos médicos, e paradoxalmente, nunca havíamos desejado esta combinação de circunstâncias – desejar um parto em casa e que a parteira estivesse atrapalhada no trânsito – e nós em uma zona arejada.

Por último, mas não menos importante, o cordão umbilical. Eu não gostaria de cortá-lo. Havia procurado informação antes do nascimento. Sabíamos que tínhamos todo o tempo do mundo! Então, sem estresse e, pelo contrário, sabendo que o corte muito rápido poderia ser prejudicial, pois é nesse momento que o bebê chora pela primeira vez. Os bebês sofrem ao nascer quando se corta o cordão muito rápido já que seus pulmões se expandem brutalmente, enquanto que se tem a crença de que o primeiro pranto é libertador! Então, uma vez que tive em meus braços Volodia, o aqueci com uma toalha, pele a pele, deixando o cordão pulsando, como uma dessas grossas linhas de vida umbilical similar, utilizada pelos astronautas no espaço ao redor de sua nave. Então, primeiro nos aquecemos embaixo do cobertor, Herrade, Volodia e eu. Sentia-se tudo perfeitamente natural. Volodia já estava conosco, a parteira estava a ponto de chegar, ela ajudaria Herrade a tirar a placenta. Então, Herrade cortaria o cordão; tudo estava em ordem.

Henri Diaz, papai de 3 crianças amamentadas de 6, 11 e 14.

Nota Editorial: O nascimento de Volodia também compartilhou sua mamãe. Veja Nº 8

II. Homens Carregam seus Bebês - 6 Papais Compartilham suas Experiências

Shari Wargo Stamps

Raphaél Wade: “Depois de começar a carregar minha filha com mais frequência, fui entendendo que fazê-lo me dava a sensação de não apenas ser seu pai, mas também seu protetor...se converteu em nossa experiência de união verdadeira”.

Raphaél e sua filha Kassiana de 13 meses em seus braços. Créditos de Katy Trumbull.



Chauncey Richardson: “Tem sido divertido e conveniente! É genial ter as mãos livres e ter tudo pronto. Minha mamãe me carregou e a meus irmãos também. Comecei com um carregador BabyBjorn que minha esposa recebeu de uma amiga, porém não era tão cômodo, então me deu o ABC e resultou ser mais cômodo. Levei-o a um jogo dos Tigres de Detroit e adorei. Foi genial estar tão próximo dele”..

Chauncey Richardson com seu filho de 6 meses.



Steve Burrell: “Carregar meu bebê tem ajudado a criar e manter um vínculo mais estreito com meus filhos, e o tempo que passamos juntos tem sido inestimável”.

Steve Burrell com seu filho de 4 meses e ajudando seu filho de 2 com seu carrinho.



Izdihar Ibrahim: “Carregar meu bebê me faz sentir como se estivesse protegendo o mundo – como se eu fosse um super-herói – e de certo modo, estou protegendo meu mundo. Ter o coração de meu bebê junto ao meu e saber que tudo está bem, que ela está bem, me faz um pai melhor. Sei que não posso protegê-la para sempre. Por hora vou fazer isso”.

Izdihar Ibrahim com sua filha de 7 meses.



Kyle Ries: “Quando carrego minha filha em minha frente e ela me olha, nada se pode comparar a isso. Nem sequer posso descrever como me sinto. Ela se relaxa totalmente quando a carrego e pode estar envolvida no que estou fazendo. Além disso, é conveniente: Duas mãos são muito melhores que uma”.

Kyle Riese com sua filha de 8 meses e meio tomando o café da manhã.



Matt Bergerac: “Adoro poder carregar meu filho, e ainda assim ter as mãos livres para fazer outras coisas... É muito conveniente”.

Matt Bergerac com seu filho de 6 meses.



Os comentários dos papais foram tirados de: <http://www.savvyeveryday.com/real-men-who-babywear-6-dads-share-their-journey/>

12. Intervenção de Apoio ao Aleitamento Materno e Aleitamento Materno Exclusivo: Um Ensaio Controlado Aleatório

Jennifer Abbass-Dick, PhD, Susan B. Stern, PhD, LaRon E. Nelson, PhD, William Watson, MD, e Cindy-Lee Dennis, PhD

OBJETIVO: Avaliar a eficácia de uma intervenção de apoio em aleitamento materno exclusivo entre mães primíparas e pais.

MÉTODOS: Foi realizado um ensaio aleatório controlado em um grande hospital universitário em Toronto, Canadá. As duplas foram escolhidas ao acaso para receber a atenção habitual (n= 107) ou uma intervenção de apoio em amamentação (n= 107). O seguimento do aleitamento materno exclusivo e das diversas medidas de resultado secundário foram realizados entre a semana 6 e 12 após o parto.

RESULTADOS: De maneira significativa mais mães do grupo de intervenção que no grupo controle continuaram amamentando nas 12 semanas depois do parto (96,2% vs 87,6%, P = 0,02). Mesmo que de maneira proporcional mais mães do grupo de intervenção amamentaram exclusivamente nas semanas 6 e 12, estas diferenças não foram significativas. Os pais no grupo de intervenção tiveram significativamente um aumento maior em pontuações de segurança a respeito da amamentação desde o início até a semana 6 depois do parto em comparação com os pais no grupo controle (P = 0,03). Além disso, significativamente mais mães do grupo de intervenção que no grupo controle informaram que suas duplas lhes proporcionaram ajuda com a amamentação nas primeiras 6 semanas (71% vs 52%, P = 0,02) e que estavam satisfeitas com a participação de suas duplas com o aleitamento materno (89% vs 78,1%, P = 0,04). As mães do grupo de intervenção também estavam mais satisfeitas com a informação que receberam sobre aleitamento materno (81% vs 62,5%, P <0,001).

CONCLUSÕES: As melhoras significativas na duração do aleitamento materno, segurança paterna a respeito da amamentação e percepções maternas de participação e assistência paterna com a amamentação sugerem que uma intervenção de apoio que envolve os pais merece mais investigação.

Jennifer Abbass-Dick, PhD^a, Susan B. Stern, PhD^b, LaRon E. Nelson, PhD^c, William Watson, MD^d, e Cindy-Lee Dennis, PhD^{e,f}

- Faculdade de Ciências da Saúde, Instituto de Tecnologia da Universidade de Ontário, Oshawa, Ontário, Canadá;
- Factor-Inwentash, Escola de Trabalho Social,
- Escola de Enfermagem, Universidade de Rochester, Rochester, New York, <http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2014/11/25/peds.2014-1416.abstract?related-urls=yes&legid=pediatrics;peds.2014-1416v1>
- Departamento de Medicina Familiar e Comunitária,
- Saúde Perinatal Comunitária,
- Instituto de Investigação Universitária da Mulher, Universidade de Toronto, Toronto, Ontário, Canadá.

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.

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: Ray Maseko

maseko@realnet.co.sz

Ásia do Sul: Qamar Naseem

bveins@hotmail.com

América latina e Caribe, Arturo Arteaga Villaroel: Arturo Arteaga Villaroel arturoa36@hotmail.com

ou visite o site: <http://www.waba.org.my/whatwedo/mensinitiative/index.htm>
<https://www.facebook.com/WabaMensInitiativePage>



ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO: Novas Direções

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

13. O Aleitamento Materno e a Amizade Duradoura – Recordando Judy Torgus Rebecca Magalhães, EE.UU.

Quando assisti a minha primeira reunião do grupo de apoio de mães em 1973, em Aurora, Illinois, EE.UU., fui em busca de ajuda e informação sobre aleitamento materno, e isso foi o que recebi, porque continuei assistindo durante muitos anos e então tive meus últimos 2 filhos. Entretanto, rapidamente compreendi que havia um benefício adicional: o desenvolvimento de amizades duradouras e valiosas. Poderia nomear as muitas mulheres que conheci nos últimos 30 anos enquanto assistia reuniões de grupos de apoio à mães e trabalhei com o aleitamento materno, e que ainda as considero boas amigas, tanto nos Estados Unidos como em todo o mundo. Porém hoje, gostaria de concentrar em uma em particular: **JUDY TORGUS**.

Conhecia Judy pessoalmente, como companheira de trabalho quando me uni ao pessoal da La Leche League Internacional (LLLI) em Franklin Park, Illinois, em 1993. Pouco a pouco percebi o importante papel de Judy no seu trabalho na La Leche League, apoiando a amamentação e o apoio mãe para mãe. Mesmo que não contasse com a capacitação ou educação formal em edição e publicação, ela atuava com uma grande habilidade nestas áreas. Envolveu-se na LLL como mãe lactante durante os primeiros anos da organização e tinha uma estreita relação com as fundadoras da LLLI, que respeitam e apreciam seu trabalho para a LLLI. Tinha um conhecimento profundo, incrível e consistente quando se referia ao aleitamento materno, o que lhe serviu muito para decidir e trabalhar nos livros e revistas da LLLI. Sempre estava monitorando o apoio à amamentação e o apoio mãe para mãe.

Porém, em minha opinião, o mais importante foi chegar a conhecê-la como esposa, mãe, avó e amiga. Aprendi o muito que amava sua família, seus filhos, seus cônjuges e seus netos. Era muito bonito ver como apoiava sua família. Também era honesta e direta, como amiga e como uma companheira de trabalho. E, era uma aventureira, sempre disposta a provar coisas novas...! Como nadar com golfinhos em Acapulco! Ela amava viver a vida. Era divertido estar com ela e eu estava muito feliz de que coordenasse nossas atividades em um cruzeiro que fizemos com ela, sua irmã e eu, faz alguns anos.

Vocês provavelmente já perceberam que Judy já não está mais conosco. Ela faleceu em julho de 2014, porém ainda penso em ligar para ela e lhe perguntar “o que acha disso?” Inclusive agora escrevendo este artigo, gostaria de lhe passar o texto para que o editasse!

Judy fez uma diferença positiva neste mundo e muitas pessoas, familiares, antigos colegas, vizinhos e amigos sentem sua falta...Sou amiga e colega. Minha esperança é que todos que leiam este artigo tenham sua própria “Judy!”



Viagem a Acapulco com golfinhos.



Cruzeiro por Alaska (Judy, sua irmã e eu).

Rebecca Magalhães, mãe de 5 filhos maravilhosos, 4 noras muito especiais, 1 grande genro, e 13 netos fabulosos, Líder da LLL, Ex-Diretora do Departamento de Relações Externas e Promoção da LLLI, coeditora do Boletim Eletrônico GTAM de WABA, Membro do Conselho Assessor Internacional de WABA, mora em uma propriedade de família e desfruta de sua aposentadoria.

14. Recordando Mary Ann Cahill – Uma das Sete Fundadoras da La Leche League Internacional

Com muita tristeza informamos que Mary Ann Cahill, uma das sete fundadoras da La Leche League, faleceu em 26 de outubro de 2014. Seu compromisso para apoiar às famílias lactantes começou quando a La Leche League foi criada formalmente em 1956 e continuou sendo parte da Junta Diretiva Internacional da La Leche League no momento de seu falecimento.

Em nome da La Leche League Canadá e de quem conseguiu mudanças em sua vidas pelo apoio da La Leche League, enviamos nossos pensamentos e condolências a sua família, que a amaram e admiraram. Conselho Administrativo da La Leche League Canadá. <http://www.lllc.ca/mary-ann-cahill-1927-2014>

Mary Ann Cahill, co-fundadora da La Leche League, nasceu em 10 de junho de 1927 em Chicago, EE.UU. Em 26 de outubro de 2014, com 87 anos, faleceu placidamente em McHenry, Illinois, EE.UU. Se casou em 5 de junho de 1948 com Charles “Chuck” Cahill. Juntos construíram a casa de seus sonhos, “suficientemente grande para todos seus meninos e meninas”, em Liberty Ville, Illinois. Chuck faleceu em 1978. Para Mary Ann sobreviveram seus nove filhos, 20 netos e 15 bisnetos. A vida de Mary Ann esteve definida pela família, sua fé católica, sobretudo pelo evangelho social da Igreja, e por uma inteligência vivaz que a manteve envolvida com o mundo até o dia de sua morte, na causa de sua vida, La Leche League.

Mary Ann viveu sua fé, assistindo a missa diariamente e em seu compromisso pessoal ativo de fazer do mundo um lugar melhor; compromisso que transmitiu a seus filhos e netos. Ela e Chuck foram líderes do Movimento Familiar Cristão da Igreja de São José em Liberty Ville; além disso, ajudou a estabelecer a Sociedade de Vicente de Paulo na Igreja dos Santos Apóstolos em McHenry. Em 14 de setembro de 2014, outorgou-se um reconhecimento como Católica de Inspiração pelo Conselho de Decanato de Mulheres Católicas McHenry.

Em 1956, Mary Ann tornou-se uma das fundadoras da La Leche League, uma organização em Franklin Park, Illinois, que passou a ser um grupo de sete mães e se tornaram uma organização mundial dedicada ao “Bom cuidado maternal através da amamentação”. Depois que as mulheres chegaram à conclusão de que já não podiam atender a demanda de informação escrevendo cartas às muitas mães que solicitavam ajuda com a amamentação, Mary Ann ajudou a escrever o primeiro manual para a La Leche League, “A Arte Feminina de Amamentar”. Mary Ann foi a autora de “Sete vozes, Um Sonho”, uma história verbal da La Leche League, nas palavras das fundadoras, assim como de “O coração tem suas próprias razões: Sabedoria Materna da década de 80”, e de numerosos artigos para publicações e revistas da La Leche League. Ela foi membro emérito da Junta Diretiva da La Leche League Internacional. <http://llalumnae.org/content/We-Remember/703>



Foto de Mary Ann Cahill: Tributo do boletim eletrônico LLLI a sua fundadora



15. Recordando André Nikiéma – Coordenador Regional de IBFAN África

Arun Gupta- IBFAN ÁSIA

Há muitos anos, quando conheci André, foi como encontrar alguém que havia conhecido por anos, como se já fôssemos amigos, como se o destino nos tivesse reunido na Rede Mundial de Grupos pró Alimentação Infantil (IBFAN) África. A região estava passando por



Durante a Conferência Mundial de Aleitamento Materno em 2012, em Delhi, Índia.

uma etapa difícil nesse

momento e nos sentimos muito aliviados quando André ocupou o cargo e em pouco tempo ele conseguiu que tudo estivesse muito bem.

Sua contribuição para o aleitamento materno na região foi excepcional. Para ele, o importante eram as mães e seus bebês. Essa era uma qualidade verdadeira nele e o que o fez um ser tão especial.



Enfrentava os desafios que apareciam. Sua

determinação manteve a região em curso. Sempre estava a frente com sua voz.

Tinha a capacidade de analisar as situações e os problemas de uma maneira holística. Foi suficientemente talentoso para que a IBFAN pudesse visualizar suas metas. Sua voz tinha a determinação que faz com que qualquer um pudesse pedir só o melhor. Sua análise das situações era de alta qualidade e suas contribuições para a agenda global na Assembleia Mundial da Saúde e outros fóruns foram de grande valor para as pessoas de todo o mundo.

Ele era um amigo, parte da família e um verdadeiro líder. Era especial; tinha um grande sorriso cheio de amor. Sempre sentiremos saudades e a região sentirá mais ainda.

Arun Gupta, Dr. Arun Gupta MD FIAP, membro do Conselho de Primeiro Ministro sobre os Desafios da Nutrição da Índia, Coordenador Regional- IBFAN Ásia, Presidente do Conselho Mundial de IBFAN, Presidente da Iniciativa Mundial de Aleitamento Materno para a Sobrevivência Infantil (gBICS), Coordenador da Aliança contra o Conflito de Interesses (AACI),
E-mail: arun@ibfanasia.org, arun.ibfan@gmail.com

Sarah Amin – WABA

André Nikiema, uma alma compassiva encantadora, tornou-se parte da vida de WABA em meados dos anos 90. Uniu-se a WABA como membro do Comitê Diretivo (CD) e trouxe uma nova dimensão ao trabalho de WABA, tanto por sua sabedoria como pessoa jovem, como por sua perspectiva francófona.

André era frequentemente a voz da razão que proporciona equilíbrio e consideração no CD e em outros eventos da WABA durante anos, mais além de sua posição no CD. Por anos liderou a região francófona da África e teve um papel de coordenação para WABA, assim como para a IBFAN, ajudando com as traduções, distribuição de materiais, compartilhando a promoção e o trabalho de representação da WABA.

Enquanto Jean-Pierre Allain oferecia ajuda com as traduções e serviços de assessoramento no momento, foi muito útil ter um membro do Comitê Diretivo que tivesse a perspectiva de WABA sobre a linguagem e a comunicação a um público mais localizado, sobretudo na África francófona.

André era alguém que trabalhava duro, estava totalmente comprometido com a causa e sempre dava uma presença especial e uma perspectiva educativa para qualquer diálogo, reunião ou evento.

WABA agradece por o haver tido ao começo desta travessia e nos anos seguintes. Lembramo-nos dele sobretudo e muito mais, por suas muitas contribuições ao aleitamento materno e a saúde infantil na região e no mundo do aleitamento materno.

Sarah Amin, Consultora e Ex-Diretora Executiva de WABA
E-mail: sarah.amin@waba.org.my

Alison Linnekar – IBFAN-GIFA

Por mais de 20 anos, André nos presenteou seu sorriso, seu bom humor e seu sentido de diversão. Seu compromisso com as mães e bebês da África nos tocou a alma e nos tranquilizou, sobretudo quando a pandemia do HIV/AIDS criou obstáculos ainda maiores para proteger, promover e apoiar o aleitamento materno. Sua coragem para enfrentar os muitos desafios causados por pressões políticas e as más práticas da indústria inspiraram nossa admiração.

Por mais de 10 anos André foi o coordenador regional para a África francófona – em francês. Um linguista brilhante e hábil negociador, André administrou o escritório regional em Burkina Faso desde 1995. Depois regressou em 2004 como coordenador regional para dirigir o escritório em momentos difíceis quando houve muitos desafios a enfrentar, como a incerteza de continuar recebendo apoio financeiro e os muitos problemas para apoiar os grupos nacionais, especialmente nos países baixos, conflitos e agitação política ou desastres naturais, como Mauritânia, Chad e a República Centro-africana. Entretanto, o pior de tudo foram as táticas agressivas da indústria e as dificuldades para proteger o aleitamento materno frente a tais pressões comerciais, e a necessidade de resistir as ameaças da mesma. Os representantes de venda visitaram o escritório regional e se queixaram de maneira ameaçadora de que IBFAN África estava quitando seu sustento. O trabalho de André em nível nacional para implementar o Código Internacional como legislação nacional também trouxe consigo a pressão política de certos governos.



André com seus companheiros/as de IBFAN África (fala francófona).

É um privilégio haver conhecido e trabalhado com André durante muitos anos quando eu era responsável de oferecer apoio à África francófona no escritório de GIFA. A rede de grupos nacionais que André construiu e apoiou inclui agora países como Benin, Burkina Faso, Camerun, Gabon, Guinéa, Costa de Marfim, Mali, Níger, Senegal e Togo. Edouard Zerbo, colega e homem de confiança de André, é agora o coordenador regional e enfrenta a imensa tarefa de levar adiante os ganhos da obra de André. Desejamos a Edouard o melhor e sabemos que vai ter muito sucesso apoiando e fortalecendo os grupos nacionais no que tem se tornado em ampla rede África francófona.

Alison Linnecar, Coordenadora Internacional com IBFAN-GIFA em Genebra de 1987 ao ano 2010. Desde 2008 ao ano 2010 foi Coordenadora Técnica do Programa gBICS. Desde sua aposentadoria em 2010, é Coordenadora voluntária do grupo de trabalho mundial gBICS-IBFAN sobre a contaminação química e microbiológica dos produtos de alimentação infantil. Três filhos e três netos otimamente amamentados graças a IHAN e aos avanços na proteção, na promoção e no apoio do aleitamento materno nos últimos 30 anos.

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

NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO

16. Semana Mundial de Aleitamento Materno 2015: Jennifer Mourin, Malásia

O tema da SMLM 2015 enfoca as mulheres trabalhadoras e o aleitamento materno. Revive o tema da SMLM de 1993 que girou em torno da campanha pela Iniciativa de Locais de Trabalho Amigos das Mães.

Muito se tem conseguido nesses 22 anos de ação em todo o mundo para apoiar as mulheres a amamentar e trabalhar. A aprovação da Convenção revisada OIT 183 sobre Proteção da Maternidade, que tutela com maior força os direitos de maternidade, tem sido um particular avanço. Também, se tem dado importantes ações que melhoraram as leis e práticas nacionais. Assim mesmo, nos locais de trabalho se têm incrementado as ações para torná-los mais amigos das mães, incluindo prêmios para empregadores amigos do aleitamento materno e maior a consciência geral sobre



o direito das mães para amamentar. A proteção dos direitos de amamentar é a quarta meta da Declaração de Innocenti (1990). Entretanto, nessas duas décadas, a avaliação do progresso na alimentação de lactentes, crianças pequenas mostra que é a mais fácil de alcançar!

Os Objetivos da SMLM 2015 são:

1. Unir os esforços multidimensionais de todos os setores para facilitar às mulheres poderem trabalhar e amamentar em todo lugar.
2. Desenvolver ações por parte dos empregadores que sejam Amigos das Família/Bebês/ e Mães, e que apoiem ativamente as mães trabalhadoras para que continuem amamentando.
3. Informar sobre os últimos avanços na tutela e proteção dos Direitos de Maternidade em todo o mundo e criar consciência sobre a necessidade de fortalecer as legislações nacionais e sua aplicação.
4. Compartilhar, facilitar e fortalecer as práticas que ajudam ao aleitamento materno das mulheres que trabalham nos setores informais.
5. Comprometer e trabalhar com grupos específicos, por ex., de Direitos das Trabalhadoras, de Mulheres, de Jovens e Sindicatos para proteger os 5 direitos de aleitamento materno das mulheres em seus locais de trabalho.

Concurso de Fotografia SMLM

Os resultados do concurso de fotografia SMLM da WABA estão neste site:
<http://www.worldbreastfeedingweek.org/pcresults.shtml>

Jennifer Mourin – Coordenadora Mundial da Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMLM) de WABA
E-mail: jennifer.mourin@waba.org.my

17. Expo Arte de Aleitamento Materno: Canadá

A Expo-Arte de Aleitamento Materno é um projeto de arte e saúde de três anos que celebra e apoia o aleitamento materno. O projeto envolverá artistas e membros da comunidade de todo o sistema da saúde da região, que trabalharão em equipe para explorar o tema do aleitamento materno, através da arte. O aleitamento materno tem importantes benefícios médicos, sociais, econômicos e ambientais. Este projeto de arte comunitária pretende advogar por políticas e melhorar a aceitação cultural que apoie melhor às mães a amamentar.

A beleza da Expo-Arte de Aleitamento Materno é que a origem e a inspiração provêm da participação das comunidades individuais. Membros da comunidade assessorados por artistas moldarão suas próprias experiências pessoais, que darão forma a dez peças de arte únicas que terão cada uma sua própria história impactante. Nossa missão é advogar por políticas que apoiem as novas mães a iniciar e continuar o aleitamento materno, criando maior consciência sobre a amamentação e apoio dentro das comunidades. Em última instância, nossa visão é melhorar a saúde em longo prazo das crianças e das famílias.

Os organizadores são Interior Health, Columbia Britânica e Recursos Comunitários Kelowna (KCR), Kelowna, Columbia Britânica, Canadá.

Mais informação disponível em: <http://breastfeedingartexpo.ca/>



18. Declaração do Dia Mundial da Saúde, WABA / LLLI

Autora: Melissa Vickers, EE.UU.

7 de abril 2015 comemora-se o Dia Mundial da Saúde. A LLLI e WABA publicaram uma declaração conjunta para o Dia Mundial da Saúde. Para ler a declaração completa e suas traduções, consulte: <http://www.waba.org.my/pdf/statement-whd2015.htm>



19. Falando do Sono Seguro: Recomendações sobre o Sono do Infante Baseadas em Evidência

Melissa Bartick e Linda J. Smith, EE.UU.

A Academia Americana de Pediatria (AAP) emitiu recomendações nos anos 2005 e 2011 para reduzir a mortalidade infantil relacionada com o sono, que aconselha evitar a todo custo o coleito para dormir. Estas recomendações exageraram os riscos do coleito e este excessivo exagero tem graves consequências não desejadas. Pode dar lugar a um aumento das mortes nos sofás já que as mães e pais cansados evitam amamentar seus bebês na cama. A evidência atual mostra que outros riscos são muito mais graves, como o tabagismo, coleito em sofás, dormir junto a cuidadores com dificuldade para fazê-lo bem, e a alimentação com fórmula. A ênfase no sono separado desvia a atenção destes fatores críticos de risco. As recomendações para evitar o coleito também podem interferir com o aleitamento materno. Examinamos tanto a evidência por trás das recomendações da AAP como a evidência omitida dessas recomendações. Chegamos à conclusão de que o único conselho universal baseado em evidência até a data atual é que os sofás são lugares perigosos para que pessoas adultas durmam com bebês; que a exposição ao fumo, tanto no pré-natal como no pós-natal, aumenta o risco de morte; e que dormir junto a algum cuidador com dificuldades para fazê-lo bem, aumenta o risco de morte. Nenhum ambiente para dormir é completamente seguro. Os esforços da saúde pública devem abordar a realidade de que as mães e pais cansados devem alimentar seus bebês a noite em algum lugar, e que os sofás são lugares altamente perigosos devido a que se podem dormir segurando seus filhos, sobretudo se são fumantes ou estão sob a influência do álcool e drogas. Todas as mensagens devem ser elaboradas e reavaliadas para evitar consequências negativas não desejadas, incluindo o impacto nas taxas de aleitamento materno, ou dormir segurando seus filhos em situações mais perigosas que as camas das mães e pais. Devemos alinhar nossos recursos para nos concentrar nos fatores de riscos maiores, e que podem ter uma maior incidência como deixar de fumar e acabar com agressiva comercialização das fórmulas infantis. Isto inclui a eliminação dos conflitos de interesses das empresas comercializadoras da fórmula e as organizações que trabalham em pró da saúde infantil.

Melissa Bartick¹ e Linda J. Smith²

1. Departamento de Medicina, Aliança de Saúde de Cambridge e a Escola de Medicina de Harvard, Cambridge, Massachusetts.
2. Centro de Saúde Mundial, Escola de Medicina de Boonshoft, Universidade Estatal de Wright, Dayton, Ohio.

Enviar correspondência para: Melissa Bartick, MD, MSc

E-mail: melissabartick@gmail.com

<http://online.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/bfm.2014.0113>



20. Aeroportos nos Estados Unidos: São Realmente Amigos do Aleitamento Materno?

Michael Haight e Joan Ortiz, EE.UU.

Introdução: As leis estatais e federais têm sido promulgadas para proteger o direito da mãe para amamentar e dar leite materno a seu bebê. A Lei de Proteção ao Paciente e Cuidado de Saúde Acessível requer que empregadores proporcionem às mães lactantes horas de amamentação pagas, um lugar privado, discreto, livre de intrusos e que não seja um banheiro. Um requisito mínimo para uma sala de amamentação seria oferecer um espaço privado que não seja um banheiro. As leis para a sala de amamentação de um local de trabalho estão firmes em 24 estados, Porto Rico, e o Distrito de Columbia. Estes requisitos beneficiam as mães que ordenham seu próprio leite no escritório, porém, o que ocorre com as mães que ordenham seu leite e que precisam viajar? Das mulheres com filhos menores de um ano, 55,8% trabalham. Um obstáculo importante para que as mães trabalhadoras mantenham o aleitamento materno é a necessidade de viajar, e precisam do apoio dos locais de trabalho e da comunidade. Este estudo teve como objetivo determinar que aeroportos oferecem os requisitos mínimos para que uma mãe ordene seu próprio leite, em um espaço privado, com cadeira, mesa, tomadas de energia e que não seja um banheiro.

Metodologia: Realizou-se uma pesquisa telefônica com o representante de serviços ao cliente em 100 aeroportos dos Estados Unidos. Realizou-se seguimento através de e-mail.

Resultados: Das pessoas pesquisadas, 37% (n = 37) informaram haver designado salas de amamentação, 25% (n = 25) consideraram que o banheiro familiar/unissex contavam com uma sala de amamentação, 8% (n = 8) ofereceram um espaço que não é um banheiro com uma tomada elétrica, mesa e cadeira, e 62% (n = 62) responderam que se consideravam amigos da amamentação.

Conclusões: Apenas 8% dos aeroportos pesquisados cumpriram os requisitos mínimos para uma sala de amamentação. Entretanto, 62% afirmaram serem amigos da amamentação. Os aeroportos necessitam receber instrução sobre os requisitos mínimos para uma sala de amamentação.

Michael Haight (Programa São Francisco-Fresno, Universidade de Califórnia, São Francisco, Fresno, Califórnia, EE. UU.) e Joan Ortiz (Limerick Inc., Burbank, Califórnia, EE. UU.)

E-mail: joan.ortiz@limerickinc.com

Para ler o artigo completo consulte: <http://online.liebertpub.com/doi/full/10.1089/bfm.2014.0112>



21. Os Efeitos do Contato Pele a Pele na Temperatura dos Recém-Nascidos a Termo e o Êxito da Amamentação Após uma Cesárea

Shourangiz Beiranvand, Fatemeh Valizadeh, Reza Hosseinabadi e Yadollah Pournia, Irã

Antecedentes: O contato pele a pele (SSC) da mãe e do recém-nascido é pouco comum em recém-nascidos a termo após uma cesárea devido a possibilidade de hipotermia em neonatos. O objetivo deste estudo foi comparar as temperaturas das mães e dos bebês após uma cesárea.

Material e métodos: Neste ensaio clínico aleatório, 90 duplas mãe-recém-nascido mediante cesárea foram escolhidas aleatoriamente para SSC (n = 46) e cuidado de rotina (n = 44). No grupo experimental se realizou o contato pele a pele durante uma hora e no grupo rotina vestiu-se o bebê e se pôs no berço de acordo com o cuidado de rotina do hospital. As temperaturas de ambos grupos foram tomadas em intervalo de meia hora. Os dados foram analisados mediante estatística descritiva, provas t e provas q-quadrado.

Resultados: As médias das temperaturas dos recém-nascidos imediatamente depois do SSC (P = 0,86), meia hora (P = 0,31), e uma hora (P = 0,52) depois da intervenção, não mostraram diferenças estatísticas significativas entre os dois grupos. As pontuações médias da avaliação do aleitamento materno nos bebês em SSC (8,76 ± 3,63) e a atenção de rotina (7,25 ± 3,5) em ambos grupos, não mostraram diferenças significativas (P = 0,048).

Conclusão: O contato pele a pele entre mãe e bebê é possível depois de cesárea e não aumenta o risco de hipotermia.

Shourangiz Beiranvand¹, Fatemeh Valizadeh², Reza Hosseinabadi³, * e Yadollah Pournia⁴

1. Faculdade de Enfermagem, Escola de Enfermagem e Obstetrícia, Universidade de Ciências Médicas de Lorestan, Khorramabad, Iran
2. Faculdade de Enfermagem, Universidade de Ciências Médicas Jondishapour Ahvaz, Ahvaz, Iran
3. Faculdade de Enfermagem, Centro para Investigação sobre Saúde de Determinantes Sociais, Universidade de Ciências Médicas de Lorestan, Khorramabad, Iran
4. Faculdade de Medicina, Escola de Medicina, Universidade de Ciências Médicas de Lorestan Khorramabad, Iran

*Reza Hosseinabadi E-mail : moc.oohay@idabaniessoh_azer

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4291124/>



22. Sanções Severas por Não Encorajar o Aleitamento Materno em Beluchistão

Irfana Yasser, Paquistão

ISLAMABAD: A Assembleia de Beluchistão aprovou uma lei com a finalidade de adotar medidas eficazes para a proteção do aleitamento materno e da nutrição de lactentes e crianças pequenas.

A Proteção e a Promoção do Aleitamento Materno de Beluchistão e a lei 2014 sobre Nutrição Infantil foram aprovadas em 18 de janeiro de 2014, e foi concordada pelo Governador em 24 de janeiro de 2014.

Segundo a nova legislação, o governo conformará a Junta da Alimentação Infantil para recomendar a investigação de casos contra os fabricantes e distribuidores ou trabalhadores da saúde, além de coordenar e difundir os materiais informativos educativos e comunicativos (IEC), organizar a educação sanitária para trabalhadores de saúde e para o público em geral; bem como, para propor ao governo diretrizes para a melhora e o cuidado da saúde infantil.

Menciona-se também que nenhuma pessoa, sob nenhuma circunstância promoverá produto designado algum, excetuando os dispostos na Lei e nenhuma pessoa sob nenhuma circunstância pode afirmar que algum produto designado é substituto do leite materno, ou que é equivalente ou se compara ou é superior ao leite materno. Menciona-se também que nenhum fabricante ou distribuidora deverá oferecer ou dar presentes ou contribuições de qualquer tipo ou pagar de nenhuma maneira ao pessoal de saúde ou a sua família.

Para ver o artigo completo, consulte: <http://parliamentfiles.com/houses/balochistan-assembly/stern-penalties-for-discouraging-breastfeeding-in-balochistan/>



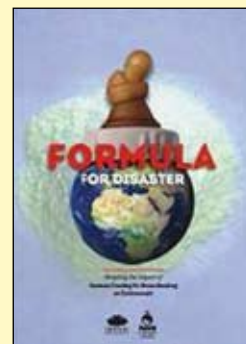
RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

23. Fórmula para o Desastre: BPNI / IBFAN Ásia

Fórmula para o Desastre: Avaliando o impacto da alimentação com fórmula vs. aleitamento materno sobre o meio ambiente; a última publicação de BPNI/IBFAN Ásia está disponível para baixar em: <http://bpni.org/documents/FormulaForDisaster.pdf>

A inovadora publicação tem como objetivo dar a conhecer o impacto positivo do aleitamento materno em nosso meio ambiente e define o impacto negativo da alimentação com fórmula. Esta publicação considera que a alimentação com fórmula é prejudicial para o meio ambiente global, enquanto que o aleitamento materno se coloca como mais saudável para as mães, crianças, e para o planeta.

A seguinte análise tem como objetivo dar a conhecer o impacto positivo do aleitamento materno em nosso meio ambiente e define o impacto negativo da alimentação com fórmula. É vital expandir nossa base de conhecimentos no contexto da promoção dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, que são objeto de debate no 2º Grupo de Trabalho Aberto da Assembleia Geral das Nações Unidas. Os capítulos examinam os fatos, identificam as ações necessárias, os atores que devem participar, e sugerem um quadro de política sobre diversos aspectos da alimentação infantil e meio ambiente. Também sugerem formas de passar da consciência para tomar ações em todo nível, através da investigação nacional e comunitária para proporcionar evidência para políticas e práticas.



Rede de Promoção do Aleitamento Materno da Índia (BPNI) / Rede Mundial de Grupos pró Alimentação Infantil (IBFAN Ásia) Email: bpni@bpni.org e bpni.india@gmail.com

24. Efeito da Conselheira de Pares por Parte de Grupos de Apoio de Mães nas Práticas de Alimentação do Lactente e da Criança: A Experiência em Lalitpur

Kushwaha KP, Sankar J, Sankar MJ, Gupta A, Dadhich JP, Gupta YP, Bhatt GC, Ansari DA, Sharma B, India

Objetivo: Nosso objetivo principal foi avaliar o efeito da conselheira de pares por parte de grupos de apoio de mães (conhecidos como GAM) na melhora das práticas na alimentação do lactente e da criança pequena (ALNP) na comunidade.

Métodos: Foi realizada esta medida repetida antes e depois de um estudo no distrito de Lalitpur de Uttar Pradesh, Índia entre 2006 e 2011. Foram avaliadas as práticas ALNP antes e depois da criação dos GAM na comunidade. As práticas de alimentação foram avaliadas em dois momentos, 2 anos (T1) e 5 anos (T2) depois da intervenção e foram comparadas com os dados da fase prévia à intervenção (T0).

Resultados: A população total compreendida no projeto desde o momento que se iniciou era de 105.000. Um total de 425 (T0), 480 (T1) e 521 (T2) pares de mãe- filho foram selecionados entre esta população. Houve uma melhora significativa nas seguintes práticas ALNP na comunidade (representadas como %; adjOR (95% IC,p), tais como o início do aleitamento materno dentro de 1 hora, tanto no T1 (71% vs. 11%); 19,6 (13,6, 28,2, p = <0,0001) como no T2 (62% vs. 11%); 13,3 (9,4, 18,9, p = <0,0001); utilizaram tomadas pré lácteas tanto no T1 (67% vs. 15%); 12,6 (CI: 9,0, 17,6, p <0,0001) como no T2 (67% vs. 5%); 44,4 (28,8, 68,4, p = <0,0001), as taxas de aleitamento materno exclusivo durante 6 meses, tanto em T1 (50% vs. 7%); 13,6 (7,6, 25,0, p = <0,0001) como no T2 (60% vs. 7%); 20,5 (11,3, 37,2, p = <0,0001); início da alimentação complementar no T1 (85% vs. 54%); 5,6 (3,6, 8,7, p = <0,0001) como no T2 (96% vs. 54%); 22,9 (11,8, 44,1, p = <0,0001) e a alimentação complementar junto ao aleitamento materno continuado tanto no T1 (36% vs. 4,5 %); 6 (1,15, 31,4, p = 0,033) como no T2 (42% vs. 4,5%); 8,06 (1,96, 49,1, p = 0,005) em comparação com o período de pré-intervenção (T0) depois de ajustar importantes variáveis sociais e demográficas.

Conclusión: Conselheira de pares por GMS melhorou as práticas ALNP no distrito e poderiam seguir realizando.

Kushwaha KP¹, Sankar J², Sankar MJ², Gupta A³, Dadhich JP⁴, Gupta YP⁵, Bhatt GC¹, Ansari DA¹, Sharma B¹

1. Departamento de Pediatria, Universidade Médica BRD, Gorakhpur, Índia.
2. Departamento de Pediatria, AIIMS, Nova Délhi, Índia.
3. IBFAN Ásia, BP-33, Pitampura, Délhi, Índia.
4. BPNI, BP-33, Pitampura, Délhi, Índia.
5. Consultores YG Pvt. Ltd., Nova Délhi, Índia.

Para ler o artigo completo, consulte: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4219670/>



25. Breastfeeding Today-Aleitamento Materno Hoje La Leche League Internacional

Breastfeeding Today-Aleitamento Materno Hoje é uma revista da La Leche League Internacional, publicada em inglês. A edição de 28 de março de 2015 inclui os seguintes temas:

- Superando a Necessidade
- Aleitamento materno “para sempre”
- A perspectiva infantil
- Quem necessita da OMS? Tendências globais da comercialização das fórmulas infantis
- Uma resposta à indignação sobre amamentar em espaços públicos
- O aleitamento materno após cirurgia redutora



- Uma mudança de posição
- Os primeiros seis meses
- Crescendo com vigor

Disponível em: <http://viewer.zmags.com/publication/b4fbfb2b/#/b4fbfb2b/1> ou pode solicitar uma cópia impressa em: <http://www.magcloud.com/browse/magazine/83715>

Para contribuir com a revista, envie um e-mail para Barbara Higham editorbt@lilli.org



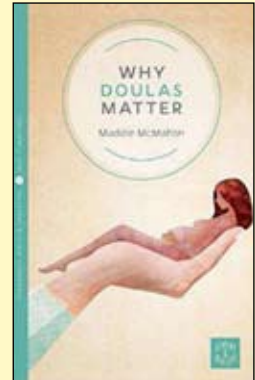
26. Por que são Importantes as Doulas?

Maddie McMahon, Reino Unido

As mulheres o sabem há muito tempo, e a investigação recente o confirma; ter uma companheira experiente pode ter um efeito positivo na experiência de uma mulher durante seu parto e o resultado de seu trabalho. Nesta era moderna de parto, a maioria dos partos ocorre nas maternidades congestionadas onde, ainda que as mulheres possam ter uma atenção médica de alta qualidade, o apoio contínuo durante o parto e depois do nascimento é frequentemente inexistente. As mães e pais podem se sentir constrangidos e sem apoio emocional, tomando decisões importantes e sem a informação adequada – um cenário que pode marcar toda sua experiência de nascimento.

Nesta discussão integral sobre como uma doula pode oferecer à nova mãe um apoio prático, emocional e informativo, Maddie McMahon, doula no Reino Unido, diretora do curso de doulas e aleitamento materno, também explica como e por que agora muitas mães e pais optam por ter uma doula.

<http://www.pinterandmartin.com/why-doulas-matter.html>



27. Novas Ferramentas de Trabalho em Aleitamento Materno Oferecem um Recurso Integral

Um novo recurso e ferramenta de trabalho em aleitamento materno da Academia Americana de Médicos de Família (AAFP) oferece recursos baseados nos locais de trabalho e comunidade, recursos de promoção, evidência baseada no conhecimento e material educativo que médicos de família podem compartilhar com seus pacientes.

<http://www.aafp.org/news/health-of-the-public/20150305breastfeedingtoolkit.html>



28. Livros sobre a Saúde em Português de Guias Hesperian de Saúde

Livros disponíveis sobre Nascimento e Aleitamento Materno em português de Guias Hesperian de Saúde, incluem: Onde não Há Médico disponível, Gravidez e Parto, Recém-nascidos e Aleitamento Materno e as Crianças Importam. Pode ler gratuitamente os capítulos disponíveis nestes sites

http://pt.hesperian.org/hhg/Novo_Onde_N%C3%A3o_H%C3%A1_M%C3%A9dico?utm_source=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_campaign=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_medium=email



http://pt.hesperian.org/hhg/New_Where_There_Is_No_Doctor:Cap%C3%ADtulo_26:_A_gravidez_e_o_parto?utm_source=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_campaign=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_medium=email

http://pt.hesperian.org/hhg/New_Where_There_Is_No_Doctor:Cap%C3%ADtulo_27:_Rec%C3%A9m-nascidos_e_aleitamento_materno?utm_source=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_campaign=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_medium=email



http://pt.hesperian.org/hhg/New_Where_There_Is_No_Doctor:Cap%C3%ADtulo_28:_A_sa%C3%BAde_das_crian%C3%A7as?utm_source=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_campaign=Exciting+new+materials+in+Portuguese%21&utm_medium=email

29. Atualização do Perfil de Coorte: Estudo de 1982 de Coorte de Nascimentos em Pelotas (Brasil)

Bernardo Lessa Horta, * Denise P. Gigante, Helen Gonçalves, Janaina Vieira dos Santos Motta, Christian Loret de Mola, Isabel O. Oliveira, Fernando C. Barros e Cesar G. Victora

○ Estudo de coorte de nascimentos em Pelotas em 1982 é considerado um dos coortes de nascimento mais extensos e de mais longa duração nos países de rendas baixa e média. As primeiras fases do estudo tem proporcionado dados valiosos sobre as consequências da alimentação infantil para a saúde infantil e sobre os fatores de risco da mortalidade infantil e da desnutrição. Com o tempo, a ênfase do estudo mudou, e durante as visitas recentes se avaliou a frequência de precursores de doenças crônicas e seus fatores de risco. Temos avaliado as consequências a longo prazo das primeiras exposições como as cesáreas, os padrões de alimentação infantil e o crescimento prematuro.

Bernardo Lessa Horta,¹ * Denise P. Gigante,¹ Helen Gonc, alves,¹ Janaina Vieira dos Santos Motta,² Christian Loret de Mola,¹ Isabel O. Oliveira,¹ Fernando C. Barros² e Cesar G. Victora¹

1. Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Brasil e

2. Programa de Pós-graduação em Saúde e Comportamento, Universidade Católica de Pelotas, Pelotas, Brasil

*Enviar correspondência ao autor pelo e-mail: blhorta@gmail.com

<http://m.ije.oxfordjournals.org/content/early/2015/03/01/ije.dyv017.full.pdf>



30. Livros sobre Aleitamento Materno do Brasil

Mamãe - eu te mamo : Maria Lúcia Futuro Mühlbauer

Mamãe – eu te mamo é uma publicação que reúne as reflexões acadêmicas da autora e seu desejo de compartilhar suas experiências. A compilação deste material tem como propósito ajudar a construir o conceito de aleitamento materno e o gratificante que é, de uma maneira agradável e criativa.



O Pulo da Gata- diário secreto de uma mulher que virou mãe: Maria Lúcia Futuro Mühlbauer



O Pulo da Gata compila muitas histórias contadas nas reuniões do grupo das Amigas do Peito em parques, festas, com as famílias, nas salas de espera e reuniões escolares e, é claro, das experiências pessoais. Não foi possível incluir todos os acontecimentos na vida desta mãe, porém se inclui o que ocorre com mais frequência na agenda desta mãe que tem seu primeiro filho...

E, se se tratasse de um caso de adoção, as experiências e observações seriam basicamente as mesmas...

O rir-se das situações difíceis em geral alivia o peso que levamos todos os dias... Portanto, há um toque de humor no livro, que faz com que seja mais fácil de ler.

Material Educativo em Amamentação Das Amigas do Peito: Algumas ideias e sugestões para utilização / Material Educativo sobre Amamentação de Amigas do Peito: Algumas ideias e sugestões

Este livro, compilado por Maria Lúcia Futuro Mühlbauer, contém ideias e sugestões para apoiar, promover e proteger a amamentação, baseados no trabalho que as Amigas do Peito têm desenvolvido.

Para mais informação sobre estes livros, por favor, entre em contato com Maria Lúcia Futuro Mühlbauer pelo: mluciafuturo@gmail.com e/ou com a editora em www.livrosilimitados.com.br



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.

31. A Dor pela Perda do Leite

Jessica Dee Humphreys, Toronto, Canadá

Meu filho caçula mamou com alegria até que completou seis anos, mas quando fez quatro anos e meio, meu leite secou. Estávamos de férias em nossa casa de campo no norte de Ontario, quando percebemos que finalmente já não tinha leite. Não fizemos um grande alvoroço, e ele continuou sugando até o ano e meio seguinte. Fizemos uma festa de desmame para ele em seu sexto aniversário, e passou muito tempo desde então. No entanto, quando começamos a planejar nossas férias de verão, ele me disse que não queria ir para a casa de campo. Eu lhe disse: "Pensei que amavas ir lá!" Ele começou a chorar e me disse: "Mas é lá onde o leite se foi!" Foi um momento precioso de luta, depois de tanto tempo. Não pude estimar o que para ele isso havia significado, e estou muito feliz porque pudemos compartilhar juntos e seguir adiante, maiores, mais fortes, e ainda com mais conexão.

Nota editorial: A história sobre Aleitamento Materno "Normal ou radical?" de Jessica Dee Humphreys é uma das que aparecem no livro *Três e Mais: Histórias de Crianças Amamentadas e de suas Mães que as Amam*, editado por Janell E-Robisch.

32. Aprendendo Apenas Com o Estar Ali

Viana Maza, Guatemala



Viana em ação durante suas oficinas de capacitação.

Quando eu era criança, acompanhava minha mãe a dar capacitações nas comunidades. Trabalhava com mulheres muito pobres, dava cursos, aulas e oficinas e grupos de apoio. Eu sempre estava ali, escutando tudo. Agora, eu dou

essas capacitações. Sei tudo...tudo o que sei perfeitamente, melhor do que alguma vez aprendi no colégio ou na universidade. O trabalho, a educação, o conhecimento...viaja através das gerações. Obrigada Mimi Maza por tudo o que me « ensinou » apenas por me levar com você para trabalhar.

Eu agora sou Doula, estudante de obstetrícia, psicóloga e tenho mestrado em saúde pública. Minha verdadeira paixão é o parto ☺ .Além disso, trabalho com consultorias relacionadas a amamentação, é aí onde respondo o que aprendi de minha mãe ☺

Viana Maza, Cidade da Guatemala, Guatemala.

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.

33. Apoiando minha Filha através do Nascimento e do Aleitamento Materno

Cathy Urroz, México

Foi uma experiência maravilhosa acompanhar minha filha em seu processo de gravidez, trabalho de parto e parto por cesariana, mesmo que tenha sido difícil vê-la entregue a seu trabalho de parto com muita concentração e sem se queixar de nada. Aguentou mais de 24 horas, chegou a dilatação completa e se passaram quase oito horas e o bebê não desceu; havia desproporção céfalo-pélvica e finalmente, graças a Deus, intervieram mediante uma cesárea e por fim, vi nascer minha neta!!! Os primeiros dias foram muito duros para ela, pela dor física do corte e do emocional por não ter parido, mas graças aos meus anos de Líder, pude acompanhá-la amorosamente, ajudá-la a se acomodar com seu bebê e a que estabelecesse a amamentação com sucesso. Agora ambas estão peritas e já estão em sua casa! Foi um grande presente para mim, poder servi-la, atendê-la e cuidar delas durante a quarentena!!!

Além disso, algo muito lindo foi que sugeri que extraísse colostro antes de seu nascimento. Tinha 25 ml congelados e foi com o que começamos a alimentar Cloe que estando pele a pele não atinava em pegar a mama, e além disso, Cathy, minha filha, estava muito cansada e debilitada, assim, após um pequeno intervalo, comecei a dar colostro gota a gota em sua boquinha; depois devolvia ao pele a pele e ia tirando leite para que tivéssemos mais um pouquinho (eu fazia a extração manual, pois ela não podia) e quando terminou a reserva do colostro continuamos conforme ia extraíndo até que por volta de 24 horas depois, a menina mamou, e daí em diante, foi de vento em popa!!!

Além de dar o colostro em uma seringa, Cathy ou o pai do bebê ou I deu o bebê para sugar o dedo e estar pele a pele com a mãe, o bebê divinamente forçou a localizar o seio de sua mãe, mas não pode travar. Nunca tinha visto um bebê fazer tanto barulho, movendo a cabeça para um seio e depois o outro. Ele apareceu como se ela estivesse dando beijos e apenas uma vez no início da manhã do segundo dia, quando estávamos todos dormindo, o bebê posicionado bem como podia e se agarrou em uma posição muito engraçado e mais tarde destravou. Foi bonito de ver sua luta!

Houve um momento na madrugada do segundo dia, quando ela ainda não tinha se agarrou bem, eu me senti realmente exausto. O colostro tinha terminado e eu não poderia expressar mais, falei com a minha filha sobre a possibilidade de dar seu bebê pequenas quantidades de fórmula e ela aceitou. Isso foi muito bom como Cloe só bebia 15 ml no total em duas alimentações de 7 ml e 8 ml o que nos permitiu descansar um pouco e seguir em frente.

Saber o que fazer foi um grande presente para as três, e uma enorme responsabilidade para mim, pois ela confiou em mim 1000%, e para que seu esposo pudesse descansar as noites, pois tinha muito trabalho, eu estive



Cloe com sua avozinha.






dormindo com elas para passar a menina para minha filha e trocar as fraldas e devolvê-la a sua mamãe. Foi grandioso, uma bênção enorme!!!

Não apenas tenho a bênção de ser parte da vida de muitas mulheres, mas também por ter valido tanto a pena, pois com minha filha foi muito intenso e meu coração se fez ainda mais e mais sensível com as mães e, sobretudo, quando fazem cesárea e são heroínas tantas e tantas que conseguem a amamentação sem ter tanto apoio. É impressionante a força das mães!!!

Cathy Urroz, mãe de 3 filhos, avó de 2 netas, Líder da La Leche League do México
Email: urroz.cathy@gmail.com

SITES E ANÚNCIOS

34. Visite estes sites

- E- WABA link - link eletrônico de WABA, Fevereiro 2015
<http://www.dipity.com/waba/WABALink-feb-2015/>
- Mais apoio para as Mães lactantes de Basingstoke: foram outorgados fundos à Conselheiria em Aleitamento Materno de Hampshire (BFC) através do Fórum em Saúde e Bem-estar do Conselho de Basingstoke e Deane Borough, e se utilizará o dinheiro para capacitar pessoal voluntário e oferecer apoio à amamentação na comunidade e para realizar um programa comunal aberto em Aleitamento Materno durante 12 meses, que contarão com conselheiros em amamentação capacitados.
http://m.basingstokegazette.co.uk/news/11790084.Breastfeeding_Basingstoke_mums_to_be_given_more_support/
- Bactérias ajudam bebês lactentes a digerir alimentos sólidos: Universidade da Carolina do Norte, Chapel Hill, EE.UU. Uma olhada mais de perto nas bactérias intestinais sugere que para os bebês lactentes é mais fácil a transição aos alimentos sólidos, potencialmente com menos dores de estômago.
<http://www.futurity.org/breastfed-babies-microbiomes-851152/>
- Reuniões de Aleitamento Materno na comunidade afroamericana conecta as brechas em saúde
<http://www.coloradoan.com/story/news/2015/02/01/black-breastfeeding-gatherings-bridge-health-gaps/22728045/>
- Lei de Amamentação aprovada na Casa Branca e no Senado
<http://wric.com/2015/02/10/breastfeeding-bill-unanimously-passes-house-and-senate/37>
- O último informe de Crescimento na Irlanda (Growing Up in Ireland-GUI), O Comportamento da saúde Materna e o Desenvolvimento Infantil na Infância, menciona que “Irlanda tem um dos níveis nacionais mais baixos de aleitamento materno no mundo”.
<http://www.irishtimes.com/life-and-style/health-family/second-opinion-reports-link-low-breastfeeding-rates-and-early-weaning-to-obesity-1.2082486>
- Comunicado 2015- Um Mundo Adequado para as Crianças – Nota Breve sobre Aleitamento Materno: UNICEF
http://www.unicef.org/post2015/files/Breastfeeding_2pager_FINALI_web.pdf

- Aleitamento Materno e HIV, continua sendo o peito o melhor? Entrevista com a especialista Pamela Morrison
<https://staywellfireyourdoctor.wordpress.com/2015/04/04/breastfeeding-with-hiv-is-breast-still-best-interview-with-expert-pamela-morrison/>



35. Anúncios - Eventos passados e futuros

- 12 a 16 de Janeiro, 2015:** 21ª Conferência Internacional sobre Aleitamento Materno, A Arte da Investigação na Ciência e Manejo do Aleitamento Materno, Orlando, Flórida, EE.UU.
<http://www.healthychildren.cc/conferences.htm>
- 14 de Fevereiro, 2015:** Celebração dos 24 anos de WABA.
- 3 de Março, 2015:** Dia da Consultora Credenciada de Aleitamento Materno (IBCLC)
- 4 de Março a 16 de Abril, 2015:** Una-se à Conferência online sobre Aleitamento Materno, Working Together for Breastfeeding Success, graças iLactation e a Academia de Medicina de Aleitamento Materno (ABM)
www.iLactation.com
- 8 de Março, 2015:** WABA celebrará o Dia Internacional da Mulher 2015: comemoramos 20 anos de Declaração e Plataforma de Ação em Beijing
O Comitê Diretivo de WABA respaldou a colaboração entre la Secretaria de WABA e a Academia de Medicina de Aleitamento Materno (ABM), a Associação Internacional de Consultores em Aleitamento Materno (ILCA), o Instituto Carolina de Aleitamento Mundial (CGBI) e os 1.000 Dias, que se denominou “Apoiando os direitos das mulheres para amamentar”, em uma Declaração Conjunta e um chamado à ação na CSW 59.
Para ler a declaração completa consulte: <http://waba.org.my/pdf/statement-csw59.pdf>
- 22 a 28 de Março, 2015:** Semana Mundial da Doula
<http://www.worlddoulaweek.com/>
- 28 a 29 de Março, 2015:** Conferência sobre a Saúde Mundial e a Inovação da Universidade de Yale, New Haven, Connecticut, EE.UU, apresentada por Unite for Sight, 12ª Conferência Anual. Esta conferência reúne anualmente 2.200 líderes, agentes de câmbio, estudantes e profissionais de todos os campos da saúde mundial, do desenvolvimento internacional e do empreendimento social. <http://www.uniteforsight.org/conference/>
- 19 a 20 de Março, 2015:** 10ª Conferência Internacional sobre Aleitamento Materno e Feminismo “O Aleitamento Materno, a Justiça Social e Equidade: Reflexionando, Recuperando, Revisando”, organizada pelo Centro para a Saúde da Mulher e Bem-estar e o Instituto Carolina de Aleitamento Mundial. Para mais informação, consulte: <http://breastfeedingandfeminism.org/>
- 7 de Abril, 2015:** Dia Mundial da Saúde: – «Segurança Alimentar»
<http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2015/event/fr/>
- 13 de Abril a 1º de Junho, 2015:** 9ª Gold Lactation Conferência online
- 21 de Maio, 2015:** 34º Aniversário do Código
- 22 de Maio, 2015:** Remissão de resumo para la 20ª Reunião Internacional Anual da Academia de Medicina de Aleitamento Materno. <http://www.bfmed.org/>
- 1º a 7 de Agosto, 2015:** SSemana Mundial de Aleitamento Materno 2015: Amamentar e Trabalhar: Façamos com que seja possível!
<http://www.worldbreastfeedingweek.org/>
- 14 a 16 de Agosto, 2015:** PPRISMA 2015, Convenção Malaia em Consultoria de Pares em Aleitamento Materno e Criança Natural, Aceitando seu papel, Tecendo nossa rede, Normalizando a Amamentação, organizado por Consultores Malaios em Amamentação. Registro online: <http://form.jotform.me/form/50814812539457>
Para mais informação, consulte: www.facebook.com/KonvensyenPRISMA2015 ou mediante e-mail: prisma2015@malaysianbfpc.org
- 16 a 18 de Outubro, 2015:** 20ª Reunião Internacional Anual da Academia de Medicina de Aleitamento Materno em Los Angeles, Califórnia, EE.UU. <http://www.bfmed.org/>
- 19 a 31 de Outubro, 2015:** 6º Curso Regional de Alcance do Aleitamento Materno: Promoção e Prática, oferecido por The Infant Feeding Consortium, Reino Unido e WABA, em Penang, Malásia
<http://www.waba.org.my/whatwedo/hcp/training.htm#bap>

36. Leitores Compartilham

Este número é excelente. Tem temas para todos/as. Já publiquei o link no fórum de discussão de membros da LCA NZ (Lactation Consultant Australia New Zealand) e no fórum de discussão da Junta da LCA NZ.

Virginia Thorley, Austrália

Excelente trabalho. Passei a última hora lendo esta edição, do princípio até o fim! Foi maravilhoso ler desde a perspectiva da mãe, do pai e dos avós. Foi de muita ajuda. Vou reproduzir este boletim para compartilhá-lo com as mães nas reuniões de MMPS e em todo lugar onde se possa.

Sabrina Sunderraj, Malásia

INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM

37. Informações sobre Apresentação de Artigos e sobre o próximo Boletim

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 avós. 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.

38. 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.

O Dr. White, discípulo do Dr. Herbert Ratner, um dos primeiros defensores da sabedoria da natureza, me deu o melhor conselho que recebi sobre maternidade: “o que o bebê pede é o que ele necessita”. Minha confusão e minha preocupação em criar mal meu bebê desapareceram (seu segundo filho, Timothy nasceu em 1952), quando colocar muito ou pouco no colo, estavam dependentes do relógio ou amamentar à livre demanda. Foi maravilhoso, bendita liberdade!

– Mary Ann Cahill, Co-Fundadora de La Leche League Internacional, no seu prólogo em A Arte Feminina de Amamentar, 8ª edição.



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 (LLLI), 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 • T: 604-658 4816 • F: 604-657 2655 • W: www.waba.org.my

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

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