

# Boletim de Apoio ao Aleitamento Materno (Portuguese V15N1)

Trabalhando JUNTOS para criar PARCEIROS

*“Existem muitas barreiras para as mães que querem amamentar. Elas não deveriam conseguir fazê-lo sozinhas. Se você é um médico, um familiar, um amigo ou um empresário, pode ser muito importante para ajudar as mães que desejam amamentar”.* Regina Benjamin, cirurgiã geral dos EE. UU. (2011)



Photo Credit: iStockphoto.com/ Sasiistock

O tema do boletim eletrônico de apoio à mãe lactante, vol. 15 nº 1 é “Trabalhando JUNTOS e criamos PARCEIROS. As mães do mundo todo enfrentam muitos fatores que interferem no sucesso de sua jornada de amamentação: falta de apoio de familiares, informação errada de sua equipe de saúde, censura por amamentar em público ou por fazê-lo em horário de trabalho, para nomear alguns. O que ocorre quando as mães têm o apoio familiar, quando recebem apoio de parteiras que entendem a importância da amamentação na primeira conexão entre a mãe e o bebê, quando as empresas que apoiam o aleitamento materno em público, inclusive nos ambientes mais rígidos e o que ocorre quando as crianças vivem em um mundo estreitamente envolvido com o aleitamento materno? Neste número compartilhamos algumas destas histórias de sucesso de mães no mundo todo e o apoio que se constrói à sua volta para garantir um período de amamentação gratificante. Esperamos que isto alimente sua paixão, energia e compromisso de trabalho para normalizar o aleitamento materno.

## Damos boas vindas a suas contribuições

A Aliança Mundial para a Ação de Aleitamento Materno (WABA) publica duas vezes ao ano o Boletim eletrônico de apoio à mãe lactante para criar consciência e apoiar para que todas as mães iniciem e sustentem o aleitamento materno. Incluem histórias, informação relevante para a promoção e o apoio do aleitamento materno e se destacam os esforços realizados em todo o mundo, por organizações, trabalhadores da saúde, empresas, comunidades, para apoiar a mãe lactante. O boletim ajuda a todos os que trabalham com aleitamento materno para sentir apoiados e apreciados no que fazem e para melhorar a ajuda que prestam à mães, pais, famílias e comunidades no período de amamentação. materna.

Serão bem-vindas todas as sugestões ou apresentações, como qualquer ação tomada, trabalho específico realizado, estudos e projetos levados a cabo em diferentes perspectivas e de diferentes partes do mundo, que puderam ter proporcionado apoio às mulheres em seu papel de mães lactantes. As apresentações devem ter entre 50 e 500 palavras, e incluir um título e uma breve biografia do autor (2 a 3 frases). Por favor, seja específico e inclua detalhes relevantes, como nome de lugares, pessoas e datas exatas. Também são bem-vindas as fotos que ilustram um tema específico. Envie suas contribuições a [gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com).

Reservamo-nos o direito de editar cada contribuição pela ortografia, pela gramática e pela clareza do conteúdo.

Por favor, compartilhe este boletim com seus amigos e colegas. Para inscrever-se, envie um e-mail para [gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com) e especifique a preferência do idioma (inglês, espanhol, francês ou português).

As opiniões e informações expressas nos artigos deste número não refletem necessariamente as opiniões e políticas da WABA, do Grupo de Trabalho de Apoio à Mãe, nem dos editores do Boletim. Para mais informação ou discussão temática, por favor, contate diretamente os autores

## **NESTE NÚMERO**

### **Carta do editor**

- [Adeus e Olá, Rebecca Magalhães e Pushpa Panadam](#)

### **Trabalhando JUNTOS para criar ENFOQUES colaborativos: Matronas**

- [Em busca de um caminho, Bettina Breunig \(Alemanha\)](#)
- [Contato eletrônico ou contato visual, Saja Erens \(Países Baixos\)](#)

### **As vozes das mães: a essência da amamentação**

- [Amamentação desde o início, Emma Fitch Harrison \(EE. UU.\)](#)
- [Não confiava em meu corpo, Alexandra Romo \(Equador\)](#)
- [Meu sistema de apoio me ajudou a perseverar com o aleitamento materno, Amanda Lauder \(África do Sul\)](#)
- [Amamentação, mãe latina busca apoio, Luisa Colón \(EE. UU.\)](#)

### **Boas práticas: apoio à mãe em todo o mundo**

- [Estabelecimento de grupos de apoio para mães na República Kirguisa, Maryanne Stone-Jimenez](#)
- [Novo programa de visitas em domicílio lançado em Hinche!, Matronas para Haiti](#)
- [Seav Mey: bebê miraculoso de Camboja, Selen Göbelez Dumas](#)
- [Aleitamento Materno: como um grupo lutou contra a propagação do leite de fórmula nos acampamentos dos refugiados \[na Grécia\], Nurture Project International](#)

### **Um tema familiar: a principal rede de apoio à mãe**

- [Sim! As avós podem amamentar, Ines Avellana-Fernandez \(Filipinas\)](#)
- [Apoio ao aleitamento materno: o papel de um avô, Christopher Smith \(México\)](#)
- [Converter-se num pai no Camboja, Alex Hales \(Camboja\)](#)

### **Agentes de mudança (Changemakers): sonhadores, fazedores e inovadores que normalizam o aleitamento materno**

- [Aqui é benvindo o aleitamento materno: tomar a iniciativa na criação de espaços públicos seguros para mães lactantes](#)

### **Espaço para crianças**

- [Apoio para mães, Kalpana \(EE. UU.\)](#)
- [La amamentação é uma parte do recreio, Lucía \(Camboja\)](#)
- [Os humanos são também mamíferos, Katherine \(EE. UU.\)](#)

### **Honrar aos defensores do aleitamento materno**

- [Tradutores Os defensores da amamentação!, Rebecca Magalhães e Pushpa Panadam](#)

### **Manter-se atualizado**

- [Estudos, acontecimentos e recursos](#)

---

## **Adeus e olá**

Pushpa Panadam e Rebecca Magalhães

**Adeus...**



*Rebecca desfruta do jardim de sua irmã.*

---



*Pushpa recebe o ano novo, 2017, com sua filha, esposo e filho.*

---

Quatorze anos – para alguns leitores, isto pode parecer muito tempo e para outros, apenas uma piscadela. Entretanto, independente de como o veja, é por quanto tempo tem existido este boletim eletrônico. Era uma ideia da Secretaria da Aliança Mundial para Ação de Aleitamento Materno (WABA) proposta ao Grupo de Trabalho de Apoio à Mãe de WABA como atividade para o Grupo de Trabalho. Após discussão de todos os envolvidos, foi aceita a ideia e logo se pôs a caminho. Agora, quatorze anos depois, os corretores do boletim, Pushpa e Rebecca, chegaram à conclusão de que é o momento de entregar a redação e é tempo de dizer ADEUS! Estes 14 anos foram muito gratificantes! Juntos, mesmo vivendo a milhares de quilômetros, graças à tecnologia, criamos, revisamos e finalizamos cada número... 37 no total! É incrível a quantidade de vezes que percebemos que estávamos pensando a mesma coisa. Cada tema foi uma obra de amor, apoiada pela comunidade mundial de lactantes, mas especialmente pela Secretaria da WABA! Obrigada! Nosso papel será o de assinantes e leitores, como todos vocês!

**Olá...**



*Natalia Smith*

---



*Melissa Vickers*

---

Convidamos a nossos assinantes a dar boas vindas à nova editora do boletim – Natalia Smith. Natalia, nascida no México e mãe de duas crianças amamentadas, mora no Camboja com seu esposo. Além de ter sido amamentada, cresceu aprendendo e vivenciando o apoio de mãe para mãe, líder da La Leche League durante muito tempo. Com um Mestrado em Saúde Pública, Natalia recentemente completou um curso com International Childbirth para tornar-se uma conselheira certificada sobre aleitamento materno. Tem uma mentalidade global, fala fluentemente o inglês e o espanhol, está sempre desejosa de aprender e espera interagir com mães lactantes, pais, famílias, provedores de saúde e todos aqueles que apoiam o aleitamento materno no mundo todo. Bemvinda Natalia!

Ajudando a Natalia neste trabalho está Melissa Vickers, uma Líder LLL que mora nos EE.UU., que a apoiará na identificação dos autores de artigos, no controle da informação, em revisar e fechar cada tema. Durante os últimos 13 anos, Melissa trabalhou com a WABA para redigir a Declaração conjunta do Dia Mundial da Saúde LLLI/WABA. Obrigada por juntar-se a esse esforço Melissa!

Nós (Pushpa e Rebecca) estamos muito felizes e totalmente em paz, já que deixamos o que foi para nós, um tempo maravilhoso, sabendo que nosso querido boletim de notícias está em boas mãos!

---

## Em busca de um caminho

Bettina Breunig



*Coleção de fotos de aleitamento materno de Paulina Smith*

A maneira como nascemos é importante não apenas para o bebê como indivíduo, mas também para todos como sociedade. Vivemos em um mundo em que fazemos por teimosia nossas decisões individuais, seguir nosso próprio calendário é quase uma expressão de nossa independência e liberdade. Portanto, frequentemente é muito difícil nos deixar levar pela experiência do parto e pela amamentação. Temos que confiar nesse processo divino e criativo que nos conduz e temos que abraçar seu fluxo.

Como parteiras, tudo o que fazemos é ajudar as mães e famílias a recuperar a confiança. E se as mães estão perdendo a esperança ou se perdem, ajudamos a encontrar o caminho de regresso, de volta à senda mais individual e adequada.

O aleitamento materno e a maneira que damos a luz estão fortemente relacionados. Ambos são aliados que trabalham juntos. Durante o trabalho de parto, é liberado um coquetel de hormônios que prepara a mãe e a criança para o que vem logo depois; após separar-se pelo nascimento, a simbiose da mãe e da criança continua, o bebê volta a fazer parte do corpo da mãe. Você sabia que os bebês sentem o peito de sua mãe como parte de seu próprio corpo? Quanto menos intervenção tenha um nascimento, melhor se produzirá o coquetel de hormônios e menos deveria apoiar como parteira às mulheres e ao bebê com a amamentação. Os bebês sabem o que fazer e atuam quando se dá oportunidade. Um bebê se arrasta até o peito e abocanhará o mamilo sem nenhuma ajuda. Mas, às vezes, necessito fazer algo mais que apenas estar ali.

Uma das minhas experiências mais memoráveis quando se trata de aleitamento materno foi a experiência de um bebê prematuro nascido nas 32 semanas de idade gestacional, que pesava pouco mais que 950g. Foi alimentado através de uma sonda durante 4 semanas, enquanto lutava duro por sua vida por causa de infecções e outras condições médicas.

A mãe ordenhava seu leite e a quantidade que o bebê recebia através do tubo foi aumentando com o tempo. Foi permitido à mamãe tirá-lo da cama para tê-lo nos braços (método da mãe canguru) e ela e o papai aproveitavam essas oportunidades sempre que podiam. Quando aumentou quase 400g, ainda muito pequeno, era suficientemente forte para prender-se ao peito e fazer seus primeiros movimentos de sucção, mas sempre dormia profundamente em poucos segundos. Ainda era muito esforço para ele.

Incentivei a mãe a ter muito contato pele a pele e a colocar o bebê próximo ao peito tão frequentemente quanto fosse possível. Lentamente, mas de maneira constante, se prendeu ao peito e sugou um par de vezes.

Continuou assim durante 8 semanas, quando foi dada alta hospitalar e pode ir para casa. Até então, estava acostumado a receber alimento principalmente de mamadeira.

Ajudava à mãe e ao bebê todos os dias, ia a sua casa (o apoio da parteira e as visitas domiciliares estão cobertas 100% pelo seguro de saúde alemão). Depois de apenas 10 dias, sua alimentação era por completo por amamentação e subiu de peso. Depois de todo esse tempo no hospital e as diferentes maneiras de alimentação, esta criança de todas as formas mostrou uma clara preferência por ser amamentado. Só necessitava tempo, apoio e paciência até que estivesse suficientemente forte.

Para mim, o aleitamento materno exclusivo é realmente a maneira mais natural e saudável de alimentar uma criança. E não apenas beneficia a saúde geral da mãe e de seu filho, mas também gera um vínculo incrivelmente profundo que reconforta e dá segurança ao bebê.

Apesar de, às vezes, o aleitamento materno exclusivo não ser possível ou termos que encontrar boas soluções intermediárias, como parteira me vejo como uma facilitadora para fazer do aleitamento materno uma grande história de sucesso pessoal.

*Bettina é uma parteira certificada desde 2007. Trabalha há vários anos em um hospital universitário de nível 1, mas nos últimos anos tem trabalhado principalmente como parteira independente na atenção pré e pós-natal. Atualmente realiza visitas domiciliares e dá aulas pré e pós-natal com um enfoque principal na região pélvica. Bettina também tem um mestrado em gestão de saúde e é instrutora certificada de undalini Yoga. Mora com seu marido em Hamburgo, Alemanha, e gosta de passar o tempo ao ar livre com seu cachorro. Pode vê-la em sua aula para [TedxTUHHSalon: Por que importa como nascemos?](#) (janeiro 2015)*

---

## Contato eletrônico ou contato visual?

Saja Erens



*Crédito da foto: [iStockphoto.com/ Halfpoint](#)*

---

As mães e as parteiras trabalham muito juntas para conduzir o bebê desde o ventre até o mundo. Ao cortar o cordão umbilical, a parteira desconecta a mãe e o bebê, mas os volta a conectar ao colocá-los próximos, coração contra coração, olhando-se nos olhos, pele com pele. A parteira estabelece este primeiro contato e estimula a mãe a tocar, olhar para seu bebê e conversar com ele. Isto sincroniza o ritmo biológico e cardíaco da mãe e do bebê, assim como sua temperatura corporal e os sincroniza neurológica e quimicamente, favorecendo sua regulação límbica e bem-estar geral.

A palavra “contato” deriva do latim “com” (junto com) e “tangere” (tocar) e quer dizer “dar e receber informação mediante o tato (físico)”. A forma máxima de contato é a amamentação. Durante a amamentação, o bebê transmite informação importante ao corpo de sua mãe e vice-versa. Basta olhar a interação fisiológica, com a sucção do bebê libera-se um coquetel de hormônios que determina a produção de leite da mãe, suas habilidades para gerar um vínculo e sua capacidade para ler, interpretar e atender às necessidades de seu bebê.

Ao iniciar a amamentação e estabelecer um contato seguro entre a mãe e o recém-nascido, há muito fatores (não podemos abordar todos eles aqui) que podem perturbar ou complicar este processo de maneira sutil. Um que tenho começado a observar é a onipresença de celulares nas salas de parto e salas de maternidade, cujo uso pode interferir com o processo vital da amamentação e a formação do vínculo entre mãe e filho. Se bem que me encanta a tecnologia e jamais criticaria as mães que se beneficiam de seu potencial positivo, mas me sinto responsável por informar suas possíveis desvantagens.

Não é raro ver que o fato do nascimento esteja acompanhado de atualizações contínuas sobre o progresso nas redes sociais, desde a primeira contração até as primeiras imagens do bebê. O mundo poderia inclusive ser informado antes mesmo que os pais começassem a observar de perto e chegassem a conhecer seu próprio bebê. Todos aqueles que tenham estado enamorados recordarão a sensação de estar em uma bolha, onde a única coisa que importa é estar em contato com essa pessoa. As primeiras semanas depois do parto, o ideal seria que parecesse estar grávida.

O hormônio do amor, a oxitocina, desempenha um papel importante na amorosidade, bem como no parto e na amamentação. A pesquisa mostra que o uso de redes sociais também libera oxitocina. Talvez aí esteja a armadilha. Nossa dependência da oxitocina está sendo trocada por uma fonte virtual. O contato eletrônico supera o visual como fonte de nosso estímulo amoroso e o contato tende a passar a ser uma conexão mútua para uma conexão autodirigida. Silenciosamente, está diluindo a essência do contato, isto é, a entrega e recepção de informação mediante o tato, onde a reciprocidade é chave.

É difícil alcançar o nível de disponibilidade e reciprocidade requerido para a amamentação quando as redes sociais nos distraem. O contato eletrônico diminui o contato visual entre a mãe e o bebê. Entretanto, o contato visual é essencial para o sentido de autoestima do bebê. O contato visual durante a amamentação é benéfico para a criança, já que promove seu desenvolvimento cerebral. É também um sinal de compromisso materno positivo com o intercâmbio íntimo de sinais e respostas com seu bebê. Também é provável que um maior contato visual com o bebê reduza a necessidade da mãe de ter contato eletrônico. A confirmação da maternidade vem preferivelmente da resposta do bebê, não do número de seguidores das redes sociais.

Pode ser difícil fazer a transição de uma cultura que enfatiza o olhar para si mesmo através dos olhos do mundo, para olhar no espelho dos olhos de um bebê e conectar-se com ele e ficar na mesma sintonia. Para nós, como parteiras, nos encantaria ajudar para que todos os olhos estejam postos na criança.

*Saja Erens é uma parteira holandesa apaixonada pelos temas que cruzam as fronteiras. Trabalha como ecografia pré-natal e é uma “blogueira” no portal [www.midwifewithoutborders.org](http://www.midwifewithoutborders.org). Tem experiência em pesquisa acadêmica e direito ambiental (LL.M, M.Phil).*

---

## Amamentação desde o início

Emma Fitch Harrison



*Emma com sua filha, Ava, em seu primeiro aniversário.*

Como profissional da indústria do “fitness”, a nutrição sempre foi extremamente importante para mim. Quando fiquei grávida de minha primeira filha, decidi logo que queria amamentá-la, se podia, devido ao valor nutricional que isto proporcionaria a minha filha. Ainda tinha que me dar conta de quantos outros benefícios teria também, tanto para minha filha como para mim.

Minha filha nasceu prematuramente, às 36 semanas. Felizmente estava bem, mas temia que, devido a ter nascido antes do esperado, tivesse mais probabilidades de desenvolver doenças ou infecções que se tivesse nascido ao final do nono mês de gestação. Foi em seus primeiros meses que percebi como a amamentação tinha um impacto positivo em minha filha. Percebi que cada vez que tinha, ainda que fosse um pouquinho de resfriado ou outra doença, meu leite se espessava e mudava para uma cor mais escura. Meu médico me explicou que este leite estava cheio de mais anticorpos para evitar doenças. Surpreendeu-me que meu leite pudesse mudar tanto, não apenas em função da ingestão calórica que minha filha necessitava, mas também para cobrir outras necessidades de saúde.

À parte estes benefícios, acho que o aleitamento materno tem criado um vínculo incrível entre minha filha e eu. Tornou-se algo mais que uma fonte de nutrição; reconforta-a e lhe dá segurança. Acho que o tempo que passei com ela nos braços enquanto amamentava ajudou-a a se sentir mais segura, amada e fortaleceu nossa união como mãe e filha.

Sinto-me feliz pela amamentação ter sido fácil para mim. Sei que nem sempre é assim para algumas mulheres. Para mim, muitos fatores contribuíram para minha experiência positiva com o aleitamento materno. Além dos benefícios nutricionais, a amamentação foi prático. Não tinha que me preocupar em levar mamadeiras e leite de fórmula comigo quando saía de casa. Além do mais, a amamentação era reconfortante para minha filha quando tinha algum mal-estar e nos uniu desde o princípio. Não sinto que tenha tido problemas com a amamentação e por isso estou agradecida.

Agora estou grávida do meu segundo filho, e claro que vou amamentar novamente. Espero ansiosa essa experiência de conexão entre os dois!

*Emma Fitch Harrison é nativa de Richmond, Virgínia. Ela e seu esposo, Davis, foram amigos desde a infância. Apaixonaram-se e casaram no outono de 2016. Emma é mãe de Ava (2) e espera seu primeiro filho com Davis para este verão! Emma graduou-se na Regent University recentemente, onde estudou Comunicações Estratégicas. É especialista em conteúdos digitais e treinadora pessoal, mas seu trabalho favorito é ser mãe. Emma é apaixonada por tudo relacionado com a saúde e atividade física, e tem seu próprio blog de fitness. Em seu tempo livre, gosta de levantar pesos na academia ou sair para explorar com seu marido e sua filha.*

---

## Não confiava em meu corpo

Alexandra Romo



*Alexandra em Quito, Equador com suas duas filhas (Amélia e Helen)*

---

Quanto ao aleitamento materno, a ignorância é muito mais comum do que se imagina e se estende a todos os níveis: social, cultural e intelectual. Sempre me considerei uma pessoa informada, mas quanto ao aleitamento materno, tive mais dúvidas do que esperava.

Há quase seis anos, quando estava grávida de sete meses, cheguei ao Camboja e não encontrei apoio para a amamentação, ao menos naquele momento. Quando nasceu minha primeira filha, decidi amamentá-la porque sabia que era importante, que receberia meus anticorpos, mas essa era a única vantagem que conhecia.

Minha filha chorou tanto no início que imediatamente acreditei que era por fome e eu achava que não tinha leite suficiente. A única coisa que sabia sobre aleitamento materno era o que minha mãe me passou, ela terminou dando fórmulas para suas três filhas porque ela também pensou que “seu corpo nunca poderia produzir leite suficiente”. Pensei que poderia ser um problema hereditário e que eu era igual a ela. Então decidi combinar leite materno e fórmula. Minha filha sofreu de prisão de ventre durante os primeiros seis meses, e depois continuou tendo o mesmo problema quando começou a ingerir alimentos sólidos.

Sempre sentia que estava falhando. Estava desconforme com meu corpo porque não produzia leite suficiente e sofria cada vez que tinha que lhe dar fórmula, porque achava que continuava com fome.

Apesar de minhas dificuldades, continuei amamentando-a até os 18 meses, principalmente porque gostava do vínculo que compartilhávamos. Nunca imaginei o quanto podia fortalecer nossos laços de amamentação. Foi a única coisa que me ajudou a superar a depressão que sofri por estar tão longe de minha família e amigos, em um país do qual não sabia nada. Infelizmente, também devido à influência das pessoas que me cercavam e que

pensavam que minha filha era muito grande para continuar amamentando, deixei de amamentar, e este processo também foi sumamente pungente.

Três anos depois, nasceu minha segunda filha e voltei a reviver todas as dúvidas que tinha. Inclusive já tinha me preparado e comprei mamadeiras e uma lata de fórmula, mas felizmente, desta vez estava cercada de outras mulheres que só davam leite materno a seus filhos. Continuava sem confiar em meu corpo, mas tomei como um desafio já que eu também queria ser parte do grupo de mulheres que estavam orgulhosas de amamentar a seus filhos de maneira exclusiva. Após uma semana de tentativa, comecei a me convencer de que meu corpo simplesmente não produzia leite suficiente. Algumas mães trataram de me ajudar dizendo-me que o aleitamento materno não era para todas as mães. Outras me diziam que talvez meu leite não fosse de boa qualidade ou que poderia ter um desequilíbrio hormonal.

Nesse momento, decidi ir a um grupo de apoio ao aleitamento materno. Surpreendeu-me a forma natural em que as mulheres do grupo amamentavam seus filhos, até ao ponto de que me senti um pouco fora de lugar. Nesse grupo, havia uma senhora que fez um comentário pra mim no meu idioma que me deu confiança e mudou radicalmente a maneira que via meu corpo: “Pense em uma cadelinha que alimenta a todos os seus cachorrinhos, não precisa de nada mais”. Esta comparação me fez ver o aleitamento materno pelo que ele é...um processo natural que funciona por si só. Senti uma grande liberação quando comecei a entender que as mães podem produzir o que seus filhos necessitam, e o importante é que a mãe esteja tranquila, tenha confiança em si mesma e se permita buscar apoio

Minha segunda filha foi amamentada exclusivamente. Nunca sofreu prisão de ventre, não adoeceu com tanta frequência como a primeira, aumentou de peso maravilhosamente a cada mês, e eu perdi peso de maneira natural; mas, principalmente eu me sentia orgulhosa de mim mesmo, voltei a confiar em meu corpo e atingi minha meta.

Por isso, agora trato de transmitir este sentimento às mães que começam o processo do aleitamento materno. Se eu consegui, outras mães também podem conseguir, Sempre conto o mesmo exemplo da cachorrinha e seus filhotes.

Há mais de um mês, minha irmã deu a luz a sua primeira filha e está amamentando-a exclusivamente, incentivada principalmente pelo meu exemplo. Isto me faz muito feliz e agradecida por todas as mulheres ao meu redor que me ajudaram a confiar no meu corpo.

*Alexandra Romo é de Tulcán, uma cidade que se encontra no norte do Equador. Atualmente mora no Camboja com seu esposo e duas filhas. Desde tenra idade, Alexandra tem paixão por trabalhar com crianças e sonha em ser psicóloga infantil ou professora de pré-escolar. Gosta de ler romances policiais e também escrever contos para crianças.*

---

## Meu sistema de apoio me ajudou a perseverar com o aleitamento materno

Amanda Lauder



*Amanda com sua mamãe, sua irmã e o pequeno Ethan*

---

Tive e continuo tendo o privilégio de amamentar meu filho que agora tem 14 meses.

Felizmente tive um sistema de apoio incrível para superar as dificuldades que frequentemente surgem a respeito do aleitamento materno. Sem essas duas mulheres especiais teria renunciado há muito tempo. Jane, minha líder da La Leche League, a quem minha mãe me apresentou, e minha mamãe que é meu maior apoio. O apoio que minha mãe me dá é incalculável. É muito difícil trabalhar em tempo integral e continuar amamentando, especialmente tendo que extrair leite no trabalho. Sempre tenho muitas coisas para fazer no trabalho, mas quando busco meu bebê a tarde, minha mãe sempre me diz para eu perseverar.

Também posso dizer que um dos maiores incentivos é a tradição de amamentar que existe na família. Minha mamãe, sua mamãe e gerações anteriores amamentaram a livre demanda durante muitos anos. Minha mãe amamentou a nós três até que não quiséssemos mais. Meu irmão mais velho e eu deixamos de mamar aos dois anos. Minha irmã continuou até os três anos, mas pela segurança que lhe dava para dormir. Minha falecida avó apoiava fervorosamente o aleitamento materno, especialmente pelos benefícios para a saúde. Agora entendo o porquê. Meu bebê, que tem 14 meses, só teve que ir ao médico uma vez porque tinha sintomas de gripe, em comparação com os bebês alimentados com mamadeira que têm que ir ao médico constantemente (todas as mães que tiveram bebês ao mesmo tempo que eu, alimentaram seus bebês com mamadeira; eu sou a única que amamenta).

Três vezes ao dia, durante 15 minutos, deixo meu escritório para extrair leite, agora que meu filho está maior, pois uma rede de apoio no trabalho também é fundamental. Infelizmente, não recebo muito apoio no trabalho. Faço a ordenha no banho, e uso meu “recesso para o almoço” para extrair. Mesmo assim, nunca ninguém fez comentários negativos a respeito e a maioria de meus colegas admira minha determinação já que todas são mães que escolheram dar mamadeira. Entretanto, fiquei maravilhada quando me deram licença para assistir as reuniões da La Leche League, já que os encontros de mães que amamentam servem para oferecer apoio e alento. Tive a sorte de poder ajudar a minha colega lactante do seu segundo filho (já que não pode amamentar seu primeiro), que foi prematuro, mas agora mama sem ajuda e continua crescendo sem problemas.

Na África do Sul, minha experiência pessoal foi bastante negativa. Em Durban, a cidade onde moro, só existe um centro comercial que tem uma “sala familiar” que está num lugar muito incômodo (não é agradável quando o bebê grita porque quer mamar). Os cidadãos de Durban não apoiam o aleitamento materno em público em absoluto, o que é muito triste.

Sinto que uma mãe que amamenta, especialmente uma mamãe de primeira viagem, necessita todo o apoio e a ajuda que se possa ter. Sou uma mãe que trabalha a tempo integral e meu marido trabalha longe de casa. Portanto, há momentos que têm sido extremamente difícil o fato de estar só com um bebê pequeno. Sinto-me abençoada porque minha mamãe e minha irmã cuidam do meu pequeno Ethan enquanto estou no trabalho. E o aleitamento materno tem sido uma bênção também, não só pelos benefícios para a saúde do bebê, mas também pelo aspecto da vinculação que é verdadeiramente assombroso.

*Amanda trabalha para uma empresa chamada Maizey PTY LTD que trata principalmente com o público. Ela mora em Durban, África do Sul, em um subúrbio chamado Morningside – uma zona residencial. Desfruta passar tempo em família ao ar livre, nos mercados de comercialização de bens antigos e passar tempo especial com sua criança pequena. Também gosta de ler um livro ou assistir a um filme quando seu pequeno lhe permite.*

---

## Uma mãe latina que está amamentando procura apoio

Luisa Colón

Até há alguns meses, morava com minha família em Park Slope, Brooklyn. Para que não acredite que os porto-riquenhos desse famoso bairro burguês são tão raros como os pasteis sem glúten, há sete anos, meu parceiro, Joe e eu nos mudamos para um edifício de renda estabilizada no Sul Slope, ao lado de uma matriarca porto-riquenha e seus filhos e netos. Na noite em que nos mudamos, nos trouxeram uma bandeja gigante de ziti ao forno que tinha nossas iniciais escritas com salsa e tomate. Parecia o começo de uma relação harmoniosa.

Então tive meus dois filhos. Amamentei a meu primeiro filho, CC, até os 20 meses – uns 19 meses excívicos, segundo meus vizinhos. Para seu horror, eu também o amamentava em público, frequentemente enquanto ele estava atado ao meu peito no carregador de bebê Ergo.

### [SIGA LENDO](#)

*Luisa Colón é uma nativa de Nova Iorque e escritora cujo trabalho tem aparecido em numerosas publicações das empresas, incluindo Nova Iorque, Family Circle e Hispanic Living, assim como on line no New York Times, BuzzFeed, IndieWire e muitos outros.*

---

## Estabelecimento de grupos de apoio para mães na República Kirguisa<sup>1</sup>

Maryanne Stone-Jimenez

A Iniciativa Hospital Amigo das Crianças (IHAC) na República Kirguisa convida os hospitais para assegurarem um ambiente propício para que as mulheres iniciem o aleitamento materno de maneira oportuna, e promova a amamentação exclusiva durante seis meses. Os hospitais se submetem a um processo de planificação, capacitação e mudanças nas políticas, orientados a obter 11 critérios chave (os 11 critérios “Conforme o Código Internacional de comercialização de sucedâneos do leite materno”). Quando um hospital cumpre com os 11 critérios, se certifica como “Amigo dos bebês”.

O projeto SPRING ([www.spring-nutrition.org](http://www.spring-nutrition.org)) começou a apoiar a Iniciativa Nacional de Hospitais Amigos dos Bebês (BFHI) em 2015 e atualmente está participando com 27 centros de saúde para obter o

credenciamento. SPRING tem proporcionado capacitações ao pessoal dos estabelecimentos, apoiado o desenvolvimento de planos de melhora e tem se comprometido com os estabelecimentos de forma rotineira para alentar seus processos de melhora. Até o momento, quatro estabelecimentos respaldados por SPRING têm obtido seu credenciamento, com mais credenciamentos previstos para 2017.

Tem-se prestado uma atenção insuficiente ao critério da IHAC que inclui grupos de apoio para mães. O Décimo passo (ou critério) da IHAC é: “Fomentar o estabelecimento de grupos de apoio ao aleitamento materno e encaminhar para esses grupos as mães no momento da alta hospitalar ou da clínica”. Os grupos de apoio às mães proporcionam aconselhamento entre pares dentro de um grupo. Um enfoque de aprendizagem não formal e empírico permite às mulheres examinar seus valores e atitudes, descobrir suposições e padrões de comportamento, fazer perguntas e aprender novas formas de pensar acerca da alimentação e o cuidado das crianças pequenas. O objetivo dos grupos de apoio é fortalecer as mulheres para que tomem melhores decisões e construam a confiança em si mesmas através do diálogo que lhes ajuda a identificar e resolver seus próprios problemas.

O projeto SPRING patrocinou dois treinamentos de 3 dias em Grupos de apoio à mãe. A consultora da SPRING, Maryanne Stone-Jiménez, viajou à República Kirguisa em fevereiro e março deste ano para ajudar a facilitar a capacitação com o pessoal de SPRING no país. A capacitação preparou os provedores de atenção de saúde para capacitar a outros na facilitação de grupos de apoio à mãe em nível de hospitais, os grupos de médicos da família (Family Doctor’s Group) e os ambulatórios de obstetrícia Feldsher (FAP, por suas siglas em inglês) para obter o nível de IHAC.

O conteúdo da capacitação se focou no aumento de conhecimentos e habilidades na metodologia do grupo de apoio à mãe. Ao compartilhar informação, experiências e apoio mútuo, os grupos de apoio às mães ajudam mulheres grávidas, mães lactantes, mulheres/cuidadores de crianças menores de dois anos, pais, outros adolescentes interessados e mulheres para mudar as práticas de aleitamento materno e de alimentação complementar.

Após participar e observar o primeiro grupo de apoio à mãe, os participantes descreveram as seguintes características de um grupo de apoio materno: diálogo, confidencial, cara a cara, compartilhar informação (dar e receber), empatia, fácil, livre, sem pressão, e deve ter alguns materiais para as mães.

A metodologia para a capacitação foi participativa, baseada em princípios de aprendizagem de adultos que reconhecem que os adultos aprendem melhor refletindo sobre sua própria experiência pessoal. O enfoque utilizou o método do ciclo de aprendizagem empírico, capacitando os participantes para o desempenho prático das habilidades, centrando-se no domínio e no rendimento de um conjunto de habilidades e conhecimentos por vez. Foram utilizados vários métodos de treinamento, incluindo a prática de facilitar grupos de apoio à mãe, demonstrações, discussões grupais, estudos de casos e prática em um ambiente hospitalar.

Ao final de cada dia de capacitação, os assessores realizaram uma revisão por pares para tratar o fortalecimento e as falhas do dia e planejar para o dia seguinte.



*Grupo de apoio à mãe no Hospital Oblast United, Jalalabad*

Para a prática de assessoramento fora do lugar de formação, os participantes foram divididos em pares de assessores e cada par deles conduz um grupo de apoio com pelo menos quatro grávidas, lactantes e/ou mães com crianças menores de dois anos. O objetivo da prática de assessoramento foi aumentar a confiança dos participantes em sua capacidade para assessorar um grupo de apoio à mãe. Seguindo a prática de campo supervisionada, foi realizada uma sessão de retroalimentação no lugar de formação.

Após a sessão de prática, os participantes individualmente completaram a frase: “Estou pronto para assessorar um grupo de apoio à mãe porque...”. Suas respostas incluem: sou treinado, conheço o papel de um assessor, tenho confiança, tenho conhecimentos de aleitamento materno, tenho habilidades para escutar e aprender, tenho nova informação, sei organizar e sou mãe.

Para la práctica de asesoramiento fuera del lugar de formación, los participantes fueron divididos en pares de asesores y cada par de ellos condujo un grupo de apoyo con al menos 4 embarazadas, lactantes y / o madres con niños menores de dos años de edad. El objetivo de la práctica de asesoramiento era aumentar la confianza de los participantes en su capacidad para asesorar un grupo de apoyo a la madre. Siguiendo la práctica de campo supervisada, se realizó una sesión de retroalimentación en el lugar de formación.



*Médicos e outros prestadores de serviços de saúde que participaram da capacitação*

Ainda que os participantes do treinamento aumentassem sua pontuação geral na pós-avaliação, os resultados mostraram que ainda é necessário melhorar. Parece que os provedores de atenção médica têm dificuldades para mudar seu paradigma de dar conselhos ao enfoque de escutar-diálogo-ação dos grupos de apoio às mães. O modelo anterior de dizer a uma mãe o que fazer, dar uma aula educativa, ensinar às mães, proporcionar toda a informação e responder a todas as perguntas continua sendo frequente.

No último dia de capacitação, os participantes se dividiram em grupos para trabalhar em planos de ação de capacitação. Cada grupo preparou um plano de ação de acordo com uma planilha que requer uma breve descrição de “atividades” para programar grupos de apoio às mães, objetivo, “quem” serão os assessores, número capacitado e/ou orientado, “quando” e “onde” se desenvolverão as atividades, “recursos e materiais” necessários, “responsáveis” e “resultados esperados”.

### **Mais informação sobre a metodologia dos grupos de apoio à mãe**

- [Enfoques desenvolvidos pela L Leche League Internacional](#)
- [Formação de capacitadores para grupos de apoio mãe a mãe \(LINKAGES\)](#)
- [Preparação do curso de formação: Metodologia do grupo de apoio de mãe para mãe, e Fundamentos de alimentação complementar e aleitamento materno \(Projeto CARE / Janela de Oportunidade\)](#)
- [UNICEF Conjunto de assessoramento de alimentação comunitária para o lactente e a criança pequena desenvolvido em colaboração com URC / CHS](#)
- [Manual do capacitador para grupos de apoio de mãe para mãe \(PATH\)](#)
- 

*Maryanne Stone-Jiménez é especialista em saúde pública, com mais de 30 anos de experiência em educação de adultos e assessoramento ativo na capacitação em alimentação de lactentes e crianças pequenas, nutrição de mulheres e grupos de apoio de mãe para mãe. Ela é Consultora Internacional de Amamentação Certificada (IBCLC), Educadora de Amamentação Certificada Lamaze (LCCE) e Líder da La Leche League. Atualmente,*

*Maryanne é consultora independente de IYCF e formação. Têm capacitado profissionais de saúde e trabalhadores de saúde comunitária em quase 30 países.*

↳ Extrato do relatório de viagem *SPRING: Stone-Jimenez de março de 2017*

---

## Novo programa de visitas em domicílio lançado em Hinche

Matronas para Haiti



Após haver presenciado o êxito de nosso programa de visitas em domicílio no centro rural de nascimento Carrie Wortham, queríamos fazer algo semelhante em Hinche. Cerca de 200 mães dão a luz no hospital local a cada mês, e ainda que nosso [Programa de Cuidado Pós-natal](#) tenha reduzido uma brecha crítica no cuidado, sabíamos que muitas mães novas regressam para casa e se defrontam com problemas. Também sabíamos que muitas mães que chegaram a nossas Clínicas Pré-natais móveis nas aldeias periféricas de Hinche dão a luz com matwons, ou parteiras tradicionais, em casa. A menos que as mães que recém tenham dado a luz vão a uma clínica móvel, não receberiam atenção pós-natal. Sabíamos que existe uma forte necessidade de assistentes de partos qualificados para examinar as novas mães e os bebês, entretanto, iniciar um novo programa sempre é um desafio. Felizmente, nós, e nossos voluntários, estamos sempre prontos para um bom desafio.

[SIGA LENDO](#)

*Crédito da foto: Summer Aronson / Matronas para Haiti.*

---

## Seav Mey: Bebê miraculoso de Camboja

Selen Göbelez Dumas



*Seav Mey quando tinha apenas uns dias de vida.*

Quando conheci Khouch no Hospital Calmette em Phnom Penh, Camboja, ela tinha dores de parto na 26,5 semana de gestação. Em minha informação como parteira, tenho aprendido a apoiar às mulheres para que tenham partos mais fáceis, mas deter um parto estava fora dos limites de minhas experiências e conhecimentos. Fiz todo o possível para confortá-la com meus olhos, palavras, toques e massagens. “Não estás dando a luz e inclusive se o fazes, não te preocupes porque há uma UCIN neste hospital”. A resposta foi tão impactante como a experiência mesma: “Não tenho dinheiro suficiente”. Não sabia então que Khouch era órfã. Logo seu esposo levaria Khouch, uma mãe tão pequena e jovem, em seus braços à sala de parto, onde outras duas mulheres davam a luz ao mesmo tempo. Em certo momento me pediram que saísse da sala de parto antes que pudesse explicar meu papel ali. E quando me deixaram entrar, o marido de Khouch, com olhos vermelhos, me disse em seu inglês limitado: “bebê não vive”. Quando voltei meus olhos até o bebê mais pequenino que havia visto em minha vida, tudo o que pude ver foi um grande coração batendo, golpeando com força, com ambição, com vida...

Entretanto, o bebê foi abandonado em uma esquina, abandonado para morrer...

Tratei de falar em vão com as parteiras e as enfermeiras que estavam ocupadas com outras mulheres em trabalho de parto ou com seus celulares. Não podia entender o que estava se passando até que me levaram à UCIN onde pude falar com um médico homem que falava um pouco o francês. “Em Camboja não temos os meios para salvar um bebê nascido com 900g de peso na 26ª semana de gestação”, disse e continuou “são jovens e não tem problemas genéticos, podem ter outro”. Eu não tinha experiência com bebês prematuros. Não tinha nem ideia do que estava fazendo realmente, mas uma força dentro de mim me empurrou para fazer algo. Dei-lhe o exemplo de meu cunhado, que nasceu com 900g de peso faz 44 anos na Turquia.

“Inclusive, se vive, poderia ter graves problemas mentais ou físicos”, insistiu. “Vamos dar-lhe uma oportunidade” insisti. Finalmente, Seav Mey foi aceita na UCIN, onde o médico achava que ia morrer em duas horas e continuava falando comigo acerca dos procedimentos funerários. Cansada e com muitas perguntas em minha cabeça, fui para casa, abracei minha filha de 5 anos, e não podia dormir pensando no que sucederia se ela se tornasse incapaz, como pagariam as contas do hospital? Fiz o correto ou não?

Então compartilhei esta experiência nas redes sociais com amigos na Turquia. No dia seguinte meus amigos começaram a enviar dinheiro. O professor australiano com quem Khouch trabalhou começou outra arrecadação de fundos na Austrália. Meus amigos da profissão de parteira me informaram acerca do método mãe-canguru. Um pediatra de UCIN no melhor hospital de Istambul me proporcionou o apoio médico necessário. Os conselheiros de amamentação do Grupo de Apoio à Amamentação local proporcionaram um apoio incrível para ajudar Khouch a extrair seu leite. Agora se passaram nove meses desde aquela noite em que segui meus instintos e minha voz interior, respondendo a chamada do enorme coração de Seav Mey. Com o apoio financeiro, emocional e técnico que recebemos de todo o mundo, e com a crença e o amor de seus pais, agora Seav Mey é uma criança sadia, sorri para o mundo e nos faz sorrir com alegria da solidariedade e amor.



*Khouch e Seav Mey usando o método da mãe canguru, com sua parteira, Selen*

---

Apreendi muito sobre a importância do contato pele a pele e dos milagres que o leite materno pode fazer, especialmente para os bebês prematuros. Entretanto, o mais importante foi minha renovada crença e esperança na solidariedade, sem importar raça, cor, religião e fronteiras.

Khouch também tem expressado como a experiência a transformou. Se tivesse perguntado antes de ter Seav Mey, se ia amamentar, provavelmente teria encolhido os ombros e teria respondido “se posso, o farei”. Agora, quando ela olha para trás, seus olhos se enchem de lágrimas recordando sua fadiga, recordando sustentar Seav Mey com contato pele a pele durante dias, semanas, meses, mas também tem um brilho em seus olhos e uma renovada força e fé em si mesma. “Quando olho para trás acho que é um milagre. Como tive força para fazê-lo? Não sei como o fiz durante tantas semanas e meses, mas de alguma maneira me ajitei. Recordo ter visto Seav Mey chorar quando estava só na UCIN. Mas então, quando ela estava sobre mim, quando a estava sustentando, quando ela podia sentir-me, ouvir-me e tomar de meu leite, ela nunca chorava. Foi então quando soube que tinha que continuar...era eu que lhe dava forças. Meu corpo e meu leite estavam lhe dando o amor e a nutrição que necessitava para seguir adiante. Agora tento animar a todos a amamentar, a fazer o que eu fiz”.

Seav Mey completou um ano em 13 de uno. É um bebê feliz, próspero, amamentado.

Se está interessado em ler más sobre o método da mãe canguru convidamos a ler este artigo: [Cuidado Canguru- por que manter o bebê próximo é melhor para todos](#)



*Seav Mey é um bebê amamentado feliz*

---

*Selen Göbelez é originária da Turquia. Após dar a luz a sua filha há cinco anos, se tornou uma apaixonada pelas experiências de nascimentos e pelas culturas do nascimento e começou a trabalhar em uma dissertação de doutorado sobre “Narrativas do nascimento das mulheres na Turquia”. E também se tornou uma parteira de parto e pós-parto. Devido ao trabalho de seu marido, tem vivido em vários países, incluindo Camboja, onde teve a oportunidade de observar e participar em várias práticas de parto. Ela amamentou sua filha durante 20 meses, e acredita firmemente na importância do apoio para as mulheres depois do parto, tanto como antes e durante o mesmo.*

---

## Aleitamento materno: Como um grupo lutou contra a propagação do leite de fórmula nos acampamentos de refugiados

A diretora do Nurture Project International explica como as mães refugiadas na Grécia estão convertendo seus acampamentos em espaços livres de leite de fórmulas. Quando meus companheiros do Nurture Project International e eu chegamos pela primeira vez ao acampamento Eko, próximo de Idomeni na Grécia, parecia Glastonbury – apenas um punhado de tendas de campanha. As mães não tinham privacidade, não tinham apoio para a alimentação do bebê, e os voluntários independentes iam de tenda em tenda de campanha entregando garrafas de leite de fórmula. Enquanto pensavam que estavam ajudando, era perigoso. As mulheres em situação escassa de segurança pegavam tudo que lhes era oferecido, inclusive as mulheres que amamentavam pegaram leite artificial. Muitas mulheres pensam que o leite de fórmula é mais saudável que seu próprio leite e começaram a usá-lo para alimentar seus bebês. Os voluntários levam leite de fórmula, mas na realidade as mães não o necessitam.

### [SIGA LENDO](#)

Se desejar saber mais sobre como pode apoiar às mães que amamentam e que vivem em país em crises, por favor, visite [www.NurtureProjectInternational.org](http://www.NurtureProjectInternational.org)





---

## Sim! As avós podem amamentar!

Inés Avellana-Fernández



*Inés, de 63 anos, está amamentando Ethan, um bebê de dois meses e a prima deste, de dois anos, Elise.*

---

Hoje aos 64 anos, estou amamentando um bebê de 2 meses, Ethan, matriculado na creche Arugaan (em Manila, Filipinas) para crianças de 2 meses até 3 anos. Arugaan em língua filipina significa *nutrir completamente com um compromisso pela vida*.

A creche está aberta de 7:00 as 19:00h, de segunda a sexta para apoiar as famílias trabalhadoras. É um serviço de 12 horas contínuas que nutre bebês e crianças pequenas. O programa cobre três áreas chave do desenvolvimento da criança: comer, aprender e brincar.

Os bebês menores de 6 meses são amamentados pelo pessoal de Arugaan – geralmente uma mãe adolescente que está amamentando seu próprio filho. Seu papel principal é cuidar de um bebê matriculado, ao mesmo tempo que a seu filho biológico.

Por que estou amamentando o bebê Ethan na creche Arugaan? É porque a ama-de-leite um dia não se apresentou para trabalhar, já que teve que voltar para sua casa na província para atender sua mãe doente. Como modo de sobrevivência, permiti ao bebê Ethan mamar em mim, enquanto lhe dava o leite de sua mãe por gotas numa chuquinha. Coloquei o leite materno em uma chuquinha e suavemente deixei gotejar em meu peito para que rolasse lentamente sobre minha aréola até o mamilo, enquanto o bebê Ethan mamava em mim. Esse dia, senti meus peitos inchar com uma sensação de formigamento, enquanto meu corpo miraculosamente começou a produzir leite. As calorias de minha energia no leite materno estão sempre prontas.



*Mónica, ama-de-leite de Arugaan, e um bebê órfão amamentando pela primeira vez.*

---

Arugaan, minha organização de grupos de apoio à mãe, ensina a gestão da amamentação e empodera às mulheres através do aleitamento materno. Em 2012, a OMS em Filipinas outorgou fundos ao projeto para que desenvolvêssemos um manual de capacitação em Assessoria entre Pares para o Departamento/Ministério de Saúde. Temos testado este manual de capacitação em 20 cidades de todo o país com 6.000 assessores de pares. No transcurso de um ano de iniciar sessões intensivas de capacitação de dois dias e tutorias práticas na comunidade de um dia em cada cidade, descobrimos (e não no sentido figurado) 19 avós que amamentavam seus netos. Descobrimos isto quando terminamos nossa Massagem Especial para a Amamentação como parte da formação em assessoria de pares.

Após a intensa massagem especial para a amamentação, que se faz primeiro com uma companheira e depois com ela mesma, várias avós gotejavam leite materno, ante o assombro de suas co-aprendizes. Este aspecto da formação tem uma correlação como teoria trasladada à realidade: amamentar é um milagre, não uma questão de magia, e não tem limite de idade quando mostra o poder da amamentação para criar uma criança.



*Sonia é uma avó lactante que apoia sua filha trabalhadora para que a amamentação de seu neto seja um sucesso.*

---

A criança maior que pudemos recuperar pela amamentação pela primeira vez foi Jigjig, de 2 anos e meio, cuja mãe acabava de dar a luz novamente. Em sete dias o pequeno havia se incorporado à amamentação completamente, que praticava junto com sua irmã pequena, Honey. Seu período de amamentação durou até que Jigjig fez quatro anos.

Para nós, portanto, é natural praticar o que pregamos. Com 27 formamos agora o Clube de Avós/Hot Lola.

Nossa última avó conscientizada tinha 56 anos. Assistiu a meu seminário “Comer bem” sobre a primeira comida sólida ou alimentação complementar para os bebês. A mãe e a avó estavam preocupadas sobre como continuar com a amamentação do bebê quando a mãe estivesse no estrangeiro em reuniões de trabalho. Compartilho minha história:

Em 2015, amamentei uma menina de um ano. Era filha de minha ajudante de serviço doméstico. Minha nora tinha uma reunião nos Estados Unidos de três semanas quando estava amamentando seu bebê de seis meses, meu neto. Enviei a uma cuidadora como ama-de-leite durante o dia e minha ajudante de serviço doméstico como ama-de-leite durante os turnos da noite. Minha ajudante estava fora desde as 6 da tarde até as 6 da manhã cuidando de meu neto e não voltava para casa até as 8 da manhã. Durante esse período de tempo eu amamentava seu bebê, principalmente as tardes. Amamentei-a quase dois meses. Costumávamos brincar: “minha babá tem uma babá que sou eu”.

Outro membro do Clube de Avós/Hot Lola de Arugaan é Mitas, que amamentou seu neto para ajudar sua filha que trabalhava fora para evitar estresse no trabalho. Para que sua filha não sofresse ansiedade pela baixa produção de leite extraído enquanto estava no trabalho, a avó Mitas amamentou seu neto durante um ano. Podemos atestar que Mitas rejuvenesceu em sua fisionomia e fisicamente e que seus peitos estão mais firmes. Rejuvenesceu dez anos por causa da enorme energia das células mãe que proporcionam o leite materno e o ato de amamentar.

Eu amamentei durante dois meses e eu parecia cinco anos mais jovem e mais bonita. Além disso, a amamentação aporta paz e amor, junto com a oxitocina, hormônio da amamentação que relaxa a mente, o corpo e o espírito. A prolactina, o hormônio que produz o leite materno está sempre pronto para ser liberada no momento que nossa mente o ordene. A amamentação é 90% psicológica. Nós, como fervorosas defensoras

do poder da amamentação, estamos prontas em todo momento e em todo lugar em que uma emergência nos chame para salvar uma criança.

Às avós nos unimos para amamentar nossos netos ou a qualquer bebê em situação de grave necessidade!

*Ines Avellana-Fernández é uma avó maravilhosa que amamentou um bebê de um ano e fez agora com um bebê de dois meses. Ines é uma Babaylan Lactante: educadora, cuidadora e líder, e foi reconhecida Membro de Ashoka em 2015. Ines apresentou recentemente uma proposta na 2ª Conferência Internacional sobre Aleitamento Materno de 2016, organizada pela Sociedade Filipina de Pediatria, intitulada: «Estratégias para a relactação com intervenção de Massagem Especial de Amamentação».*

---

## Apoio à amamentação: o papel do avô

Christopher Smith



*Christopher com seu neto mais moço, Liam*

---

Pergunto-me se a mãe que amamenta, metade colocaria o pai na lista de pessoas que apoiaram-na durante sua aventura com a amamentação. Assim que me pediram que escrevesse este artigo fiquei um pouco desconcertado. Realmente apoiei minhas filhas durante seus anos de amamentação? E se é assim, em que consistiu esse apoio?

Refletindo, cheguei à conclusão de que talvez minha contribuição mais importante consistiu em manter uma atitude positiva sobre aleitamento materno. Nisso tive sorte porque minha esposa participava ativamente da “La Leche League”, assim, então, aprendi muito com ela sobre os importantes benefícios do aleitamento materno. Também li muito acerca da amamentação na abundante literatura que existe, o que me permitiu descobrir que existem muitos estudos científicos sobre as vantagens a curto, médio e longo prazo da amamentação. Todas essas influências fizeram com que eu pensasse positivamente na decisão de minhas filhas de continuar amamentando até que meus netos desmamassem, assim como a sua prática de

alimentação a livre demanda, dormir juntos e todo os demais elementos que fazem o aleitamento materno ser natural e exitosa.

Este conhecimento adquirido é a fonte de outra contribuição minha: ser capaz de proteger minhas filhas da crítica aberta ou implícita sobre a amamentação de seu filho utilizando meu conhecimento como fonte dissuasiva sempre que são ditos comentários negativos por parte dos familiares, amigos ou estranhos. Muitas mães são muito sensíveis frente à perguntas ou críticas sobre sua amamentação, por isso tem-se que contra argumentar essas observações negativas com argumentos bem fundamentados, com certeza isso ajuda a manter um ambiente positivo ao redor da unidade mãe-filho.

Não mencionei algumas das maneiras mais óbvias que se pode ajudar as filhas lactantes, como entreter seus outros filhos para que ela possa ter um pouco de descanso que tanto necessita, inclusive enquanto cuida do bebê, ou fazer dormir o bebê em seus braços ( com todas as canções e acalentos) enquanto a mãe se ocupa do irmão ou irmãos maiores. Essas são as alegrias normais dos avós. O mais importante é criar um ambiente positivo e protetor ao redor de sua filha, e isso sem dúvida lhe ajudará nesta importante aventura que embarcou.

Seguramente já sabem todos os avós. Apesar de que seja pouco provável que suas filhas lhes peçam conselho sobre a pega, ou sobre mamilos fissurados, ou os demais aspectos práticos da amamentação, se se mantem informado adequadamente e são capazes de mostrar uma atitude alentadora e positiva sobre a amamentação, sem dúvida ajudarão a suas filhas para que sua experiência de amamentação seja exitosa e feliz. E sua recompensa por esse esforço? Netos felizes, sadios e carinhosos que preencherão seus anos de madureza com alguns dos momentos mais prazerosos de sua vida.

*Christopher Smith é pai de quatro filhos e avô de sete netos. Nasceu em Santiago, Chile, viveu na Cidade do México durante mais de 40 anos dirigindo uma empresa de cosméticos e perfumaria. Agora está parcialmente aposentado e desfruta o tempo passando com sua esposa, filhos, netos, leitura e viagens.*

---

## Converter-se em pai no Camboja

Alex Hales



*Alex com sua esposa, Moniroath, e sua filha, Pauline Moly*

Vou vivendo no belo país Camboja há mais de onze anos e neste tempo consegui me manter sadio e em forma, evitar atividades perigosas e me alimentar corretamente, pois apesar da falta de exercício, estou em boa forma nos meus 46 anos. Até a pouco não tinha necessidade de me preocupar com assuntos relacionados com a medicina para nada. Isto mudou no dia em que minha esposa e eu decidimos ter um filho e descobrimos a terrível verdade de que não poderíamos conceber de modo natural.

Como é de imaginar, minha esposa e eu ficamos comovidos pela notícia e, depois do golpe inicial, decidimos que buscaríamos ajuda. Um amigo nos informou sobre uma boa clínica de fertilidade em Phnom Penh que estava obtendo grandes resultados para os casais, então marcamos uma consulta. Tenho que dizer que Camboja não é conhecida por seu serviços médicos de primeira classe, e o certo é que em muitos lugares ainda se proporciona um serviço e atenção médica bastante rudimentares. Entretanto, a clínica que visitamos mudou nossa percepção: pessoal educado que falava nosso idioma, instalações modernas e limpas e médicos que compreendiam que os pacientes necessitam algo mais que um tratamento, que necessitam apoio físico e emocional.

Após fazermos as provas pertinentes e receber tratamento, descobrimos que havia funcionado na primeira tentativa e que seríamos pais de uma menina. Naturalmente ficamos felizes com a notícia e foi aí onde realmente fiquei consciente de que logo seria papai.

Em seguida aprendi até que ponto a gravidez pode encher uma mulher de emoção, sendo testemunha das mudanças de humor e da ansiedade que acompanham a gravidez. Também aprendi que minha mulher não podia conseguir informação necessária sobre o que esperar antes e depois do parto. Youtube ajudou muito com vídeos de especialistas que davam conselhos, sugeriam como aceita-lo física e mentalmente. Entretanto, havia muito menos informação para os futuros pais.

Amo muito minha esposa e agora já temos nossa filha, que parece mudar e crescer a cada momento. Estou impressionado pelo trabalho e o esforço que minha esposa põe para criar nosso bebê; quando se levanta 2 ou 3 vezes por noite para amamentá-la, cuida para não me despertar para que eu não esteja cansado pela manhã. Como papai, você pode se sentir um pouco inútil, inclusive incompetente, já que tudo é entre a mãe e o bebê. Como treinador profissional, digo às pessoas que você é o responsável pelo que ocorre em sua vida, pois estava decidido a fazer a parte que me correspondia.

Minha esposa, grávida e sempre centrada, rastreou nas redes sociais e encontrou um grupo de apoio ao aleitamento materno que se reunia em Phnom Penh a cada 2 semanas. Assistimos apenas o grupo uma vez, mas foi uma grande oportunidade para falar com as novas mães que acabavam de ter bebê. Os livros e a internet estão bem, mas não substituem falar com alguém que acaba de passar por esta experiência e tem frescas as lembranças do que esperar e o que fazer quando acontece. O pele a pele para acalmar e manter o bebê quentinho, não lavar o bebê para que o odor familiar nas mãos do bebê e o peito da mamãe ajudarem ao bebê a chegar até o peito e pegar a primeira bebida de colostro.

Como inglês, cresci em um mundo em que os corpos das mulheres eram desumanizados e o peito era um apêndice para o prazer masculino e a sexualidade. Se sou honesto comigo mesmo, era como via as mulheres. Suponho que minha falta de exposição à verdadeira razão dos peitos me fez pensar desta maneira. Todos os meus amigos pensavam o mesmo. Portanto, me dá vergonha admiti-lo, mas olhava as coisas de maneira equivocada e também tinha medo de que minha esposa amamentasse em público, pois outros homens poderiam pensar o mesmo que eu e até alguns pudessem desejá-la.

Apesar disso, minha esposa e eu falamos muito sobre a necessidade de amamentar. Ir ao grupo de aleitamento materno e observar como todas as mães estavam tranquilas ao alimentar seus filhos, me ajudou a entender o processo. Experimentar este ato tão natural e carinhoso, acho uma espécie de mudança de paradigma em minha maneira de ver as coisas e agora entendo a verdadeira razão das coisas.

Graças a esse simples encontro e ter a oportunidade de falar com as mães, me deu a confiança que necessitava para estar totalmente comprometido com o apoio a minha esposa para amamentar o bebê em qualquer lugar que ela escolha. Sinceramente, animaria a qualquer futuro papai a dedicar tempo para unir-se a um grupo como este e educar-se para ver que a amamentação é a experiência mais natural e maravilhosa para uma mãe.

Minha filha só tem 6 semanas enquanto escrevo esta história e cada dia me apaixono um pouco mais. Não podia estar mais orgulhoso de minha esposa e não estou seguro de poder expressar com palavras o muito que amo e admiro o que fez por mim. Minha mãe faleceu poucos meses antes que minha filha nascesse e pus seu nome, Pauline. Não vou ter a oportunidade de olhar em seus olhos de um azul pálido e dizer-lhe o muito que aprendi em tão pouco tempo e lhe agradecer por me dar tudo o que me deu.

Rapazes, amem as suas esposas, unindo-se a um desses grupos para experimentar o apoio e as descobertas. Alegrem-se de fazê-lo de fato.

*Alex Hales, consultor de desenvolvimento de pessoas, viajou por todo o mundo antes de decidir fazer de Camboja sua casa em 2006. Agora vive fora de Phnom Penh, dando apoio às companhias que querem ampliar seus recursos humanos, desenvolver a estrutura corporativa interna e melhorar as operações do negócio. Bem estabelecido e casado há 5 anos com Moniroath, suas vidas têm sido abençoadas com a recente chegada de sua menina, Pauline Moly.*

---

## O aleitamento materno é bem-vindo aqui: Tomar a iniciativa na criação de espaços públicos seguros para mães lactantes

**Breastfeeding Friendly Quinte** é uma iniciativa inspiradora que está trabalhando para normalizar o aleitamento materno ao destacar positivamente os negócios aptos para o aleitamento materno na área de Quinte, com sede em Belleville, Ontario, Canadá.

Infelizmente, existe pouco apoio para as mães lactantes na área de Quinte (uma pequena comunidade de aproximadamente 50.000 pessoas localizada no Lago Ontario, Canadá). O hospital local não tem programas de apoio adequados e não requer que seu pessoal tenha uma formação em aleitamento materno, nem sequer um consultor de amamentação entre o pessoal. O que a maioria das mães não sabe é que o pessoal especialista em assistir um parto não é especialista em aleitamento materno. Isto inclui os médicos que podem ser aos primeiros que os pais pedem ajuda. Para as mães que conseguem amamentar com sucesso, apesar das limitações, é especialmente difícil amamentar em público quando existe pouco conhecimento entre o público em geral sobre a importância de criar um apoio contínuo para amamentar em todos os aspectos da vida de uma mãe. Megan Irvine, Diretora da Campanha Breastfeeding Friendly Quinte, é muito consciente destas dificuldades, já que ela mesma é mãe. “Para começar, o aleitamento materno já é difícil nesta comunidade, adicionar a pressão de amamentar em público é algo que queria mudar. Nossas conquistas têm sido pequenas em natureza, mas grandes na vida de muitas mulheres. Tivemos uma grande resposta de nossas bibliotecas locais, unidade de saúde e outros negócios que são cruciais na vida de uma nova mãe. Se pudermos mudar a visão para apenas uma mãe que amamenta seu filho em público, todo o trabalho que temos feito terá valido a pena.”

A iniciativa é dirigida por um pequeno número de voluntários, que dedicam seu tempo para contatar com as empresas informando sobre a importância de apoiar o aleitamento materno e o papel que podem desempenhar. Seu objetivo é destacar positivamente as empresas que queiram unir-se ao movimento de normalização do aleitamento materno. Acreditam firmemente na criação de um movimento inspirador por natureza, o que leva as empresas e os espaços públicos a se sentirem motivados e a compreenderem a importância de criar um entorno de apoio para as famílias lactantes.

Para que uma empresa seja etiquetada como amiga do aleitamento materno, deve educar seu pessoal sobre o direito da mãe amamentar em público e comprometer-se ao seguinte:

- Colocar a etiqueta adesiva da iniciativa “Mães lactantes bem-vindas” na entrada do negócio, quer seja na janela ou na porta (deve ser visível para os clientes que entram)
- Exibir visivelmente ao pessoal um cartaz fornecido pela iniciativa que explica o Código de Direitos Humanos em Ontario, que protege a todas as mães que amamentam seus filhos em qualquer lugar e em qualquer momento
- Colocar cartões de visita fornecidos na área designada (se corresponde)
- Tirar uma foto do adesivo e publicá-la nas redes sociais com a etiqueta fornecida (se corresponde)

As empresas colaboradoras recebem publicações promocionais nas redes sociais de Breastfeeding Friendly Quinte. Atualmente, 40 empresas participam na campanha. Inclui agências financeiras, consultas médicas, espaços públicos, restaurantes e negócios locais.

No futuro a iniciativa pretende colaborar com a unidade local de saúde para fornecer às empresas um pacote de apoio ao aleitamento materno. Estes pacotes educarão os donos das empresas não apenas nos direitos do consumidor, mas também nos direitos dos seus trabalhadores no local de trabalho. Estes pacotes também ajudarão aos donos a ter as ferramentas e a informação necessária para educar seu pessoal. Isto é particularmente importante quando se trata de normalizar o aleitamento materno, já que em última instância são os que entram em contato com as mães lactantes (e também um dia podem ser mães).

Megan acredita firmemente que a mobilização das comunidades e a criação de colaborações é a chave para estabelecer um ambiente de apoio para as mães lactantes. “O aleitamento materno começa na gravidez e as comunidades necessitam começar a educar melhor as mulheres nesse momento. Os hospitais devem começar a implementar políticas amigas dos bebês que requerem que todo o pessoal receba educação adicional em aleitamento materno. Nossos médicos, dentistas e farmacêuticos necessitam receber educação adicional em aleitamento materno. Se todos os nossos profissionais da saúde trabalhassem juntos com o mesmo objetivo, a taxa de êxito seria muito maior”.

Para obter mais informação sobre esta excelente iniciativa, visite a [pagina de Facebook](#).

*Megan Irvine nasceu e cresceu na área de Quinte. É esposa e mãe de três crianças (de três e dois anos e um recém nascido). Tem amamentado desde o nascimento de sua primeira filha e continuou fazendo durante ambas as gestações. Tem experiência no cuidado e na amamentação de gêmeos e amamenta aos dois em público muitas vezes. Atualmente possui e maneja um negócio de fraldas pintadas fora de casa. Estabeleceu seu negócio depois do nascimento de sua primeira filha com o desejo de estar em casa com seus filhos e também ter tempo para oferecer algo a sua comunidade. Breastfeeding Friendly Quinte (Quinte amiga do Aleitamento materno) é uma das maneiras em que tem sido capaz de conseguir isso.*



*Megan Irvine, Diretora de Campanha de Breastfeeding Friendly Quinte, enquanto fixa os adesivos dados às empresas para mostrar seu apoio ao aleitamento materno.*

---

Leia o que outros **Changemakers** (atores de mudança) estão fazendo para promover o aleitamento materno em sua comunidade

- [Famílias fortes constroem negócios sólidos](#) por Patagônia (USA)
- [Encontrar apoio para o aleitamento materno: Desde aeroportos a estádios de futebol](#) pelo Instituto Nacional para a Qualidade da Saúde Infantil (EE.UU.)
- [As avós da comunidade mantem as tradições de aleitamento materno vivas pela Fundação WK Kellogg](#) (EE.UU.)

---

## **Apoio a mães, Kalpana (EE. UU.)**



*O apoio ao aleitamento materno aos olhos de Kalpana, uma menina de 6 anos que mora nos Estados Unidos: "Veja o bebê em meus braços e mamãe me está dizendo que estou fazendo bem". Março de 2017*

---

## O aleitamento materno é uma parte do recreio

O aleitamento materno e os animais são as duas coisas favoritas de minha filha Lucia de três anos. Ela adora separar seus animais e classificá-los entre os que mamam e os que não mamam. Seus favoritos são os gorilas. Ela segura três e diz "Mamãe, Papai e Lucia" e põe a "Lucia aconchegada com a Mamãe enquanto ela mama e o Papai ao lado". E também quando faz um de seus quebra-cabeças, Lucia é o esquilo que bebe leite da Mamãe Urso e Papai é a coruja que se agacha ao nosso lado.



*Lucia vive com seus pais em Phnom Penh, Camboja*

---

## Os humanos também são mamíferos

A professora do jardim de infância de Katherine levou sua mãe a um canto para contar-lhe uma história. Para as crianças lhes deu a tarefa de desenhar um animal e dizer algo que soubessem sobre esse animal. A professora disse que sua favorita era a de Katherine. Quando foi o turno de Katherine, o animal que havia desenhado foi um humano e que os humanos eram mamíferos porque fazem leite para seus bebês. Alguns dos outros meninos disseram que os humanos não são animais. Katherine disse: “Sim, eles são, porque eles dão para seus bebês leite de seu corpo”. Mostrou alguns dos desenhos dos outros meninos e explicou: “Os ursos são mamíferos porque produzem leite para seus bebês”. A professora tinha amamentado seus filhos já maiores, e estava encantada com este pequeno evento de aprendizagem.



*Katherine tem 6 anos e meio e vive em Portland, Oregon, EE.UU.*

---

## Defensores do aleitamento materno – Tradutores!

Rebecca Magalhães e Pushpa Panadam

Muitos de nós já estivemos em uma reunião, oficina ou conferência para assistir pessoas que falavam diferentes idiomas, e que os organizadores do evento necessitavam incluir tradutores! Que maravilhoso é ser capaz de escutar o conhecimento de um orador conhecido, inclusive quando não falava nosso idioma! Também estamos agradecidas aos tradutores que trabalham para traduzir livros e outras publicações. Os tradutores são pessoas belas.

Obrigada a WABA, a beleza deste boletim tem sido sempre o fato de que muitas mães, pais, defensores do aleitamento materno, profissionais de saúde e qualquer pessoa interessada no aleitamento materno e, especificamente, no apoio às mães, têm podido lê-lo nos 4 idiomas principais: inglês, francês, espanhol e português.

Pushpa, a secretária de WABA, Rebecca, Natalia e Melissa queriam homenagear às pessoas que têm feito possível que os assinantes leiam o boletim em um ou mais de um destes 4 idiomas. Alguns têm apoiado ao boletim desde o princípio: alguns têm trabalhado sempre em uma língua concreta desde o primeiro boletim, outros têm trabalhado no boletim quando têm tempo. Alguns de seus nomes são: espanhol – Maria (Pili) Peña, Pushpa Panadam, Marta Trejos; francês – Anna Cook, Katharine Greathead, Juanita Jauer Steichen, Stephanie Fischer, Herrade Hemmerdinger; português – Pajuçara Marroquim, Analy Uriarte. Estamos agradecidas a todos os tradutores, e gostaríamos de apresentar aqueles que estão trabalhando atualmente no boletim.

**Pajuçara Marroquim**, Líder Brasileira da LLL (mais de 20 anos), que mora em Maceió, Alagoas (Brasil), tem sido uma fiel tradutora desde o lançamento do primeiro número em português em 2005 (Vol. 3, Nº 4), trabalhando inicialmente com Analy Uriarte, sendo a única tradutora desde 2013. Pajuçara tem três filhas adultas (duas delas casadas) e dois netos amamentados. Assistiu a primeira reunião do Grupo da LLL Maceió em 1979, continuou assistindo e apoiando ao Grupo, ajudando com o boletim da LLL em português (BoLLLetim Informativo) e logo facilitou o Grupo e produziu o boletim por muitos anos. Aposentada da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) ensinou nutrição, introduziu a disciplina de aleitamento materno no

plano do curso de nutrição e supervisionou duas ampliações e reimpressões do livro “Amamentar, por que não?”, uma publicação da LLL de Maceió. *Obrigada, Pajuçara!*

**Herrade Hemmerdinger**, Líder francesa da LLL durante 12 anos, co-tradutora com Juanita dos volumes três a sete, tirou um descanso e se reuniu com a equipe de tradutores para o Volume 14 e continua trabalhando como a única tradutora para o boletim em francês. Esposa de Henri e mãe de 3 filhas amamentadas (Laura, Victoria e Volodia), Herrade é também uma parteira qualificada e uma grande cozinheira. Ela compartilhou sua experiência do nascimento de Volodia no volume 13.

([http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl\\_v13n1\\_spa.pdf](http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl_v13n1_spa.pdf). Herrade colidira dois grupos de apoio a mães por mês em Montpellier, França. *Obrigada, Herrade!*

**Marta Trejos**, Costa Rica, tem traduzido a versão espanhola do boletim desde o oitavo volume, em substituição a María Peña, que trabalhou no boletim do volume um ao sete. Marta é mãe de Cristina e Fausto e avó de quatro netos amamentados. É Diretora do Centro de Informação e Ação (CEFEMINA), um centro de informação e ação para a mulher fundado em São José, Costa Rica. Marta foi apresentada como defensora do aleitamento materno no Vol.7 N° 1. Ver [http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl\\_V7N1d\\_eng.pdf](http://www.waba.org.my/pdf/mstfnl_V7N1d_eng.pdf). Também é Diretora Regional de IBFAN LAC (Rede Internacional de Ação para a Alimentação do Bebê na América Latina e Caribe). IBFAN LAC colabora com outras organizações de aleitamento materno para proporcionar informação e apoio para fortalecer as leis de amamentação e sua implementação na região e apoiar o aleitamento materno. *Obrigada, Marta!*

---

## Estar em dia: Estudos, acontecimentos e recursos

### **Estudos**

- [Apoiar às mulheres que amamentam da perspectiva da matrona: Uma revisão sistemática da literatura](#) Obstétrica, junho de 2016
- [Eficácia dos serviços de saúde comunitários para os bebês em aleitamento materno exclusivo e a satisfação materna: um caminho pragmático](#) Nutrição materno-infantil, julho de 2016
- [Impactos nas práticas de aleitamento materno de estratégias para escala que combinam o assessoramento interpessoal intensivo, os meios de comunicação de massas e a mobilização da comunidade: Resultados das avaliações dos programas ao acaso de grupos em Bangladesh e Vietnã](#) PLOS Medicina, outubro de 2016
- [Determinantes da prática do aleitamento materno exclusivo em lactentes de menos de seis meses de idade no distrito de Offa, Etiópia meridional: estudo transversal](#) International Breastfeeding Journal, dezembro de 2016
- [Avaliação de conhecimentos e práticas sobre o aleitamento materno e desmame entre mães trabalhadoras e não trabalhadoras](#) Journal of Pakistan Medical Association, março de 2017

[Prevalência da iniciação precoce do aleitamento materno e determinantes da iniciação tardia do aleitamento materno: análise secundário da Pesquisa Mundial da OMS](#) Scientific Reports, março de 2017

### **Acontecimentos**

[Midwifery Today Conference: Confiança, Intimidade e Amor, a química da conexão](#), de 4 a 8 de outubro de 2017 em Helsinki, Finlândia.

- [22ª Reunião Anual da Academia de Medicina de Aleitamento Materno](#), de 9 a 12 de novembro de 2017 em Atlanta, EE.UU.
- [Centro de saúde em aleitamento materno: Conferência Internacional de Aleitamento Materno](#), de 9 a 12 de janeiro de 2018 na Flórida, EE.UU.

### **Recursos**

- [A partir da primeira hora de vida: Um novo informe sobre a alimentação do lactente e da criança pequena](#). UNICEF (outubro de 2016)

- O aleitamento materno é uma questão de direitos humanos. dizem os especialistas da ONU, incentivando a adoção de medidas sobre o leite de fórmula. Direitos Humanos da ONU (22 de novembro de 2016)
- A importância dos pais e das avós para a mãe que amamenta: versão estadunidense de Wendy Jones (30 de novembro de 2016)
- A grande decepção: como a medicina, as grandes empresas e o feminismo minam o aleitamento materno por Kimberly Seals (24 de janeiro de 2017)

*Este boletim se publica duas vezes ao ano em inglês, espanhol, francês e português.*

Para assinatura ou para enviar suas entregas, por favor, envie um e-mail para [gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com)