

# Grupo de Trabalho de Apoio Materno (GTAM)

ALIANÇA MUNDIAL PARA AÇÃO EM ALEITAMENTO MATERNO



Kathryn Palmateer © WABA 2011

Kathryn Palmateer, WABA 2011  
Concurso Fotográfico SMLM

## Volume 10 Número 1

semestral em Inglês, Espanhol, Francês, Português e Árabe

## Abril 2012

<http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/portugues.htm>

Para assinaturas, mande um e-mail para:

[gims\\_gifs@yahoo.com](mailto:gims_gifs@yahoo.com)

Coordenadora WABA GTAM: Anne Batterjee (Saudi Arabia),  
Coodenadores adjuntos: Pushpa Panadam (Paraguai), Dr. Prashant Gangal (India)  
Editores: Pushpa Panadam (Paraguai), Rebecca Magalhães (EUA)  
Tradutores: Espanhol- Marta Trejos, Costa Rica  
Francês- Juanita Jauer Steichen, Stéphanie Fischer, França  
Português- Analy Uriarte (Paraguai), Pajuçara Marroquim (Brasil)  
Árabe – Seham Basrawi (Arabia Saudita)

*Em cada momento as destrezas maternas vão se ampliando como as ondas num reservatório de água – de mãe para mãe para mãe...as ondas de alguma mãe tocam sua vida; você aprende e depois envia suas próprias ondas para outro alguém. É uma forma de compartilhar tão antiga como a humanidade.*

– A Arte Feminina de Amamentar (2010), p. xxiv

## NESTE NÚMERO

### GRUPO DE TRABALHO DE APOIO MATERNO COMENTÁRIOS E INFORMAÇÕES

1. Para voluntários/as: a Alma e o Coração do Apoio à Amamentação: Pushpa Panadam, Co-Coordenadora, GTAM WABA
2. Atualização GTAM: Pushpa Panadam, Co-Coordenadora GTAM WABA

### APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

3. Continue tentando! O Local faz a Diferença! : Lisa Thompson, Líder LLL, EUA
4. Apoio ao Aleitamento Materno após Grande Terremoto do Leste do Japão: Hiroko Hongo, Japão
5. Se trata da investigação!: Diane Wiessinger, EUA
6. Capacitação de Conselheira de Pares em Aleitamento Materno na China: Ivy Makelin, China
7. Gradua-se Conselheiras em Aleitamento Materno: Jacquie Webby, Omaru Mail, Nova Zelândia

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

8. Amamentando entre cirurgias: Gabi Reczek, EUA
9. Minhas Diferentes Experiências de Amamentação: Maria Sortino, Argentina
10. Sim, posso amamentar meu filho: Alanna Felix, República Dominicana

**APOIO PATERNO**

11. 14 Maneiras nas quais os Pais podem envolver-se com seu Bebê Amamentado/a: Christie Haskell
12. Roles Sexistas nos Meios de Comunicação Massiva: Arturo Arteaga Villarroel, México
13. E- Boletim da Iniciativa dos Homens

**ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO**

14. Minha Querida Madrinha – Bernadette Stäbler: Lidia de Veron, Paraguai
15. Que podem fazer 22 Pernas Masculinas... Elizabeth Gavilan, Paraguai
16. Trabalhando caladinha pela amamentação: María Lucia Futuro Mühlbauer, Brasil
17. Novas Diretrizes – Herbert Spencer Ratner

**NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO**

18. Diversas Ações de RUMBA para o 2012: Amura Hidalgo, Costa Rica
19. Workshop Regional sobre Parto Respeitado: Katherine Rodríguez, Costa Rica
20. Boas perspectivas e energia renovada para GBICs – Iniciativa Mundial de Aleitamento Materno para a sobrevivência infantil: Gina Gatgens, Costa Rica
21. WABA faz 21 anos 14 de Fevereiro de 2012: Julianna Lim Abdulla, Malásia
22. Semana Mundial de Aleitamento Materno 2012
23. Dia Internacional das Mulheres 2012 – 8 de Março 2012: Sarah Amin, Malásia
24. Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMAM) da WABA- A Coordenação avança: Sarah Amin, Malásia
25. Dia Mundial da Saúde, 7 de Abril, 2012

**RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO**

26. Boletim eletrônico- Grupo de Trabalho e Pesquisa da WABA, Dezembro 2011
27. Declaração de Princípios: O Aleitamento Materno e o Uso do Leite humano: Pediatria
28. Boletim La leche Importa: Banco de Leite Humano

**CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO**

29. Mamãe Tatu amamenta seus bebês: Pushpa Panadam, Paraguai

**AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO**

30. Saindo: Novidades da La Leche League, Janeiro-Fevereiro 1979, por Charlotte Walkowski, Houston, Texas, EUA

**ALEITAMENTO MATERNO, HIV e AIDS**

31. Em uma importante mudança de política, estimula-se mães na África do Sul a amamentarem exclusivamente em vez de usarem fórmula: Shantha Bloemen
32. Declaração do Dia Mundial de AIDS: Sarah Amin, Malásia
33. Rotinas de Alimentação Infantil na Prevenção da Transmissão do HIV de mães para filhos (PMTCT) na África do Sul: resultados de um estudo observacional prospectivo entre crianças expostas ao HIV ou não: desde o nascimento até 9 meses: Ameena E Goga, Tanya Doherty, Debra J Jackson, David Sanders, Mark Colvin, Mickey Chopra e Louise Kuhn
34. Link do artigo “A Guerra da AIDS do ponto de vista do Aleitamento Materno”, por David Crowe, EUA

**SITES WEB E ANÚNCIOS**

35. Visite estes sites
36. Anúncios – Eventos passados e futuros  
Recordemos Dr. Brian Palmer

**INFORMAÇÕES SOBRE O BOLETIM**

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

## 1. Para voluntários/as: a Alma e o Coração do Apoio à Amamentação: Pushpa Panadam, Co-Coordenadora, GTAM WABA

**T**oca o telefone e quem chama me pergunta se posso ir a um local para adolescentes para ajudar uma garota de 16 anos que mora ali; ela recebeu alta do hospital juntamente com seu bebê de dois dias de nascido. Eu estava disposta a ajudar, porém também sabia que não poderia ir nesse dia devido a um assunto familiar importante. Então, lhei os nomes de contatos que poderiam ajudar a garota. Só pude visitá-la uma semana depois. Por sorte, ela estava dando leite materno a seu bebê, mas em mamadeira. Como eu tinha tempo, fiquei durante uma hora para ajudá-la e saí satisfeita, já que ela havia aprendido a amamentar seu bebê diretamente do peito. Em uma visita recente a um grupo de apoio à mães, esta mãe adolescente compartilhou, mesmo que muito brevemente, como estava amamentando seu bebê, sem extrair leite nem usar a mamadeira.

Comecei a refletir sobre o papel de os/as voluntários/as no mundo todo que dão apoio e ajuda à amamentação, enquanto dividem o tempo entre suas próprias famílias e seu trabalho (em casa ou fora dela), mas que sempre estão disponíveis para fazer um esforço adicional e ajudar as mulheres grávidas e as mães para que tenham a informação, o apoio e a ajuda para amamentar. Entretanto, é importante lembrar que, além disso, os/as voluntários/as oferecem outros tipos de ajuda à mãe: escutam suas inquietações e dúvidas, buscam informação adicional, lhes dão o impulso necessário ou o apoio, as visitam no hospital ou em sua casa, dirigem um grupo de apoio às mães ou inclusive param para dar um sorriso de alento à mãe que está amamentando seu bebê numa loja ou na rua. Acho que os/as voluntários/as fazem tudo isso porque têm experiências similares, receberam ajuda em seu caminho, têm superado os desafios para conseguir amamentar, têm lutado e fracassado devido à falta de informação e apoio, e inclusive – se não têm filhos/as – contam com suficientes conhecimentos e experiências para ajudar a outras.

Saúdo a todas estas mulheres e homens. Algumas vezes as mães que você ajuda não retornam para agradecer. Entretanto, quando elas desfrutam desse momento especial com seus bebês, elas mentalmente lhes enviam um grande MUITO OBRIGADA! Quando as mães que você ajuda se encontram com outra mãe que luta para amamentar seu bebê, esse apoio que elas dão a outra mãe é um obrigado a você também.

-----  
Pushpa Panadam, Co-Coordenadora GTAM  
Aliança Mundial Pro Aleitamento Materno – Grupo de Trabalho de Apoio à Mãe  
E-mail: pushpapanadam@yahoo.com

## 2. Atualização GTAM Pushpa Panadam, Co-Coordenadora GTAM WABA

Quando a mãe telefona ou envia um e-mail pedindo ajuda com a amamentação e você se dá conta de que a mãe não mora perto, ou dentro do país, que podemos fazer? Como membro de um grupo organizado de apoio à mãe é possível que você possa referir à mãe a uma pessoa de apoio perto dela. Do contrário, por favor, consulte o mapa eletrônico dos grupos de apoio entre mães em: <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/emap.htm>

Se o seu grupo não está no mapa, por favor, verifique na página da web os Critérios e Diretrizes para a Inclusão no mapa eletrônico de Apoio à Mãe de WABA.

Provavelmente você tenha enfrentado desafios ao amamentar seu filho/a. Entretanto, ao superar as dificuldades, você experimentou uma maravilhosa relação ao amamentar até que seu filho/a desmamasse perto dos 2 anos. Compartilhe sua história, anime outras mulheres a amamentar, apoie-lhes enviando um e-mail a pushpapanadam@yahoo.com e beckyann1939@yahoo.com

Sua história de amamentação será publicado em 6 idiomas – inglês, espanhol, francês, português, árabe e chinês. [www.waba.org.my/whatwedo/gims/index.htm](http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/index.htm). O Boletim Eletrônico V9N1 y V9N2 já está disponível em árabe, graças a Anne Batterjee, Basrawi Seham e Batterjee Modia. O Boletim Eletrônico V9N1 está disponível em chinês, graças a Ivy, Chen Jenady e sua equipe de mães voluntárias com Wong Hui Juan da Malásia.

Cada uma das páginas da web com os boletins traduzidos estão agora disponíveis em seus diferentes idiomas. Sim, o GTAM é agora internacional.

Pushpa Panadam, Co-Coordenadora GTAM  
Aliança Mundial Pro Aleitamento Materno – Grupo de Trabalho de Apoio à Mãe  
E-mail: pushpapanadam@yahoo.com

## APOIO MATERNO DE DIVERSAS FONTES

### 3. Continue tentando! O Local faz a Diferença! Lisa Thompson, Líder LLL, EUA

**H**á dois anos, nosso grupo de apoio noturno estava morrendo. Seria uma sorte se chegasse uma mãe a nossa reunião. Muitas noites me sentei só no sótão da igreja para esperar caso alguém chegasse inesperadamente. Estávamos começando a pensar que devíamos cancelar a reunião da noite. Mas sentíamos que as mães que trabalhavam fora necessitavam se reunir e que tínhamos que encontrar uma forma para elas assistirem a reunião.

No dia da Líder da La Leche League em Avon, Indiana, EUA, se levou a cabo uma sessão sobre como melhorar seu grupo que assisti com entusiasmo. Falamos do ambiente e as razões pelas quais as mães talvez não voltassem às reuniões. Dei-me conta de que nosso encontro noturno no sótão escuro de uma igreja não era o ambiente mais adequado. Comecei a pensar em algumas outras razões pelas quais as mães não assistiam, tais como: Quem quer levar seu bebê recém-nascido/a a um estacionamento pouco iluminado numa igreja abandonada em uma noite fria e escura? Depois, uma vez lá, quem queria descer as escadas através de um labirinto com paredes de concreto para chegar a um quarto deprimente com pouca luz? Ninguém é claro, inclusive nem eu queria estar ali!

Telefonei para uma de nossas companheiras e lhe perguntei se podia assistir a nossa próxima reunião para falar sobre como melhorar nosso grupo. Wendy Masters, uma de nossas mais antigas líderes assistiu; além dela veio outra mãe. Observamos que a hora de nossa reunião (19 horas) não era conveniente para as mães que trabalhavam fora de casa. Elas tinham que se apressar para chegar a casa, preparar o jantar, passar um tempo com os filhos/as, e depois ainda chegar a reunião em tempo. Uma pequena mudança como passar a reunião para as 19 horas e 30 minutos, faria grande diferença. Era uma mudança simples, e o fizemos!

Quando lhes perguntamos que tipo de lugar prefeririam, a resposta foi muito clara – um lugar agradável, para sentir-me numa noite entre amigas. Era o momento para procurar novos lugares. Tínhamos algumas opções, mas não as conhecíamos bem. Enviamos para nossas assistentes regulares avaliar os lugares.

Um desses lugares, novo na cidade, tinha uma sala de reuniões, mas para alugar. Nos agradou muito a ideia de ter uma área privada para que as mulheres se sentissem bem amamentando seus filhos/as ali. Outra pessoa do grupo se ofereceu para pagar 3 meses de aluguel com a finalidade de testar se este novo lugar servia. Somos muito felizes por ter este grande apoio para nosso grupo regular diurno de mães. Decidimos por uma caixa e solicitar pequenas doações para ajudar a pagar o aluguel. Estávamos nervosas e preocupadas pensando: funcionará?



*Grupo de Apoio entre Mães Reunidas  
em um Café*

Nossa primeira reunião no novo lugar esteve incrível! Oito mães assistiram e a passaram maravilhosamente. O chá e os pastéis não afetaram nossa causa. A caixa de doações transbordou. Tínhamos dinheiro suficiente para pagar outra reunião ali! Agora, nosso maior problema era que ninguém queria sair!

Já haviam passado seis meses e nossas reuniões seguiam com êxito, até ficamos sem cadeiras um par de vezes! Que diferença! Porém, à medida que se passavam os meses, observamos um problema. O novo lugar (um café) começou a ter música ao vivo ao mesmo tempo que nossas reuniões. Algumas vezes nos vimos obrigadas a nos reunir no próprio café que não tinha lugar para que um grupo grande pudesse sentar junto, e o proprietário não era hospitaleiro. Então, já era hora de procurar um novo lugar.

Rapidamente encontramos uma nova cafeteria no centro. Uma de nossas mães ia regularmente e consultou a dona para saber se poderíamos ter nossa reunião lá. A proprietária estava emocionada! Ela realmente queria que a cafeteria fosse um lugar familiar. A reunião seria no mesmo lugar onde sentavam os outros/clientes, o que não era muito acolhedor... teria que se misturar com ele/as. Infelizmente não tínhamos outra opção. Este lugar não estaria reservado exclusivamente para nós. Era hora de outro teste!

Na tarde de nossa primeira reunião, a dona do café colocou todos os sofás e cadeiras em um canto só para nós. Pôs uma cartela de RESERVADO e nos serviu biscoitinhos. Muitas mães regulares do grupo diurno vieram para nos ajudar. Todas amamentaram em público. Muitas das novas mães utilizaram paninhos para cobrir-se um pouco, pois não estavam seguras de amamentar de maneira tão aberta. Mas quando vieram as outras mães mais experientes amamentando com comodidade, se animaram. A proprietária e o pessoal foram muito amáveis. Estavam todos/as emocionados/as e nos trataram como hóspedes de honra. Não tiveram olhadas nem comentários sarcásticos. Funcionou. A reunião foi um sucesso!

Continuamos tendo boas reuniões noturnas desde então. Foi um risco? Claro! Mas tem sido uma extensão impressionante de nosso Grupo Local. Não tenho visto um só paninho ao amamentar em seis meses. As mulheres grávidas que ainda trabalham também assistem de forma regular. As pessoas do café nos amam. E a comunidade está exposta às mães que amamentam abertamente. Agora só espero que chegue o dia de nossa próxima reunião. Realmente acho que o lugar faz a grande diferença!

-----

**Lisa Thompson** é uma Líder da LLL em Valparaíso, Indiana, EUA. Valparaíso é uma cidade pequena, universitária, perto de Chicago, Illinois. Ela é a Coordenadora de Credenciamento de Líderes (CLA) de Indiana.  
E-mail: LJThom601@aol.com

#### 4. Apoio ao Aleitamento Materno após Grande Terremoto do Leste do Japão Hiroko Hongo, Japão

Em 11 de março de 2011, aconteceu algo fora do comum no Leste do Japão. Devido ao forte terremoto na área de Tohoku, Japão, todos os trens e vias públicas subterrâneas pararam em Tóquio, Japão. Levei cinco horas para chegar a minha casa caminhando e não sabia o que iria acontecer depois. Minha família teve a sorte de poder se comunicar por telefone e se reuniu em casa de meus pais essa noite para que estivessemos mais seguros. Senti-me feliz por ter comida e um banho quente! Grandes ondas haviam inundado Tohoku, e muitas famílias perderam suas casas e seus familiares. Não podíamos acreditar no que estava acontecendo no Japão.

No dia seguinte, o Comitê Especial de Apoio à Mãe e a Criança baixou a Tensão dos Desastres Naturais (Comitê Especial) voltou a ativar sua lista de e-mails para discutir como ajudar às mães e seus bebês durante a emergência. O Comitê Especial começou em 2004 – justamente após os Terremotos de Niigata no Japão – e está a cargo dos membros da La Leche League do Japão, a Rede de Apoio de Consultoras em Aleitamento Materno (JALC).

Todos os programas de televisão apresentavam as notícias das emergências sem propagandas. Começamos a pedir doações de fórmula infantil (leite em pó) para as áreas afetadas sem nos dar conta do risco que implicava o uso de água e mamadeiras contaminadas. Em 23 de março, o escritório da UNICEF do Japão e o Comitê do Japão para UNICEF solicitou oficialmente preparar uma Declaração Conjunta e estabelecer uma linha de ajuda com o Comitê Especial e Conselho de Enlace de Organizações de Aleitamento Materno do Japão (Sociedade





cartazes da UNICEF, 10.000 exemplares de folhetos com informação da UNICEF e com o número telefônico gratuito. As mães e as famílias que se comunicaram com a linha de ajuda gratuita informaram que obtiveram o número telefônico através dos jornais, rádios, televisão e Internet.

Além do esforço conjunto da Comissão Especial, as organizações independentes também desempenharam diversas funções. A BSN publicou a tradução para o japonês do folder da Ação da WABA de 2009: *“Aleitamento Materno: Uma resposta vital em emergências”*. A JALC publicou em seu site informação sobre a alimentação com copo, e sobre o aleitamento materno e substâncias radioativas. A LLL do Japão deu a conhecer informação traduzida em sua página web e no site sobre a alimentação infantil em situações de emergências (Bartle, C. 2011), *Alimentação Infantil em Situações de Emergências: Folhas informativas para as famílias e pessoal de apoio*. Christchurch, Nova Zelândia. A La Leche League confeccionou fraldas descartáveis/\* toalhinhas úmidas com informação impressa para distribuir às mães, com o dinheiro doado até do estrangeiro.

Em 23 de março, após o terremoto, o tsunami e o acidente na usina nuclear causado pelo terremoto e o tsunami, o governo advertiu que as crianças não deviam beber água da torneira na área de Tóquio devido à contaminação com substâncias radioativas. (Esta recomendação foi apenas por dois dias). As pessoas começaram a se preocupar com as substâncias radioativas no leite materno. JALC preparou um documento Q & A (Perguntas e respostas) para as mães, para que as Líderes da LLL que ajudavam na linha telefônica pudessem utilizar a informação com as mães. Depois de 20 de março, quando as organizações civis sem fins lucrativos pediram para investigar sobre o leite materno e publicaram informação sobre o leite materno contaminado com substâncias radioativas, muita gente se preocupou com a segurança do leite materno e a linha de emergência recebeu muitas consultas.

Muitas pessoas bem intencionadas fora do Japão enviaram fórmulas infantis prontas para serem usadas e mamadeiras descartáveis quando as cidades começaram a se recuperar e quando a água potável e a fórmula japonesa já estavam disponíveis em abril. Pelo fato de não existir um sistema de monitoração no Japão para a doação de fórmula infantil e mamadeiras, estas doações foram distribuídas sistematicamente a todas as mães em controle de saúde em vários lugares, independentemente de seus métodos de alimentação.

Isto era exatamente o que eu havia estado tentando evitar. Eu estava triste e me sentia impotente ante o sucedido. A JALC havia lançado na internet “uma proposta sobre o uso de leite instantâneo e mamadeiras descartáveis” para advertir sobre o risco potencial. Não tínhamos informação sobre se estes produtos alentavam mães lactantes a utilizar a fórmula infantil, ou se nossos esforços eram válidos para fomentar a amamentação. Mas em uma situação de emergência, só podemos fazer nosso melhor esforço para proteger, promover e apoiar o aleitamento materno durante um desastre.

Algumas pessoas criticaram a promoção da amamentação ativa durante a emergência. Pode ter sido por não terem conseguido amamentar no passado e sentiam deprimidas no desastre atual. É certo que o apoio e a proteção à amamentação sempre são necessários em tempos normais antes que os desastres possam ocorrer. Nenhuma mãe deveria ser culpada por não ser capaz de dar o peito como ela deseja.

Japonesa de Investigação do Aleitamento Materno, a Associação de Aleitamento Materno do Japão e a Associação Japonesa de Consultoras em Amamentação). Depois de discutir os problemas de alimentação infantil entre os representantes das organizações de aleitamento materno, se emitiu, em 6 de abril, uma Declaração Conjunta e se criou, em 12 de abril, uma linha telefônica de ajuda gratuita em nutrição infantil onde 43 líderes da LLL se revezavam para dar apoio. A linha de ajuda gratuita chamada “linha de emergência de UNICEF em nutrição infantil”, continuou em funcionamento durante seis semanas, de 10 horas da manhã às 10 horas da noite, de segunda a sábado, exceto nos feriados.

O Comitê Especial começou a utilizar o Twitter, abriu seu próprio site e criou uma página no Facebook para difundir informação. Foram impressos e distribuídos três mil exemplares de



Sob essas circunstâncias incomuns, devido à tensão, podemos ficar deprimidos ou irritados facilmente. Muitas pessoas sentem que ninguém entende como se sentem. Podem se sentir culpadas, responsáveis e aborrecidas. É igualmente difícil lidar com a ira ou a crítica em momentos difíceis. Precisamos uma rede de amor, não uma corrente de ira. Realmente apreciamos o amor, o estímulo e apoio que temos recebido através da rede de amamentação por parte da comunidade mundial.

**Hiroko Hongo**, Líder da LLL desde 1992, especialista credenciada pela Junta Internacional de Certificação de Consultoras em Aleitamento Materno (IBCLC) desde 1995, membro fundadora da Associação Japonesa de Consultoras de Aleitamento Materno (JALC) e membro fundador da Rede de Apoio de Aleitamento Materno do Japão (BSN). É a presidente da Comissão Especial de Apoio à Mãe e a Criança sob Tensão dos Desastres Naturais que foi formada pelas três organizações em 2004. É mãe de duas filhas adultas, e atualmente está estudando no Departamento da Comunidade e de Saúde Mundial, Faculdade de Medicina da Universidade de Tóquio, Japão.

E-mail: hirokoh@lll-japan.org

**Nota editorial:** \* *as fraldinhas ou toalhinhas úmidas são de papel ou de tecido embebido com soluções a partir de ingredientes para limpeza suaves a base de álcool. As toalhinhas úmidas para bebês se utilizam para limpar a pele sensível. São vendidas em pacotes de plástico que mantém os panos úmidos e permitem um uso fácil.*

## 5. Se trata da investigação!

Diane Wiessinger, EUA

Existe um erro fundamental, quase universal, na maneira em que o aleitamento materno é apresentado. E existe uma determinação: insistir que as investigações em alimentação infantil sejam focadas no grupo experimental. O rigor científico o exige. E o êxito da promoção do aleitamento materno assim o requer.

O aleitamento materno não é “o melhor para os bebês” como o ar não é “o melhor para respirar.” O aleitamento materno, como respirar o ar, são nossas normas biológicas. Por definição, a alimentação com fórmula é o experimento. A investigação realizada corretamente se centra no grupo experimental.

Leve em conta o que ocorre quando o estudo confirma que a amamentação é ideal: para ninguém realmente isso importa. Quando pergunto às mães, “Quantas de vocês são mães ideais?” elas acham graça. O ideal não é realizável. O normal sempre é suficientemente bom. Cada “vantagem” da amamentação proclama a alimentação com fórmula como se esta fosse a normal e o suficientemente boa. Os hospitais felizmente distribuem este alimento suficientemente bom. Os fabricantes de todo tipo utilizam a mamadeira suficientemente boa como símbolo para bebês. As bonecas vêm empacotadas com uma boa forma para alimentá-las, suficientemente boa.

Agora imaginemos um mundo em que se aplica a pressão internacional para que as revistas só aceitem os artigos corretamente formulados, sem mais promoção da amamentação de nossa parte. As revistas e estudiosos resistem ao princípio devido à perda de vendas por parte da indústria de fórmulas infantis. O método científico simplesmente não permite estudos centrados apenas na amamentação; a prática continua só, porque não tem havido nenhuma objeção internacional organizada e sustentada.

Meios de comunicação de todo tipo se beneficiam com a controvérsia; os estudos que examinam os riscos da fórmula começam a aparecer em epígrafes. Os meios de comunicação se deleitam com a controvérsia, mas não os agentes de mercado. As companhias de cartões de felicitação, os fabricantes de bonecas, roupa de catálogos, revistas de casa e de jardim, sites de comunicação, editoriais, todas as empresas do mercado que têm utilizado gratuitamente mamadeiras e alimentação com mamadeira em suas imagens, têm quitado discretamente essas imagens da mesma maneira que têm sido feito com as imagens de cigarro. Os hospitais detêm sua distribuição gratuita porque é um risco grave para a saúde. Clínicas pediátricas retiram os cupons das fórmulas dos mostradores da recepção. Os pais e mães e os hospitais começam a pedir leites de doadores.

Tudo isso ocorre discretamente, sem nenhum tipo de esforço por parte de quem apoia a amamentação, mais além da pressão organizada por uma investigação devidamente formulada. O público ressentido a nova informação sobre os riscos relacionados com a fórmula, porém não pode evitá-la e não pode refutá-la. Algumas mães optaram pelas fórmulas, como algumas pessoas optaram por fumar. Mas, assim como fumar, a alimentação com mamadeira deixa de ser a norma cultural a seguir.

Nós mesmos, que apoiamos a amamentação, temos êxito limitado na redução das taxas de alimentação com fórmula, se a investigação segue focando nos benefícios da amamentação. Quando a investigação sobre alimentação infantil focar na única maneira que as regras da investigação científica permitem, o comportamento do público começará a mudar. A mudança será rápida, eficiente e autossustentável.

O trabalho mais importante de quem promove a amamentação não é convencer ao público da superioridade do aleitamento materno, mas criar uma força unida que exija que as publicações dos estudos e revistas se centrem no grupo experimental, não no grupo de controle. O resto estará a cargo dos meios de comunicação, informes, imagens, percepções e motivações.

**Diane Wiessinger, MS, IBCLC**, é uma oradora frequente em temas de aleitamento materno e publicou seu próprio CD com mais de 70 folhetos sobre aleitamento materno. É Líder da La Leche League desde 1985 e especialista em aleitamento materno credenciada pela Junta Internacional de Certificação de Consultoras em Aleitamento Materno desde 1990. Diane tem um pequeno consultório privado em Ithaca, Nova York, EUA. É co-autora, junto com Diana West e Pitman Teresa, da 8ª edição da La Leche League Internacional: Arte Feminina de Amamentar.

Seus artigos publicados incluem -Cuida tua Linguagem!, Diário da Amamentação Humana 1996; 12 (1): 1-4. doi: 10.1177/089033449601200102

E-mail: [dwiessin@baka.com](mailto:dwiessin@baka.com) Site: [www.normalfed.com](http://www.normalfed.com)

## 6. Capacitação de Conselheira de Pares em Aleitamento Materno na China Ivy Makelin, China

Em Beijing, China, de 26 a 29 de agosto, 2011, La Leche League (LLL) Ásia levou a cabo a sua primeira Capacitação em Aleitamento Materno para Conselheiras de Pares (PC). O treinamento de 4 dias foi patrocinado e realizado no Hospital de Maternidade de Beijing Antai e foi organizado por Ivy Makelin, uma Líder da LLL, com a ajuda de voluntárias de seu grupo da La Leche League de Beijing. As instrutoras foram líderes da LLL, as IBCLCs e administradoras do Programa PC, Maggie Yu de Hong Kong e Chen Janedy de Taiwan. Trinta e cinco mulheres participaram da capacitação que incluiu 8 profissionais de saúde, 8 mães donas de casa e 19 mães que trabalham fora.

Janedy lembra: "Devido a demanda das participantes, estamos muito felizes de haver feito este programa de capacitação. Agora temos 35 mães conselheiras em aleitamento materno na China!"

"A maioria de nós fomos criadas em um ambiente de confronto e crítica. Ao final da capacitação, pedi às participantes que compartilhassem suas impressões e nos dissessem como se sentiam, se seu pensamento e linguagem haviam se transformado num idioma de apoio. Isto não é fácil!"

"Eu não sabia que nossa capacitação podia criar tanto interesse nas jovens, maridos, irmãs, pais e sogras. Uma sogra não era muito solidária no início e ao final se transformou em uma voz forte que nos animou a provocar a revolução do aleitamento materno!", lembra Janedy.

As conselheiras de pares vieram de várias partes da China; a maioria era de Beijing e outras eram de Shanghai, Shenzhen, Tianjin, Sichuan, Jiangsu, Henan, Hebei, e



Hubei. Desde que receberam a capacitação, algumas delas já começaram com grupos regulares de apoio às mães, enquanto que outras estão desejando começar seus grupos para este 2012.

Esperamos realizar nossa próxima Capacitação de Conselheira de Pares da LLL no ano 2012, desta vez em uma região diferente da China.



### Retroalimentação da Oficina

*Huang Yuqing – Departamento de Informação Econômica e Agência de Publicidade da China*

Continuo amamentando meu bebê que já tem dois anos. Durante este período tive muitas perguntas e queria que houvesse uma organização que me ajudasse a respondê-las. Mas não pude encontrar nenhuma até Julho deste ano (2011), quando cheguei a conhecer a LLL. Que sorte tive! Todas as minhas dúvidas e perguntas foram respondidas. Também tive a sorte de participar do curso PCP. Neste processo, construí minha confiança e aprendi mais! Ao mesmo tempo, minha sogra aprendeu muito também.

A primeira aula sobre “Habilidades de Comunicação” foi genial. A princípio, eu me perguntava se o curso era sobre aleitamento materno ou sobre habilidades de comunicação. Mais tarde compreendi que aprender a se comunicar com os outros está em primeiro lugar.

Vou promover o aleitamento materno no futuro através de nosso jornal. Vou ocupar meu tempo para fazê-lo e estou me preparando para isso. Deixarei que saibam que tenho boas notícias. Espero que me deem outras oportunidades para participar desses cursos e aumentar meu conhecimento, construir amizade e confiança.

*Ji Chunfang - Jiaozuo, província de Henan, mãe de um menino chamado Weiwei de 5 anos e 9 meses e de uma menina chamada Momo de 10 meses de idade.*

O curso estava cheio de detalhes e me comoveu, me deu inspiração para persistir. Sinto-me forte para ser capaz de transmitir o amor sem limites às mães lactantes e seus bebês. Quero que mais bebês possam ter a melhor alimentação do mundo, como a que receberam meus filhos. Eu os amo e aprecio o processo de crescer com eles.

*Guo Yan – Beijing*

Durante as aulas não tive tempo para ler os materiais do programa. Agora, se não lembro o que foi aprendido, tenho um montão de boa informação: “Onde estão os truques de dar conselhos?”, “Como evitar o mal entendido”, “Como responder de maneira eficiente”, “Como dar estímulo positivo”, etc. Um dia fui apoiar uma mãe que queria ajuda com o desmame. No caminho, eu duvidava sobre se podia ajudá-la. Quando estive com ela, tratei de escutá-la. Ao final, ela mesma respondeu suas perguntas. Foi muito bonito e mãe e bebê estão felizes. Depois do treinamento sinto que posso ajudar melhor às mães que amamentam.

**Ivy Tsung-Pei Makelin**, chino-americana que morou na China durante 12 anos, é mãe lactante de dois filhos, Líder da LLL credenciada desde 2005. Dirige o primeiro grupo mandarim da LLL em Mainland que começou durante a SMLM 2005. Ela é uma IBCLC desde 2011, conta com mais de 15 anos de experiência profissional na TV / meios de produção e tem Licenciatura em Ciências sobre Estudos da Comunidade. Foi entrevistada em vários programas na televisão chinesa e por várias revistas chinesas. Criou e lançou o site da LLLChina: [www.muruhui.org](http://www.muruhui.org), Produziu e editou "O aleitamento materno guiado pelo bebê – a dança da Mãe-Bebê", distribuído em DVD; também o DVD de Suzanne Colson, "Nutrição Biológica – O aleitamento materno relaxado para mamãe". Organizou dois seminários públicos e conferências sobre o nascimento e o aleitamento materno em Beijing.  
E-mail: [babameemee@gmail.com](mailto:babameemee@gmail.com) Site Web: [www.muruhui.org](http://www.muruhui.org)

**Nota de la autora:** A informação sobre a capacitação em conselheira de pares na China pode ser encontrado em [www.muruhui.org](http://www.muruhui.org)

## 7. Gradua-se Conselheiras em Aleitamento Materno Jaquie Webby, Omaru Mail, Nova Zelândia

Quando a Ação pró Alimentação Saudável de Otago - *Healthy Eating Healthy Action (HEHA)*, publicou uma capacitação para mulheres que estivessem interessadas em voluntariados em consultorias de pares de aleitamento materno, nos chegaram mais de 30 solicitações, 11 mulheres de Otago do Norte, incluindo uma de Kurow que tem 30 horas de capacitação e se graduou no Hospital de Oamaru.

A administradora de Otago HEHA, Kathy Hamilton, comunicou ao *The Oamaru Mail* que as mulheres foram capacitadas por Denise Ives e Brylin Highton de Dunedin.

"A capacitação foi realizada em Dunedin e Balclutha e estas mulheres agora estão prontas para ser um fabuloso recurso nas comunidades do norte de Otago", disse a senhora Hamilton; "A grande meta de ser uma conselheira de pares em aleitamento materno é ajudar a apoiar, promover e proteger o aleitamento materno em Otago. Promovemos a melhora da nutrição, o aumento da atividade física e a redução da obesidade, e o aleitamento materno pode ser parte valiosa disto". "A capacitação em conselheira de pares é uma forma de melhorar o apoio disponível para construir as capacidades comunitárias".



*Conselheiras de Pares em Aleitamento Materno se graduam em Hospital Oamaru, Nova Zelândia. Completaram 30 de capacitação para ser certificadas*

O artigo anterior é de sexta-feira 19 de agosto de 2011 e foi escrito por Jaquie Webby de Omaru Mail. Link: <http://www.oamarumail.co.nz/news/breastfeeding-consellers-qualify/1073654/>

## APOIO MATERNO: MÃES QUE AMAMENTAM CONTAM SUAS HISTÓRIAS

### 8. Amamentando entre cirurgias Gabi Reczek, EUA

**A**ntes de mais nada, devo dizer que fomos abençoados por ter acesso à tecnologia médica disponível. Quando morávamos em Chicago, Illinois, EUA, tivemos a disposição hospitais de renome.

Ainda em meu ventre, descobrimos que Mary tinha Tetralogia de Fallot\*. Isto me permitiu estudar sobre o tema antes que ela nascesse. Falei muito com um reumatologista antes de seu nascimento. Comentei-lhe que queria que alguém estivesse com ela todo o tempo, mesmo que meu esposo só pudesse dizer-lhe: "Tudo vai ficar bem, meu amor". Também falei com seu cardiologista e comentei sobre o quão importante seria para ela

estar comigo. Se passasse algo e ela não sobrevivesse, então eu queria que ela soubesse cada segundo de sua vida o quanto era amada.

Mary nasceu em 1º de Novembro de 2007. Depois do parto\* tive que permanecer em UCIN (Unidade de Cuidados Intensivos Neonatais). Fui amamentá-la e a envolvia cada vez que estava desperta. Quando estava dormindo (que foi muito durante essas primeiras 24 horas), tratei de descansar em meu quarto já que fui submetida a uma cesárea. Depois das primeiras 24 horas, e como ela ia evoluindo bem, o cardiologista rompeu o protocolo e permitiu que ela ficasse comigo (geralmente os bebês vão direto para casa depois de sair da UCIN, mas eu não queria isso, a não ser que fosse absolutamente necessário). Tinha que levá-la à enfermaria cada duas horas para checar seu coração e oxigenação. Ao terceiro dia, quando pensávamos que iríamos para casa na manhã seguinte, os níveis de oxigenação de Mary baixaram até 60' (o normal é 100', mas com seu problema seria um bom resultado se estivesse entre 80 – 90). Então tive que voltar à UCIN onde lhe administraram medicamentos para ajudar que a válvula se abrisse temporariamente e também a sedaram enquanto esperávamos sua cirurgia. Esteve sedada de domingo a noite até a quarta-feira de manhã quando teve espaço na sala de cirurgias.

Eu pedi às enfermeiras que me trouxessem um extrator de leite quando Mary nasceu já que eu sabia que não ia poder amamentá-la imediatamente. Então tinha o extrator em meu quarto e comecei a extrair meu leite tão logo quando soubemos que tinha que operá-la.

Não consegui coletar muito leite, mas ela havia mamado bem esse fim de semana, assim, seguí extraindo mais leite. Depois da primeira cirurgia aos 6 dias de nascida, pude ficar com ela em seu quarto. Esteve entubada durante as primeiras 24 horas, porém quando lhe tiraram os tubos (deixou o ventilador), os médicos disseram que podia tomar pequenos goles de leite materno com a mamadeira, para ver como ia. E foi muito bem (minha mãe lhe deu com mamadeira), e depois tratei de amamentá-la. Ela era muito lenta para mamar, mas no hospital me disseram que eu não me preocupasse que tudo ia melhorar quando estivéssemos em casa. Saímos do hospital 3 dias depois da cirurgia e a levamos ao nosso lar.

Já em casa, continuei extraindo o leite e amamentando-a. Também era muito lenta em casa. Era doloroso, mas eu sabia que valia a pena (tenho dois filhos maiores que amamentei mais de 3 anos). Mary esteve muito saudável enquanto esperávamos sua segunda cirurgia. Muitos bebês "coração" não ganham muito peso até que tenham uma reparação completa. Porém, Mary era a imagem da saúde. Cada vez que um profissional médico comentava a saúde que se via, eu lhes explicava que estava amamentando-a. Aqui está Mary antes da cirurgia – <http://marymyheart.blogspot.com/2008/04/blog-post.html>

Depois de sua cirurgia maior (durante a qual também extrai-me leite) e tão logo foi capaz de mamar, só a amamentei. Não nos complicamos com a mamadeira. Disse à enfermeira que ia ter o cuidado de não dar muito no início. Pude carregá-la com cuidado e amamentá-la. Às vezes só me inclinava sobre seu berço e a amamentava de pé para não ter que envolvê-la já que tinha uma incisão grande no peito e estava conectada a menos aparatos, e isso me permitiu tê-la em minha cama do hospital! O pessoal de Loyola era muito atencioso. Durante todo o processo comentei que sabia que eles teriam todos os cuidados médicos necessários, mas que eu também estava preocupada por seu bem estar emocional.

Temos sido muito, muito abençoados de ter Mary, mesmo quando temos que realizar exames de vez em quando – acaba de ter uma ressonância magnética em setembro de 2011, na qual teve que ser sedada. Eu me asseguro de estar com ela antes de ser sedada e tão logo desperta de qualquer procedimento.



*Mary com seus irmãos maiores.*

---

**Gabi Reczek**, mãe de 3 filhos amamentados, Líder da LLL em Lombard, Illinois, EUA

Email: [greczek2000@yahoo.com](mailto:greczek2000@yahoo.com)

Websites: <http://marymyheart.blogspot.com/> e <http://homemademama.blogspot.com/>

**Nota Editorial:** *A tetralogia de Fallot*

*Dano do coração que apresenta quatro problemas:*

- i) um orifício entre as cavidades inferiores do coração*
- ii) uma obstrução do coração aos pulmões*
- iii) a aorta (vaso sanguíneo) se encontra sobre o buraco nas cavidades inferiores*
- iv) o músculo que rodeia a cavidade inferior direita se torna muito grosso.*

**9. Minhas Diferentes Experiências de Amamentação**

**Maria Sortino, Argentina**

Paula, minha filha mais velha e única menina, nasceu pouco depois de minha primeira residência médica em Neuquén, Patagônia, Argentina. Meu marido e eu éramos médicos rurais conhecidos trabalhando em Loncopué, uma pequena cidade com uma população urbana e rural de 3000 habitantes. Morávamos em uma casa por trás do hospital, em apenas 60 metros (0.04 milhas), onde trabalhávamos com outros médicos, fazendo cerca de 10 nascimentos por ano. Depois da licença maternidade de 2 meses e minhas férias, voltei ao trabalho quando minha filha tinha 3 meses. Matilde, a jovem que cuidava dela, levava minha filha cada vez que necessitasse amamentá-la. Ela quase não chorava e era muito tranquila.

Ainda lembro como minhas mamas se encheram e sentia um formigamento quando examinava meus pacientes sabendo que em 2 ou 3 minutos minha filha estaria em meus braços. Eu dizia a minhas enfermeiras que era o momento de amamentar minha pequena. Enquanto as enfermeiras se ocupavam com os pacientes, Paula e Matilde chegavam na hora prevista, sem falta. Eu a amamentava e acariciava sentindo-me completamente satisfeita enquanto meu leite quente fluía de minhas mamas. Como poderei descrever a satisfação que sentia nesse momento? Eu a amamentava exclusivamente até que introduzimos os alimentos complementares; nessa época a recomendação era começar com os sólidos aos 4 meses. Eu não sabia então que era melhor dar o peito até 6 meses de forma exclusiva. Paula foi a única a quem amamentei só 12 meses. Sempre me entristeço, pois não sabia o que sei agora sobre a forma de prolongar este tempo belo da amamentação.

A bela experiência da gravidez de minha filha foi diferente em comparação com meu segundo filho Pedro. Sofri por 4 semanas ameaças de parto prematuro e finalmente precisei de muito descanso. Apesar de ter muitas amigas na cidade que me visitavam, minha família estava muito longe. Passei longas horas na cama, atendida por Matilde. Paula, uma menina doce de um ano e meio de idade, me acompanhava em meu descanso, enquanto pintávamos lençóis para a cama de Pedro e tecíamos sapatinhos ou botinhas. Fiz um bolso à mão para um vestido e enviei para minha mãe um pano de mesa e um jaleco para minha irmã. Perceberam rapidamente que eu estava doente e em repouso e vieram me visitar...se eu tive tempo de tecer significava que tinha um montão de tempo livre. Meu descanso terminou no 8º mês e Pedro nasceu sem problemas. Não sei se foi a gravidez difícil ou o profundo temor de perder meu bebê, mas por alguma razão amamentar a Pedro foi mais difícil.

Disseram-me que amamentasse 10 minutos em cada mama, a cada 3 horas. Penso que se tivesse praticado a amamentação espontânea e soubesse tudo o que sei hoje...sobre como funcionam as mamas, tudo seria diferente. Achava que ao dar de mamar como eu fiz, não “viciava a mama” e meu bebê não chegava a tomar o leite mais rico em gordura. Pobre filho! Pedro chorou muito e eu não sabia o que fazer. Mesmo sabendo que a mamadeira e a fórmula não eram bons, recorri a elas depois de 3 meses o que não nos ajudou a resolver nada.. A amamentação não foi exclusiva; utilizei a alimentação mista (leite materno e fórmula) por 7 meses. Eu não sabia que se eu desse 100ml de qualquer líquido a uma criança, as glândulas mamárias produziram 100ml a menos, e se lhe desse 200ml, as mamas produziram 200ml a menos. Assim é quando se escuta a frase: “não tenho mais leite” e algumas mães seguem dizendo isso.

Francisco, meu terceiro filho, era muito tranquilo, tão tranquilo que chamava a atenção. Esta terceira gravidez ocorreu durante o 3º ano de minha segunda residência médica. Como foi difícil estar grávida, fazer 2 turnos por semana, com 2 crianças pequenas que eram atendidas pelo serviço doméstico! Estou segura de que se tivesse que voltar a viver minha vida, só teria filhos depois de terminar minha residência. Talvez seja de minha personalidade me preocupar para ter mais tempo com eles, para aprender a desfrutá-los, para amá-los e mimá-los mais. Criar filhos pequenos é belo por si só. Do contrário teria filhos quando as leis permitissem uma licença maternidade prolongada para a amamentação; penso que um período de dois anos seria muito adequado.

A amamentação foi fácil com Francisco porque era “como se ele soubesse.” O fato é que eu sabia mais sobre as técnicas para ordenhar o leite manualmente e amamentei-o exclusivamente até os seis meses. Amamentava-o no momento certo, eu estava mais tranquila. Devido ao meu instinto maternal e como ele ia crescendo bem, decidi postergar a introdução de alimentos complementares, ainda que os médicos estivessem indicando

introduzi-los a partir dos 4 meses. Foi muito bonito dar o peito nesse período em comparação com o estresse da alimentação com mamadeira aos 8 meses quando foi desmamado. Não tenho dúvidas de que amamentar a Francisco era um relaxamento importante na vida agitada de uma mãe, esposa, médica e residente.

Quando Francisco completou 5 anos, meu marido e eu nos divorciamos e foi um momento doloroso para todos. Mais tarde, o amor trouxe para minha vida um marido e outro filho e uma filha – Rocio e Manuel – de idades similares as de meus 3 filhos. A família cresceu mais, cinco anos depois ao receber Lucas, meu quarto filho e o menor. O que me lembro de minha gravidez com Lucas é meu cansaço em consequência da falta de tempo, o trabalho, uma família maior com suas demandas e a fadiga crônica que conduziram à fibromialgia\*. Eu tinha que ter repouso absoluto na cama fora do hospital. O nascimento de Lucas foi normal, porém tudo o mais foi diferente já que o cuidado de Lucas foi compartilhado com meu companheiro. Sempre senti sua ajuda e compreensão.

Por um par de anos, com um grupo de colegas médicos e enfermeiras, estivemos promovendo o aleitamento materno, especialmente durante a Semana Mundial de Amamentação (SMLM). Entretanto, para a SMLM 1996, grávida de Lucas (4º e último filho) e devido ao meu repouso absoluto durante este período, preparei 60 babadores como lembranças para o hospital. Cada um tinha um desenho pintado em miniatura e um selo que dizia “mãezinha, dá-me mama”. Assim foi como minha paixão por este trabalho iniciou, para ajudar a outras mães a amamentar com sucesso. Como defensora da amamentação sempre existiu outra forma de amar, outra maneira de amamentar.

**Mary Sortino**, mãe de 4 filhos, pediatra e IBCLC: é uma filha de 5 irmãos de ascendência siciliana, nascida em Santo Andrés, Mendonza, ao pé dos Andes, Argentina. Sua infância foi feliz em um bairro cheio de música, canções e festas. Seus pais se mudaram cedo para trabalhar em Mar del Plata, Argentina, frente para o mar Atlântico. Graduou-se na Universidade Nacional de La Plata, Faculdade de Medicina.  
E-mail: marysortino@gmail.com

**Nota Editorial:** \* *Fibromialgia (FM ou FMS) é uma condição médica que se caracteriza por dor crônica generalizada e alodinia, alta e dolorosa resposta à pressão.*  
<http://en.wikipedia.org/wiki/Fibromyalgia>  
*A fibromialgia é um transtorno caracterizado por dor no músculo esquelético generalizado acompanhado de problemas de fadiga, sono, memória e estado de ânimo.* <http://www.mayoclinic.com/health/fibromyalgia/>

## 10. Sim, posso amamentar meu filho

**Alanna Felix, República Dominicana**

Meu nome é Alanna Felix, tenho 25 anos e recentemente dei à luz a minha segunda cria. Estou muito feliz de compartilhar minha história maravilhosa com a amamentação.

Meu primeiro filho não mamou mais de dois meses por causa da cultura familiar e da minha ignorância que me fazia pensar que meu leite era insuficiente. No entanto, desde a minha segunda gravidez, uma amiga do trabalho me contou sobre o aleitamento materno, sua importância, os benefícios que ela viu para sua filha e da inclusão em um excelente fórum pró-amamentação para ajudar as mães a terem sucesso durante a fase de amamentação.

Sempre me pareceu que nós, como mulheres, somos capazes de alimentar nossos filhos somente com nosso leite, e confirmei quando dei à luz que sim, é possível. Meu segundo filho (Ismael) nasceu às 8 da manhã, mas infelizmente eu tive que me submeter a uma cesárea mesmo o primeiro tendo sido parto natural (mas isso é outra história).



*Alanna e seu bebê.*

Ao ser admitida e enquanto eu era anestesiada, o pediatra que iria receber o bebê perguntou ao meu marido sobre mim e meu filho anterior (onde nasceu, quanto pesou, e a questão principal: o que tomou ao nascer). Eu, já deitada e apavorada, respondi, e finalmente ele me pergunta qual leite iria dar a meu bebê para mandar buscar. Com medo respondi sem pensar: NENHUM comprado, eu trouxe o meu ..... Por favor, que ele mame imediatamente. O fato é que o bebê nasceu bem.

Após umas duas horas na sala de recuperação, fui levada para o quarto, pedindo imediatamente que me trouxessem meu bebê. Ignorando as histórias da família e dos amigos que a cesárea não dá leite logo e que me incomodaria ter o bebê perto da cicatriz, que meus seios não iam encher, etc. Peguei meu moleque e iniciei nosso trabalho. O bebê teve uma pega perfeita e passamos o dia muito bem. À noite, a enfermeira me avisou que os bebês devem dormir no berçário por uma questão de segurança e eu retruquei categoricamente que não concordava. De fato me trouxeram uma caixa de fórmula e disseram que eu tivesse três mamadeiras a mão para que, caso ele gritasse eu lhe desse. O que eu fiz foi dizer que sentia muito, mas que ele não tomaria e acabaram no lixo. Para todos, eu era como um animal que sentia que sua cria estava sendo ameaçada. Foi lindo alimentar o meu filho sem ter que contar com a fórmula. Depois que eu fui atacada, todos na clínica me admiravam na saída. Assim são as pessoas ...

Chegamos a casa e apesar de eu acordar toda hora não sucumbiu nem às críticas da minha mãe: "... e você vai passar a noite com o rapaz grudado no peito.... dá logo uma madeira, porque teu leite não está satisfazendo-o". Nem ouvia e respondia: "A mamadeira ele já tem com o meu peito"... e assim passamos todos os dias, sem parar, até hoje que já temos três meses e meio. Minha mãe hoje diz com orgulho que seu neto é puro peito... agora, certo? ... hehe

Eu entendi que para ter sucesso você tem que acreditar em você, eu pensei que eu poderia dar ao meu filho o melhor de mim e é isso que faço. Meu marido e o fórum têm sido muito úteis para o apoio, e perseverança é o que precisamos para continuar amamentando. Meu primeiro mês foi difícil, mas eu nunca deixei de amamentar e nunca complementei com fórmula; é preciso sacrifício, mas é o seu filho e por ele vale a pena.

Embora eu tivesse uma rachadura no mamilo esquerdo que doía muito quando o bebê pegava, eu o colocava para mamar e dizia "Você vai curar Alanna .... ISMAEL precisa de seu leite". Era uma anestesia mental e funcionou colocar um pouco do leite na ferida; depois de 3 semanas, Santo remédio. Bem, é preciso ter fé e realmente acreditar que não há nada melhor do que você para alimentar o seu bebê.

Outro desafio que eu tive na amamentação foi conseguir armazenar o meu leite para quando voltasse ao trabalho. Ismael já tem 3 meses e para continuar amamentando sem interrupção pedi férias logo depois da licença. O fato é que eu volto a trabalhar em janeiro, na verdade, no primeiro dia útil.

Para mim foi uma preocupação desde o início como iria amamentar o meu bebê. Procurava no fórum, lia sobre a experiência de outras mães em tirar o leite, procurando opções online de diferentes bombas até que um dia, eu me lembro de ter um mês de dar à luz, decidi tentar ordenha manual, isto é, com a mão mesmo (incrível!) e percebi que poderia tirar de um peito cerca de 110 ml, depois o outro, quase 110, e isso realmente me deu tanta emoção que disse: "Alanna: enquanto não comprar uma bomba começa a tirar todo dia" e foi assim que eu comecei, não acreditava, mas ainda não tenho o extrator, e manualmente todos os dias tiro de 220 a 420 ml para guardar. Eu tenho hoje congelado cerca de 8 litros e isso me motiva a continuar amamentando cada vez que eu faço. Em suma, se queremos continuar a amamentação podemos alcançar o impossível.

Estou muito feliz de amamentar com sucesso e espero fazê-lo com Ismael e com outros bebês que um dia eu tiver. É possível, sem dúvida nenhuma .... mas a decisão é só nossa.

-----  
**Alanna Felix**, Mãe de Ismael (3 meses e meio), 100% amamentado  
E-mail: [alanna.felix@yahoo.es](mailto:alanna.felix@yahoo.es)

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

## 11. 14 Maneiras nas quais os Pais podem envolver-se com seu Bebê Amamentado/a Christie Haskell

1. **Encarregue-se de dar banho.** Bem, supondo que seu bebê goste de tomar banho. Se não, melhor ficar com a parte de secar e vestir o bebê.
2. **Cante.** Não só ajuda a desenvolver a sua linguagem, mas, eu garanto que ele vai derreter assistindo papai cantar.
3. **Brinque com o bebê;** um brinquedo ou simplesmente usar as mãos. Um pai que gosta de exercício físico, brincar com as crianças pode ajudar seu bebê a seguir um objeto com seus olhos ou tentar chegar a um brinquedo.
4. **Carregue seu bebê!** Coloque-o no carregador e o leve para um passeio ou até mesmo nos braços quando sentado em uma poltrona. Sem camisa, pele a pele é um dos maiores benefícios (ou pele a pêlo como seria? Aprendizagem tátil).
5. **Atenda as necessidades dos outros/as.** Fraldas podem não ser a melhor opção, mas envolver o pai, fazê-lo vestir o bebê ou auxiliar em quaisquer outras tarefas para aumentar a sua participação e não ser apenas um espectador.
6. **Vá ao pediatra,** envolva-se e leia sobre qualquer/todas as opções ou discussões sobre a saúde do seu bebê.
7. **Aprenda linguagem corporal** e ensine a linguagem de sinais e obviamente linguagem verbal. Um pai que entende as necessidades do seu filho / filha através da linguagem corporal pode desfrutar de uma comunicação precoce.
8. **Faça massagem no bebê.** Não só ajuda a aliviar o estresse (tanto pai quanto bebê), mas também tem muitos benefícios de saúde.
9. **Leia.** Não importa o que. A língua falada versus o registro ensinam habilidades de linguagem não importa se é um artigo sobre finanças ou um livro de mistério (Bem, talvez não o último).
10. **Traga o bebê para sua cama durante a noite.** Se você não gosta de compartilhar a cama, o pai pode acordar para cuidar de seu bebê e também ajudá-lo a voltar a dormir. Durante o dia, na hora da sesta, o pai se encarrega de enviar o bebê à terra dos sonhos.
11. **Que papai faça a dança do gás.** Muitos homens instintivamente seguram o bebê boca para baixo sobre seu braço, com a cabeça perto da dobra do seu braço, mão, geralmente apoiando a barriga do bebê. Esta é uma posição fantástica para ajudar a aliviar problemas de estômago.
12. **Façam-nos rir.** Geralmente, os pais, magicamente, fazem os bebês rirem com vozes estranhas, caretas ou qualquer outra palhaçada. Se pode fazê-lo rir uma vez, não esquecerão nunca (contam com orgulho).
13. **Misturar na hora da sesta.** Compartilhar a cama, com os outros irmãos / irmãs maiores, eles podem dormir a sesta com o pai ou mesmo podem colocar o bebê no peito do pai durante a leitura de um livro ou assistindo TV. Bebê dormindo no colo é um dos meus momentos favoritos!
14. **Torne-se fã da amamentação.** Um pai que compreende a importância do aleitamento materno é menos passível de sentir que lhe roubam seu tempo.

Eu tenho certeza que existem muitas coisas que os pais podem fazer. O que mais você pode fazer com seu bebê quando ele não está mamando? O pai pode fazer tudo exceto amamentar, especialmente se lhe derem a chance. Dê-lhe muito tempo de qualidade e deixe que aprenda com seu bebê também. A hora de se alimentar é muito importante para cada bebê, mas é apenas uma pequena parte do que eles precisam. Tenho certeza de que há um monte de coisas que eu esqueci e outras que vocês podem dizer também. Como passar tempo de qualidade com seus bebês e seus pais – além de tempo de alimentação?



Adaptado de 14 formas nas quais os pais podem se comprometer com ser bebês amamentados, por Christie Haskell. Veja <http://www.bestforbabes.org/14-ways-for-dads-to-be-engaged-with-their-breastfed-babes>

## 12. Rol Machista nos Meios de Comunicação de Massa

Arturo Arteaga Villarroel, México

Quero compartilhar com vocês o grande prazer que me deu ao saber que no México há protestos contra as empresas que anunciam seus produtos de forma machista. Por exemplo, um produto que acelera o processo de passar roupa “Mães passam roupas durante muitas horas”. Surgem questões sobre por que salvar a mãe? Será que a mãe, é a única que realiza essa atividade? É uma atividade “feminina”? E embora a nossa situação seja da mãe que passa roupa, não é verdade que o produto maravilhoso ajuda toda a família a passar mais tempo juntos?

Isto me fez lembrar que um progresso significativo contra o racismo resultou de programas como “Barney” – que mostra as crianças de diferentes raças se divertindo - Apresentando como uma situação “normal”, onde todos podem compartilhar momentos de diversão, independentemente de suas características físicas.

Parece-me que a procura por melhores formas e conteúdo na mídia de massa, acabará por ajudar a alcançar uma mudança em nossas sociedades, ao apresentar como “normal”, realidades mais justas e consistentes.

Qual seria o impacto de um anúncio de roupas de bebê, brinquedos educativos ou algum sabão de lavar louça, onde se vê uma mãe amamentando e o pai lavando pratos, enquanto as crianças brincam?

Este caminho exige, é claro, em primeiro lugar, que tanto os homens, como nossas parceiras, evoluam em direção a novas formas de pensar.

A princípio, parece que a relutância em mudar a esse respeito pode vir dos homens, no entanto lembro-me de uma conversa que minha esposa teve com um colega de trabalho! A situação econômica da família tinha melhorado e ele disse à esposa que queria comprar uma máquina de lavar roupas. A esposa, muito afetada, questionou se ele precisava de alguma coisa, se ele tinha qualquer queixa sobre ela, se não a considerava “mulher” o bastante para ele e se ele pensava que ela precisava de ajuda... Eu acho que não é necessário fazer mais comentários sobre o assunto.

Não se trata apenas de estar na moda e ser justo ou para ganhar a crítica, respeito ou admiração dos outros. Estou convencido de que isso pode ir mais além. Temos a oportunidade de evoluir em relacionamentos mais equitativos e à medida que aproveitamos cada oportunidade que surge, podemos apreciar a vida mais plenamente, porque descobrimos que não amamos nosso cônjuge pelo dinheiro que eles trazem para casa, ou porque lavam a roupa e fazem a comida, mas por causa de quem ele é e por sua disposição de partilhar a sua vida com a gente.

-----  
**Arturo Arteaga Villarroel**, casado durante 23 anos, pai de 3 crianças amamentadas: Jesus (19), Alberto (15) e Ricardo (15). Com sua esposa tem liderado um grupo de apoio há mais de 10 anos. Ele também participou das reuniões anuais da LLLI onde famílias inteiras foram convidadas a ficarem em sua casa, na Cidade do México. Recentemente se mudaram para Querétaro, ele é Engenheiro em Sistemas de Computação com pós-graduação em Programação Neuro Linguística e um mestrado parcial em Planejamento e Sistemas.  
E-mail: arturoa36@hotmail.com

## 13. E- Boletim da Iniciativa dos Homens

O boletim iniciativa dos homens é publicado duas vezes por ano e tem como intenção criar um ambiente onde os homens participem junto com as mulheres na promoção do apoio à amamentação e cuidados com bebês, crianças e bebês.

O tema do boletim de Dezembro de 2011 pode ser baixado aqui:  
[http://www.waba.org.my/whatwedo/mensinitiative/pdf/mi\\_e\\_dec2011\\_eng.pdf](http://www.waba.org.my/whatwedo/mensinitiative/pdf/mi_e_dec2011_eng.pdf)

Os conteúdos desta edição incluem:

- O papel dos homens e do gênero no planejamento familiar
- Bebe 7.000 milhões em todo o mundo
- Zâmbia Aplica artigos do código
- Reunião de sócios COL HC na África do Sul
- Semana Mundial de Aleitamento Materno 2011
- Os pais podem apoiar o aleitamento materno
- A revisão da Estratégia do Aleitamento Materno
- PCF7 a ser realizada na Nigéria em 2013
- Participação dos Pais de Baixa Renda
- País Filipinos trabalhadores comprometidos
- Canadá apoia a ação da SMAM
- Suazilândia: País não estão fora
- Apoio à Semana Mundial na América do Norte

**Nota Editorial:** *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.*

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 Acha Nei, <camlink2001@yahoo.com> ou aos responsáveis regionais:

- Europa – Per Gunnar Engblom: pergunnar.engblom@vipappor.se
- África – Rae Maseko: maseko@realnet.co.sz
- Ásia do Sul – Qamar Naseem: bveins@hotmail.com
- América latina e Caribe, Arturo Arteaga Villaroel: arturoa36@hotmail.com ou visite o site: <http://www.waba.org.my/whatwedo/mensinitiative/index.htm>

## ATIVISTAS DE ALEITAMENTO MATERNO

Muitas pessoas em todo o mundo estão trabalhando fielmente e com dedicação para apoiar as mães em suas experiências de amamentação. Neste número as editoras e o GTAM querem destacar duas ativistas em amamentação de dois diferentes países, Bernadette Stabler da Alemanha e Zilda Magalhães do Brasil.

### 14. Minha Querida Madrinha

**Bernadette Stäbler: Lidia de Veron, Paraguai**

Chegou ao Paraguai vindo da Alemanha na década de 80, com dois filhos, Thomas e Dominik, acompanhando o marido Dieter, que veio para trabalhar no Colégio Goethe de Assunção. Vivendo no Paraguai deu à luz Katrin Anahí a quem chamavam de “nossa paraguaiazinha”.

Bernadette, esta mulher maravilhosa e doce tão cheia de amor, tão cheia de vida, queria presentear o Paraguai com um presente que pudesse perdurar e dar um pouco de si mesma, em seguida, fundou La Leche League do Paraguai, em 6 de Setembro 1983, acompanhado de algumas mães e pediatras.

A generosidade e dedicação de Bernadette foi testada apenas duas semanas após a partida de sua jovem filha Katrin Anahí, quando chegou o dia da reunião do grupo de apoio. Bernadette, como sempre com um sorriso, abriu as portas de sua casa para saudar as mães que vieram para compartilhar suas experiências. Ela coordenou a reunião com integridade sem permitir que sua grande perda a derrubasse.



*Bernadette Stäbler nas Bodas de Prata da La Leche League de Paraguai.*

Talvez ela quisesse compartilhar sua tristeza e nostalgia, mas não quis “misturar as coisas.” Naquele tempo também continuou a visitar as mães da Maternidade da Cruz Vermelha do Paraguai, dando apoio para superar as dificuldades encontradas com a amamentação e cuidados de seus bebês.

Bernadette, uma pessoa simples, compartilhava com seus vizinhos do bairro San Cristóbal sem olhar para as suas condições, acompanhando as suas experiências, orientando-os no cuidado de crianças, com amor. Ela sempre foi muito atenciosa com a notícia do nascimento de todas as crianças do bairro, visita e com grande ternura e respeito, incentivou as mães e famílias para proporcionar o melhor para o novo membro.

Foi muito bom ver Bernadette com seu marido e filhos andando pelo bairro de bicicleta, cumprimentando e compartilhando com as pessoas.

Eu tenho lindas lembranças de Bernadette desde que a conheci. Naquela época eu estava esperando meu filho Diego Martin. Eu me lembro da alegria que senti quando fui convidada para participar da reunião do grupo de apoio da La Leche League. Foi muito gratificante para mim sua visita no hospital, quando olhou carinhosamente para o meu filho como se fosse o único.

Ela e sua família voltaram para casa no final de 1987, mantendo-se os laços de amizade e carinho com os amigos, vizinhos, especialmente com sua amada LLL Paraguai. Em todas as suas visitas ao Paraguai participa de pelo menos uma reunião do grupo de apoio.

Para a celebração das “Bodas de Prata da LLL” tivemos a sorte de tê-la conosco, ela e sua família: Então, pudemos expressar nosso amor e gratidão à querida Bernadette, minha madrinha querida.

-----

**Lidia de Verón (Lily)**, Mãe de 5 meninos e 2 meninas, com 3 netos, um deles no céu. Ela é psicóloga especializada em Educação e Desenvolvimento Infantil. Ela foi credenciada como líder pela La Leche League Internacional em dezembro de 1987, tendo sido acompanhada durante todo o processo por Bernadette Stabler. Desde então, mantém grupos de apoio, em casa e no hospital e um lar para mães adolescentes. Acompanhou o processo de várias aspirantes à líderes no Paraguai.  
E-mail: lilygdveron@gmail.com

## 15. Que podem fazer 22 Pernas Masculinas...

Elizabeth Gavilan, Paraguai

O que podem fazer 22 pés masculinos... para o futuro de um país? Neste instante (24 de julho de 2011), uma grande parte da população do Paraguai colocou sua confiança em 22 pés masculinos ... O time nacional de futebol está tentando vencer a final da Copa América. Se o time ganha - quanto tempo dura a euforia?

Existem outros esforços cujo impacto dura mais tempo. Um deles é o da Bernadette Stabler, de origem húngara e mãe de cinco filhos / as, há 28 anos, a esposa de um professor alemão de ciência temporariamente radicado no Paraguai. Ela fundou o capítulo paraguaio da La Leche League (LLL), que se tornou uma ONG reconhecida com 16 líderes. Eu me sinto muito honrada em ser uma delas!

Para muitas mães pode ter acontecido o mesmo que aconteceu comigo: a primeira reunião de apoio de mãe para mãe que eu assisti na casa de Bernadette mudou minha vida. Bernadette, seus esforços me puseram em contato com as mães que estão certamente entre as pessoas mais nobres deste país e em toda a América Latina, nobres por sua atitude em relação à vida, seus filhos / as e famílias. Bernadette aproximou-se de nós e nós entendemos muito mais o compromisso de mães que nos permite sentir a felicidade que ela implica. Você nos deu um livro bilíngue sobre a criação de crianças com amor. Por outro lado, teve de lamentar a morte repentina de sua filha pequena no Paraguai. Mas você continuou visitando as mães de baixa renda no Hospital da Cruz Vermelha, em Assunção, para assegurar-lhes que faziam o melhor em amamentar tão naturalmente como suas mães e avós fizeram. Agora temos que passar a chama do amor para as mães jovens no Paraguai.

De volta à Alemanha com seu marido recebeu a bênção do nascimento de mais dois filhos. Ambos nutrem muito carinho pelo Paraguai, país que faz parte de sua história familiar, crescendo sabendo apreciá-lo.

Bernadete fundou outro grupo de La Leche League em sua cidade natal. Em 2002, na Alemanha, foi co-autora de um livro para profissionais de saúde sobre aleitamento materno que ajudou a abrir o caminho para este tema. Este livro apresenta La Leche League Internacional como uma organização de apoio para mães que amamentam e descreve sobre suas experiências em contextos sociais como líder da LLL em áreas urbanas e rurais do Paraguai.

Como professora e formadora de professores da língua francesa, aproveita a oportunidade para promover o aleitamento materno entre suas alunas. Nós também podemos aprender com você, Bernadette, sobre a tenacidade e criatividade, que precisamos mais do que nunca para combater de maneira pacífica qualquer adversidade que possa surgir contra os direitos das mães e seus bebês de permanecerem inseparáveis na amamentação. Nossos maridos e filhos seguirão seus passos. Assim, mais e mais pessoas sabem como é sentir a verdadeira felicidade e como é mais duradoura do que a memória de qualquer campeonato ganho.

**Elisabeth Gavilan**, Coordenadora de Distrito da La Leche League do Paraguai, imigrante alemã casada com paraguaio e mãe de 4 filhos, três amamentados. É especialista em ambientes amigáveis de aprendizagem na infância e facilitadora de ICDP (Programa de Desenvolvimento Internacional da Criança).  
E-mail: vidaplena@tigo.com.py

## 16. Trabalhando caladinha pela amamentação

**María Lucia Futuro Mühlbauer, Brasil**

Zilda Magalhães entrou para as Amigas do Peito na mesma época que eu, em 1984. Sua primeira filha é mais ou menos da mesma idade do meu quarto filho que mamavam naquela época. Só a conheci um ano depois numa reunião de coordenadoras pois morávamos distantes uma da outra ( em cidades vizinhas). Foi uma das situações pelas quais tenho imensa gratidão. Zilda é uma pessoa especial. Economista de profissão, caminhante por vocação, militante pela amamentação por desejo, muito ajudou no meu desenvolvimento, sendo o lado pragmático dos meus devaneios, quem me fazia olhar para as reais possibilidades de execução dos projetos.



*Zilda Magalhães em sua reunião de grupo de apoio ao ar livre.*

Caminhante empedernida fez trilhas das mais diversas pelo Brasil afora, pela América Latina, América Central e Europa. Completou os 37 dias do Caminho de Santiago quando fez 60 anos, e este ano chegou a Santiago de Compostela pelo caminho de Portugal. Esta disciplina, entusiasmo de vida e atenção à meta que se propõe tem ajudado as Amigas do Peito a se manterem. O estoque de slings e kepinas que ela faz com constância que são vendidos para pagar parte das taxas de manutenção da Sede das Amigas do Peito, uma sala na Rua do Catete Rio de Janeiro.

Agradeço a Deus ter como amiga esta brava companheira.

**Maria Lúcia Futuro Mühlbauer** – Mãe de filhos 5 adultos que foram amamentados. Amiga do Peito desde 1984, membro da IBFAN Brasil desde 1987. Especialista em Educação Lúdica. Autora de livros infantis.  
E-mail: mluciafuturo@gmail.com ou amigasdopeito@amigasdopeito.org.br

We would like to also recognise all those who indirectly support breastfeeding, through their support OF a breastfeeding advocate! Thank you!



### NOVAS DIRETRIZES PARA 2012

Para começar 2012, queremos honrar a MUITAS pessoas que lutam pelo aleitamento materno. Por favor, mande 3-5 frases (75 palavras ou menos) sobre a pessoa que você acha que deve ser reconhecida por promover, proteger e apoiar o aleitamento materno.

## 17. Herbert Spencer Ratner

Herbert Spencer Ratner (também conhecido como Herbert Albert Ratner) (23 de maio de 1907 - 6 de dezembro de 1997), médico americano, foi diretor de saúde pública para a comunidade de Oak Park, Illinois (EUA) por 20 anos. Defensor dos padrões de cuidados primários com base em medicina natural, também foi um defensor de longa data do consentimento médico informado. Por mais de 29 anos (1968-1997), Dr. Ratner foi o editor da revista Criança e Família, uma revista destinada a paramédicos com publicação de artigos sobre o Juramento de Hipócrates, o desenvolvimento da criança, saúde da mulher e questões relacionadas com a saúde da família.

De 1956-1997, atuou como consultor sênior da La Leche League Internacional e foi considerado pela organização como um de seus "pais fundadores". Em maio de 1962, o Centro para o Estudo das Instituições Democráticas (série americana em números) publicou uma análise histórica de Ratner sobre o estado da medicina norte-americana que mais tarde foi reimpresso no Saturday Review. Em 1967, o Dr. Ratner ajudou a fundar e tornou-se secretário-tesoureiro da Comissão Nacional sobre a Vida Humana, Reprodução e ritmo. Seu interesse principal era sempre a saúde mental preventiva da família, com destaque para os três primeiros anos de vida como momento crítico para o desenvolvimento da saúde mental. Ao longo de sua carreira, deu palestras incontáveis aos pais sobre as necessidades emocionais dos filhos. Ele também publicou extensivamente sobre este tópico na revista Criança e Família .

Dr. Ratner morreu aos 90 anos, em 6 de dezembro de 1997, em Fairview Park, Ohio, EUA

Adaptado de [http://en.wikipedia.org/wiki/Herbert\\_Ratner](http://en.wikipedia.org/wiki/Herbert_Ratner)

**Nota das Editoras:** *Gostaríamos de reconhecer todos aqueles que apoiam indiretamente o aleitamento materno através do apoio a um ativista da amamentação. A vocês, nosso muito obrigado!*

## NOTÍCIAS DO MUNDO DA AMAMENTAÇÃO

### 18. Diversas Ações de RUMBA para o 2012

Amura Hidalgo, Costa Rica

**R**UMBA conquista 2012 com uma série de ações para o qual você é convidado. A Rede Unida para Mães, Bebês e Alimentação - Rumba – prevê para 2012, uma série de atividades regionais que buscam consolidar a rede.

Jovens das mais diversas profissões, estudantes e trabalhadores de 22 países da América Latina trabalham para denunciar as práticas inescrupulosas de multinacionais que vendem fórmulas de alimentos infantis e produtos para bebês. Então, RUMBA jovens, juntou-se ao boicote contra a Nestlé e acompanha de perto os passos da Danone!

RUMBA também criou importantes laços com o movimento por um parto humanizado para combater a violência obstétrica que é perpetrada contra as mulheres, compreendendo que o direito das mães amamentarem está intimamente ligado à forma como ocorre o processo de gravidez, parto e pós-parto.

RUMBA organiza uma série de workshops em 2012 no monitoramento do Código e os direitos das mulheres, e parto humanizado respeitado, apoiar grávidas competências das mulheres yoga, grupos de apoio, massagens, meditação e muito mais. Nós convidamos você a compartilhar suas idéias e oferecemos espaço para desenvolvê-las em RUMBA!

RUMBA da Costa Rica vai sediar essas ações interessantes que podem ser combinadas com uma estadia neste belo país para o ecoturismo e/ou aprender espanhol com famílias amorosas, compartilhar amamentação e ativistas jovens nas diversas comunidades da costa, montanhas ou cidades. Participe!

Siga-nos em facebook em: rumbalac e escreva para mais informações a [rumbalac@gmail.com](mailto:rumbalac@gmail.com)

-----  
Amura Hidalgo, Coordenador de RUMBA, IBFAN LAC-Latinoamérica e Caribe. Comunicador com especialização em administração de projetos e organização de eventos.  
Email: [swamura@gmail.com](mailto:swamura@gmail.com)

## 19. Workshop Regional sobre Parto Respeitado

Katherine Rodríguez, Costa Rica

Durante 29 e 30 de Outubro de 2011, foi realizado em Costa Rica, a “Oficina de Parto Respeitado, institucionalizando Não à Violência”, organizada pela RUMBA. À procura de respostas e aprender com a experiência, conhecer, mulheres e homens de diversas profissões, o setor de saúde, parteiras, doulas, psicólogas, enfermeiras @ s, @ s @ s, pleitear, a amamentação conselheiros e, claro, mães com posições mais diferentes. Os participantes vieram de Porto Rico, Panamá, Colômbia, El Salvador, Guatemala, Espanha, Estados Unidos, Costa Rica e várias organizações como Promani, La Leche League, CEFEMINA, IBFAN, WABA, Parto Iniciativa Internacional MamáBebé...

### Resumo Workshop Regional de Parto Respeitado

O workshop desenvolveu temas como: Aspectos Jurídicos do Parto na América, decisões informadas, o feminismo e a maternidade, violência obstétrica e outros. Houve apresentações interessantes sobre Parto e Cosmovisão Maya, Medicalização do Parto, Abuso Sexual e Maternidade, e mostrou-se a experiência de grupos de apoio a mulheres que viveram a cesariana e outras experiências emocional e fisicamente dolorosas.

Notavelmente, discutiu-se a questão da violência obstétrica, termo legal cunhado na Venezuela, e que começa a ser usado em Porto Rico, Chile e outros países, descrevendo os crimes e violações dos profissionais de saúde contra os direitos das mulheres grávidas e em trabalho de parto. Algumas dessas violações incluem “atenção mecanizada, tecnicista, impessoal e massificante do parto”.

O seminário também foi uma oportunidade para apresentar a campanha de Porto Rico “Inne-cesárea”, desenhado por jovens do Mestrado em Saúde Pública da Universidade de Porto Rico. Esta campanha tem como objetivo sensibilizar as pessoas para o grande número de cesáreas realizadas em Porto Rico e na grande maioria dos países da nossa região, sem justificativa, o que viola os direitos das mulheres e afeta a sua saúde e bem-estar físico e emocional, influenciando no continuum de nascimento e amamentação.

Em fevereiro de 2012, foi o lançamento da campanha “Inne-cesárea” em Porto Rico e ao longo do ano, com a colaboração de RUMBA, e deve estender à maioria dos países da América Latina e Caribe. Você pode baixar o vídeo da campanha em espanhol e linguagem de sinais em: [http://www.youtube.com/watch?v=R9wCjE9\\_G0&feature=plcp](http://www.youtube.com/watch?v=R9wCjE9_G0&feature=plcp)

A oficina de Parto Respeitado foi facilitada por profissionais notáveis da Escola de Saúde Pública da Universidade de Porto Rico, Porto Rico, Promani-IBFAN, comprometid@s com o parto natural, humanizado e respeitado. A atividade foi organizada pela RUMBA (Rede Unida em Prol das Mães, Bebês e Alimentação), com o apoio da WABA e IBFAN América Latina e Caribe.

Mais informações sobre o parto respeitado e iniciativas: [www.draparrilla.com](http://www.draparrilla.com), [www.promani.org](http://www.promani.org) e [www.imbci.org](http://www.imbci.org). Você pode acompanhar no Facebook em [rumbalac](https://www.facebook.com/rumbalac) RUMBA e escrever [rumbalac@gmail.com](mailto:rumbalac@gmail.com) para mais informações.

-----

Por Katherine Rodríguez, Administradora e especialista em computação. Membro da Equipe de Coordenação IBFAN LAC e RUMBA.

E-mail: [rumbalac@gmail.com](mailto:rumbalac@gmail.com)

**Nota:** A foto do cartaz é Cristina Amador e Pedro Aguilar, com sua filha Mia e na barriga Zoe que já virou 1 ano / netas de Marta Trejos.



## 20. Boas perspectivas e energia renovada para GBICs – Iniciativa Mundial de Aleitamento Materno para a sobrevivência infantil

Gina Gatgens, Costa Rica

Esta iniciativa visa a ajudar a alcançar os Objetivos de Desenvolvimento do Milênio e contribuir particularmente com os Objetivos 4 e 5 na redução da mortalidade infantil e melhorar a saúde materna. GBICs desenvolve esta iniciativa em todo o mundo, ajudando a melhorar as taxas de aleitamento materno e alimentação infantil ideal. GBICs incentiva os governos a desenvolver processos nacionais para avaliar a implementação de políticas e programas relacionados à alimentação infantil, usando uma ferramenta chamada WBTi – Iniciativa Sobre Tendências da Amamentação. Os relatórios de 44 países estão disponíveis em: [www.worldbreastfeedingtrends.org](http://www.worldbreastfeedingtrends.org)

Durante a Primeira semana de dezembro de 2011, na Índia, realizou-se uma importante reunião de GBICs – Iniciativa Global para a Aleitamento Materno para a sobrevivência da criança, um programa conjunto da IBFAN e WABA que tem Cooperação norueguesa e sueca.

A última reunião do programa GBICs desenvolveu um trabalho estratégico enriquecedor e inovador, e definiu prioridades para os próximos 10-30 anos, visualizando como e onde se quer chegar. Ele também investigou a proteção da amamentação contra práticas inescrupulosas da indústria de alimentos infantis.

A Oficina de Coordenação mundial desta Iniciativa GBICS está agora em CEFEMINA Costa Rica. Para mais informação escreva a: [cefemina@racsaco.cr](mailto:cefemina@racsaco.cr)

-----  
Por Gina Gatgens, Oficina Coordenação GBICS, Costa Rica. Mãe de duas filhas, tradutora e especialista em administração e coordenação de projetos.  
E-mail: [ggmtrad@yahoo.es](mailto:ggmtrad@yahoo.es)

## 21. WABA faz 21 anos em 14 de Fevereiro de 2012

Julianna Lim Abdulla, Malásia

Em 14 de fevereiro de 2012, WABA fez 21 anos desde a sua fundação, durante a Declaração de Innocenti, como a força da mobilização popular e de ação para proteger, promover e apoiar o aleitamento materno. Como uma coalizão global de redes e organizações em rede, a essência do trabalho da WABA tem sido fornecer uma plataforma comum para facilitar a ação coletiva mundial, com a campanha da Semana Mundial de Aleitamento Materno sua atividade principal.

Vinte anos depois, a prioridade da WABA é nutrir e mobilizar os jovens para lidar com seus problemas, com ações e campanhas para proteger, promover e apoiar o aleitamento materno. Em 14 de fevereiro de 2012, WABA anunciou o lançamento de seu mais recente vídeo “Alimentar o Futuro” - “Alimente o Futuro”, um produto da SMAM 2011 e oficinas para os jovens em Penang, Malásia. Você pode vê-lo no site da WABA: <http://www.waba.org.my/>

## 22. Semana Mundial de Aleitamento Materno 2012

Para 2012, o tema da Semana Mundial do aleitamento Materno (SMAM) é *Compreendendo o Passado – Planificando o Futuro: Celebrando os 10 anos da Estratégia Mundial para a Alimentação do Lactante e da Criança Pequena da OMS/UNICEF.*

É PRECISO ATUAR – DEPOIS DE 10 ANOS DA ESTRATÉGIA MUNDIAL E 20 ANOS DA SMAM!

Vinte anos atrás, WABA – Aliança Mundial para Ação em Aleitamento Materno, lançava pela primeira vez, a Semana Mundial da Amamentação – SMAM, com o tema: Iniciativa Hospital Amigo da Criança. Muita coisa aconteceu desde então, e é hora de comemorar, mas também de olhar para trás e entender o que aconteceu e por quê. Então, podemos decidir o que fazer para que todas as mulheres possam alimentar e cuidar de seus bebês da melhor maneira.

O calendário da SMAM pode ser baixado em:

Espanhol – <http://www.worldbreastfeedingweek.org/pdf/wbw2012-cal-spa.pdf>

Inglês – <http://www.worldbreastfeedingweek.org/pdf/wbw2012-cal.pdf>

Francês – <http://www.worldbreastfeedingweek.org/pdf/wbw2012-cal-fre.pdf>

Continue informado/a sobre a SMAM em [www.worldbreastfeedingweek.org](http://www.worldbreastfeedingweek.org)

### **23. Dia Internacional das Mulheres 2012 - 8 de Março 2012**

**Sarah Amin, Malásia**

A Declaração da WABA para o Dia Internacional das Mulheres de 2012 é baseada no tema: Conectando garotas, inspirando o futuro! A declaração está disponível no site da WABA <http://www.waba.org.my/> or <http://www.waba.org.my/pdf/waba-iwd2012.pdf> e Facebook. Enquanto WABA era dirigida à mulheres e adultos, é importante incluir meninas em nossas mensagens. Enquanto as crianças pequenas são igualmente afetadas pela velocidade e as tensões da sociedade moderna, a desconexão que enfrentam as meninas em particular, têm implicações para as futuras gerações já que elas se tornam mães e alimentam seus filhos, e, portanto, não devem ser ignoradas! Dedique alguns minutos para ler a nossa Declaração e assista aos vídeos: Juventude em Ação e mulheres que trabalham.

### **24. Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMAM) da WABA –**

**A Coordenação avança**

**Sarah Amin, Malásia**

A coordenadora e vice-diretor da WABA SMAM, Julianna Lim Abdullah, pediu demissão por motivos pessoais e mudou-se recentemente para viver em Kuala Lumpur, na Malásia... WABA agradece todos os anos que Julianna dedicou serviço à rede, incluindo a coordenação da campanha da Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMAM), a gestão do programa e comunicação de informação e seu apoio ao Grupo de Trabalho de Apoio Materno durante 7 anos. Nós vamos sentir muitas saudades dela e sabemos que Julianna continuará a fazer parte da família da WABA.

Jennifer Mourin, consultora para a WABA nos últimos três anos, vai coordenar a campanha para este ano da Semana Mundial da Amamentação. Jennifer tem muitos anos de experiência em campanhas e é conhecida na rede há alguns anos. Se você quiser escrever sobre SMAM pode enviar e-mails para <[jennifer.mourin@waba.org.my](mailto:jennifer.mourin@waba.org.my)> ou para assuntos genéricos a WABA, [waba@waba.org.my](mailto:waba@waba.org.my).

Espero que você tenha muito a compartilhar com a rede global e, assim, permanecemos em contato.

-----  
Sarah Amin  
WABA, Diretora Executiva

### **25. Dia Mundial da Saúde, 7 de Abril, 2012**

Este ano, o tema do Dia Mundial da Saúde é Envelhecimento e Saúde: Boa Saúde dá vida futura, manter uma boa saúde durante toda a vida pode ajudar homens e mulheres mais velhos a levar uma vida plena e produtiva, e ser um recurso para suas famílias e comunidades. (ver – <http://www.who.int/world-health-day/2012/en/>)

A Organização Mundial de Saúde nos chama a agir e criar sociedades que apreciam e reconhecem os idosos como recursos valiosos em comunidades que lhes permitam participar. Também chama a ajudar, proteger e melhorar a saúde à medida que envelhecemos.

Junte forças com a La Leche League Internacional (LLLI) e a Aliança Mundial pro Aleitamento Materno (WABA) na celebração do Dia Mundial da Saúde 2012. Para baixar a declaração:

<http://www.waba.org.my/pdf/whd2012-eng.pdf> – Inglês

<http://www.waba.org.my/pdf/whd2012-fre.pdf> – Francês

<http://www.waba.org.my/pdf/whd2012-spa.pdf> – Espanhol

<http://www.waba.org.my/pdf/whd2012-por.pdf> – Português

## RECURSOS QUE APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

### 26. Boletim eletrônico- Grupo de Trabalho e Pesquisa da WABA, Dezembro 2011

**T**emos o prazer de compartilhar com vocês a quarta edição do boletim eletrônico do Grupo de Trabalho e Pesquisa da WABA. Disponível para download <http://www.waba.org.my/whatwedo/research/pdf/rtfnl-dec11.pdf>

A taxa de cesariana está aumentando em muitas partes do mundo. No Instituto Karolinska, na Suécia, os pesquisadores estão estudando os benefícios da promoção contato pele a pele para facilitar a amamentação e proporcionar outros benefícios. Este número é também sobre os benefícios a longo prazo do aleitamento materno para mães e filhos/as, sobre os dilemas enfrentados pelas mães trabalhadoras que amamentam e do impacto da Iniciativa Hospital Amigo da Criança no Brasil. Por fim, apresentamos um documento que descreve como as práticas de marketing da indústria afetam as decisões de alimentação infantil nas Filipinas.

O conteúdo:

- Pele a pele com parentes após cesárea: Efeito da Interação no Aleitamento Materno
- Duração da amamentação e incidência de hipertensão materna: um estudo de coorte longitudinal
- Aleitamento Materno e Desenvolvimento Cognitivo Infantil: Novas evidências de um estudo multicêntrico, randomizado, controlado.
- A amamentação no Trabalho tem que ser mais reconhecido e apoiado
- A Iniciativa Hospital Amigo da Criança mostra efeitos positivos sobre indicadores de aleitamento materno no Brasil
- A livre comercialização dos substitutos do leite materno é responsável pelo declínio da amamentação nas Filipinas?

Amal Omer-Salim e Khalid Iqbal

Co-coordenadores do grupo de Trabalho e Pesquisa da WABA

E-mail: Amal: [amal.omer-salim@kbh.uu.se](mailto:amal.omer-salim@kbh.uu.se) Khalid: [kitfeed@gmail.com](mailto:kitfeed@gmail.com)

### 27. Declaração de Princípios: O Aleitamento Materno e o Uso do Leite humano Pediatria

O aleitamento materno e o leite humano são a norma para a alimentação e nutrição infantil. Dados os benefícios médicos documentados e do desenvolvimento neurológico a curto e longo prazo da amamentação, a nutrição infantil deve ser considerada um problema de saúde pública e não apenas um estilo de vida. A Academia Americana de Pediatria reiterou a sua recomendação sobre o aleitamento materno exclusivo por seis meses seguidos de aleitamento materno durante a introdução de alimentos complementares, com a amamentação contínua por 1 ano ou mais, segundo escolha da mãe e do bebê.

Contraindicações médicas para a amamentação são raras. O crescimento do bebê deve ser controlado segundo Padrões de Crescimento da Organização Mundial da Saúde (OMS), para evitar erros de classificação como abaixo do peso ou que não progridem. Rotinas hospitalares que incentivam e apoiam o início e a manutenção do aleitamento materno exclusivo devem basear-se nos “Dez Passos para o Sucesso da Amamentação” da OMS / UNICEF, aprovado pela Academia Americana de Pediatria.

Estratégias nacionais apoiadas pelo Chamado à Ação do Diretor-geral de Saúde dos EUA, os Centros de Controle e Prevenção de Doenças e da Comissão Conjunta pretendem facilitar práticas de aleitamento

materno em hospitais norte-americanos e comunidades. O pediatra pode desempenhar um papel crítico em seus consultórios e comunidades em defesa da amamentação, por isso eles devem ter boas informações sobre os riscos à saúde de não amamentar, sobre os benefícios econômicos para a sociedade da amamentação e técnicas para promoção e apoio a díade do aleitamento materno. Em “Problemas de Amamentação” detalhes como as mães podem amamentar no local de trabalho e os benefícios para os empregadores para facilitar essa prática.

Pediatrics 2012; 129: e827-e841

Pediatrics: Revista Oficial da Academia Americana de Pediatria.  
<http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2012/02/22/peds.2011-3552.full.pdf+html>

## 28. Boletim La leche Importa Banco de Leite Humano

Em 2005, falava-se de “transtorno de déficit de natureza”, devido a problemas de saúde crescentes associados com a separação da natureza. Isso incluiria “a hipótese de sujeira” (isto é, os filhos / as que são criados em lares que são limpos demais nunca desenvolvem sistemas imunológico adequados e são mais propensos à asma e doenças autoimunes). Infelizmente, os / as jornalistas que investigam sobre este são tão distantes da natureza que eles não pensam comentar sobre uma das maiores desconexões com a natureza - a alimentação com fórmula infantil em grande escala.

A alimentação artificial é um fator importante do crescente problema de desnutrição (seja por sub o sobre alimentação). Certamente, a fórmula é um produto necessário, mas tem sido muito usada, de forma tão dramática, que muitos não estão conscientes dos riscos, para não mencionar o impacto ambiental da fabricação, embalagem e transporte de grandes quantidades de um produto que custa mais e faz menos do que o produto que você deseja substituir.

Inspira ver tantas mães que voluntariamente dão o seu leite para outros frágeis bebês cujas mães não conseguem produzir leite suficiente ou não podem mesmo estar presente. No domingo, 22 de abril é o Dia Mundial da Terra. Mães que amamentam e aqueles que as ajudam: façam um pacto. Você está na vanguarda da nossa luta ambiental.

Jacque, Editor, Boletim La leche Importa  
 E-mail: [jacque@milkatters.org](mailto:jacque@milkatters.org); [info@milkatters.org](mailto:info@milkatters.org) Site: [www.milkatters.org](http://www.milkatters.org)  
 Blog: <http://milkatters.tumblr.com/>

## CRIANÇAS E AMAMENTAÇÃO

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

### 29. Mamãe Tatu amamenta seus bebês Pushpa Panadam, Paraguai

Quando meu marido Manuel Velazquez compartilhou esta foto de uma mãe tatu amamentando seus bebês na minha página do Facebook, eu não percebi o impacto que teria sobre filhos/as.

Stephanie Fischer, líder da La Leche League da França publicou uma revisão de seus filhos de 5 anos: “Oh, ela deve participar da reunião da LLL com outros como ela;-)!”.



*Mãe Tatu- Tatu amamenta seus bebês!  
Foto de Sofi L. Larroza*

Esta foto foi publicada no Paraguai em Imagens - Explorando Paraguai, Álbum 5 (Paraguai em fotos - Álbum 5 Explorando Paraguai)

Mamãe Tatu com seus bebês! L. da Sofi Larroza

Tatus são mamíferos placentários no Novo Mundo com placas de armadura óssea. Espécies de tatus são encontradas principalmente no Sul e América Central, especialmente no Paraguai e ao redor. Muitas espécies estão ameaçadas de extinção. Alguns grupos de espécies, como de nariz comprido, tatus são amplamente distribuídas nas Américas, enquanto outros, como tatus pichiciegos, estão concentradas em faixas menores na América do Sul: <http://en.wikipedia.org/wiki/Armadillo>

## AVÓS E AVÔS APOIAM O ALEITAMENTO MATERNO

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

### 30. Saindo: Novidades da La Leche League, Janeiro-Fevereiro 1979

Charlotte Walkowski, Houston, Texas, EUA

Os editores do MSTF pedem desculpas por excluir informações sobre Walkowski Charlotte, autor do seguinte artigo. Este artigo foi publicado em V9N2.

**Primeiro Bebê:** papai espera pacientemente enquanto mamãe amamenta antes de sair de casa. Chegam tarde e voltam cedo, para chegar antes da mamada seguinte.

**Segundo Bebê:** É amamentado no carro no caminho, enquanto papai dirige devagar. Quando o bebê fica cansado voltam – o bebê mama todo o caminho de volta a casa.

**Terceiro Bebê:** Chegam na hora e ficam até o final. O Bebê mamou antes de sair de casa, no caminho, várias vezes durante a reunião (e ninguém reparou), e provavelmente mame todo o caminho de volta a casa. Todo mundo relaxado e todos passaram um momento muito agradável!

-----

**Walkowski Charlotte**, casada com David há 44 anos, aposentado, vivendo no Texas, EUA mãe de 3 filhos adultos (nascidos na década de 1970), todos amamentados/as: avó de quatro netos/as amamentados/as. Charlotte era líder LLL nos anos 70 e 80. Hoje em dia gosta de dar pequenos “estímulos à amamentação” quando conversa com uma prima e vê sua sobrinha amamentar seu primeiro bebê e escuta sua nora discutindo o padrão de aleitamento do ser neto de 14 meses.

## ALEITAMENTO MATERNO, HIV e AIDS

### 31. Em uma importante mudança de política, estimulam-se mães na África do Sul a amamentar exclusivamente em vez de usarem fórmula

Shantha Bloemen

**U**ma mudança política importante está em andamento na província de KwaZulu-Natal, a jurisdição com a maior incidência de HIV em mulheres grávidas. Todas as mães estão sendo encorajadas a amamentar exclusivamente durante os primeiros seis meses. E, em vez da fórmula, mães soropositivas e seus filhos/as recebem medicamentos antirretrovirais que reduzirão drasticamente as chances de transmissão.

No passado, “o único interesse era a prevenção do HIV”, disse a professora Anna Coutsooudis, especialista no tratamento do HIV pediátrico da Universidade de KwaZulu-Natal. “A melhor maneira de impedir a transmissão da mãe para o filho/a pela amamentação era dando fórmula livremente. Mas, o que aconteceu

então, quando a política foi anunciada, foi que, embora haja menos infecção pelo HIV quando a fórmula é utilizada, houve efeitos colaterais, como mais crianças com diarreia e pneumonia.”

A fórmula não só aumenta a vulnerabilidade das crianças à doença, mas também pode ser perigosa se misturada com a água contaminada. “Em ambientes pobres crianças realmente morrem em razão da fórmula”, disse Coutsoudis.

Na Clínica de Saúde Nsimibini, ao sul de Durban, hoje, todas as mães são aconselhadas igualmente: a de que a amamentação é a melhor opção. “Foi muito difícil, porque as pessoas não entendem”, disse a enfermeira Mnguni Nompumelelo. “Você realmente tem que falar com eles para fazê-los compreender a importância do leite materno.”

A capacitação é também um recurso para os cuidadores, membros da comunidade que vão de porta em porta informando as famílias sobre o melhor atendimento para seus filhos e filhas.

-----  
Adaptado de [http://www.unicef.org/infobycountry/southafrica\\_62139.html](http://www.unicef.org/infobycountry/southafrica_62139.html)

### 32. Declaração do Dia Mundial da AIDS

Sarah Amin, Malásia

“Vamos chegar ao zero: zero novas infecções pelo HIV, zero discriminação e zero mortes relacionadas à Aids – Vamos Fazer do zero uma realidade para as mães e crianças com HIV”.

No Dia Mundial da AIDS, realizada em 1 de dezembro de 2011, a Declaração fornece atualizações críticas de informação sobre esta questão complexa do HIV e orientações sobre as políticas e decisões sobre alimentação infantil e o papel do aleitamento materno exclusivo, intervenção sobre o HIV e sobrevivência da criança!. Você pode baixar em: <http://waba.org.my/pdf/wad2011-wwntk.pdf> Declaração

Nós também convidamos você a ver um documento da WABA atualizado recentemente com referências a “O que as mulheres precisam saber sobre HIV e alimentação infantil.” [Ver <http://waba.org.my/pdf/wad2011-statement.pdf>]. O breve documento tem como objetivo orientar todas as mulheres sobre esta questão complexa e ajudá-las a tomarem decisões informadas sobre o tratamento necessário e alimentação infantil, tanto para a saúde materna quanto a prevenção da transmissão do HIV pediátrico. Ativistas de saúde e da saúde da mulher encontram este documento muito útil!

<http://waba.org.my/pdf/wad2011-statement.pdf>  
-----

Sarah Amin, Diretora da WABA

### 33. Rotinas de Alimentação Infantil na Prevenção da Transmissão do HIV de mães para filhos (PMTCT) na África do Sul: resultados de um estudo observacional prospectivo entre crianças expostas ao HIV ou não: desde o nascimento até 9 meses

Ameena E Goga, Tanya Doherty, Debra J Jackson, David Sanders, Mark Colvin, Mickey Chopra e Louise Kuhn

#### Antecedentes

Nós investigamos as práticas de alimentação infantil entre mães HIV positivas e negativas (0-9 meses após o parto) e descrevemos a relação entre as práticas de alimentação infantil e sobrevida livre de HIV.

Métodos

Foram analisados dados de alimentação infantil de uma coorte observacional prospectivo realizado em três (18) pontos-selecionados proposadamente como locais de PTMH na África do Sul durante 2002-2003 foram analisados. Dados de alimentação infantil (dos últimos 4 dias) foram coletados durante as visitas domiciliares aos 3, 5, 7, 9, 12, 16, 20, 24, 28, 32 e 36 semanas após o parto. Havia quatro grupos de alimentos de interesse: O aleitamento materno exclusivo, aleitamento misto, a alimentação exclusiva com fórmula e alimentação mista

com fórmula. Modelos de risco proporcional de Cox foram ajustados para investigar a associação entre as práticas de alimentação (0-12 semanas) e sobrevivida livre de HIV de criança.

### Resultados

A 665 mulheres HIV positivas e 218 mulheres HIV negativas foram acompanhadas antes do parto e, em seguida, até 36 semanas após o parto. Entre as mães que amamentaram entre 3 semanas e 6 meses após o parto, há um número significativamente maior de mães HIV positivas que praticam a amamentação exclusiva, em comparação com o mães HIV negativas: em 3 semanas, 130 (42%) versus 33 (17%) ( $p < 0,01$ ), a qual foi reduzida para 17 (11%) versus 1 (0,7%) ao longo de quatro meses após o nascimento. Entre as mães que praticam o aleitamento misto entre 3 semanas e 6 meses, há um número significativamente maior de mães HIV negativas que utilizam substitutos do leite disponível e comerciais ( $p < 0,02$ ), e o uso aumenta entre 9 e 12 semanas. A probabilidade de contrair o HIV ou morte pós-natal foi menor entre as crianças que vivem em áreas com mais recursos e não amamentadas; foi o mais alto entre as crianças que vivem em áreas rurais que pararam de amamentar mais cedo (e desvios-padrão desfavorável : 10,7% + / - 3% versus 46% + / - 11%).

### Conclusões

Embora as práticas de alimentação fossem pobres entre mães HIV positivas e negativas, mães HIV positivas têm práticas mais seguras de alimentação infantil, possivelmente por causa do aconselhamento fornecido através do programa de PTMH. Os dados sobre as diferenças entre os resultados para a prática de alimentação infantil e localidade deu validade para as recomendações da OMS de 2009 em relação às diferenças locais que devem orientar práticas na alimentação de mães HIV positivas. Fortes intervenções são necessárias para promover o aleitamento materno exclusivo (até 6 meses) para manter o aleitamento continuado depois, entre mães HIV negativas que continuam sendo a maioria das mães, mesmo em uma alta prevalência de HIV, como na África do Sul.

-----  
<http://www.internationalbreastfeedingjournal.com/content/7/1/4/abstract>  
 Revista Internacional de Aleitamento Materno 2012, 7:4 doi:10.1186/1746-4358-7-4  
 Publicada: 3 de Abril 2012. Para obter o artigo completo  
<http://www.internationalbreastfeedingjournal.com/content/pdf/1746-4358-7-4.pdf>

Email: Ameena E Goga      Ameena.Goga@mrc.ac.za  
 Tanya Doherty      Tanya.Doherty@mrc.ac.za  
 Debra J Jackson      debrajackson@mweb.co.za  
 David Sanders      sandersdav5845@gmail.com  
 Mark Colvin      mark@maromi.co.za  
 Mickey Chopra      mchopra@unicef.org  
 Louise Kuhn      kuhnlu@sergievsky.cpmc.columbia.edu

### 34. Link do artigo "A Guerra da AIDS do ponto de vista do Aleitamento Materno" David Crowe, EUA

Para acessar este artigo, publicado na revista eletrônica Maternidade, vá ao link:  
<http://mothering.com/breastfeeding/aids-war-breastfeeding>

Este link pode ser compartilhado, mas não pode ser parcial ou completamente reproduzido; entre em contato com Peggy O'Mara para pedir sua autorização [peggyo@mothering.com](mailto:peggyo@mothering.com).  
 O artigo está em Inglês.

**Nota:** Os/as leitores/as que estão passando por esta situação podem entrar em contato com David Crowe no endereço: [David.Crowe@aras.ab.ca](mailto:David.Crowe@aras.ab.ca) para mais informação.

David Crowe é o presidente de Alberta Reappraising AIDS Society. Também é membro da Associação de Jornalista do Canadá.

## SITES E ANÚNCIOS

### 35. Visite estes sites

e-WABA Link – De Outubro a Dezembro do 2011

[http://www.waba.org.my/resources/wabalink/pdf/ewaba\\_link\\_1211.pdf](http://www.waba.org.my/resources/wabalink/pdf/ewaba_link_1211.pdf)

Mães que amamentam exclusivamente dormem melhor. Artigo em espanhol.

<http://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2011/10/27/las-madres-que-amamantan-de-forma-exclusiva-duermen-mejor-86631/>

Breast-Feeding May Boost Children's IQ – A amamentação pode aumentar o QI infantil

<http://www.livescience.com/17085-breast-feeding-boost-children-iq.html>

Breastfeeding – So Easy Even a Doctor Can Support It – a amamentação é tão fácil que até um medico a pode apoiar por Todd Wolynn

*BREASTFEEDING MEDICINE*, Volumen 6, Número 5, 2011

Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 10.1089/bfm.2011.0087

<http://www.liebertonline.com/doi/pdfplus/10.1089/bfm.2011.0087>

Breastfeeding and an economic conspiracy? – Amamentação uma conspiração econômica?

Nota Editorial: Este artigo inclui uma tabela comparando o aleitamento materno com a fórmula

<http://www.wakawomen.com/2011/09/04/breastfeeding-and-an-economic-conspiracy/>

How adoptive mothers are learning to breastfeed their new babies – como mães adotivas aprendem a amamentar a seus bebês

<http://www.dailymail.co.uk/femail/article-2064987/How-adoptive-mothers-learning-breastfeed-new-babies.html>

Breastfeeding USA – uma organização que fornece informações e apoio a amamentação com base em evidências e que promove o aleitamento materno como norma biológica e cultural.

<https://breastfeedingusa.org/>

Para informação sobre aleitamento materno – <https://breastfeedingusa.org/breastfeeding-information>

Os investigadores identificaram as células-tronco no leite materno, que se comportam de forma semelhante às células estaminais embrionárias, quando cultivadas num meio contendo nutrientes.

<http://theconversation.edu.au/nothing-like-mothers-milk-potential-treatments-from-stem-cells-in-breast-milk-3898>

A amamentação durante pelo menos um ano pode reduzir as chances de desenvolver câncer de mama em um terço das mulheres com um forte histórico familiar da doença.

Um estudo descobriu que as mulheres portadoras do gene BRCA1 tinham 32% menos probabilidade de desenvolver câncer de mama se amamentaram por pelo menos um ano em comparação com as mulheres com o gene não.

<http://www.telegraph.co.uk/health/healthnews/9148659/Breastfeeding-for-a-year-cuts-cancer-risk-by-a-third-research.html>

A falta de amamentação na maternidade: o alto custo da amamentação.

Não basta simplesmente dizer às mães os benefícios da amamentação. As verdadeiras mudanças devem ser feitas em casa e no local de trabalho para ser viável, para que as mulheres possam ganhar a vida e criar seus bebês.

<http://www.miller-mccune.com/business-economics/lactation-breeds-lack-the-high-cost-of-breastfeeding-40520/>

Breastfeeding Today – Publicada em 11 de Dezembro de 2011

<http://viewer.zmags.com/publication/45a53a63#/45a53a63/1>

Para receber os últimos exemplares, simplesmente inscreva-se na lista de La Leche League!

Você tem alguma história de aleitamento materno que gostaria de compartilhar com outras famílias? Mande sua história para [editorbt@lilli.org](mailto:editorbt@lilli.org) guardamos sua história.

Uma história de dois nascimentos: O Rap Amigo do Bebê

<http://www.youtube.com/watch?v=N9KptD3t110>

ocê vai ter um bebê? Veja o nascimento num Hospital Amigo da Criança em relação a um Hospital Comum. O vídeo musical é co-patrocinado pela Coalizão de Aleitamento Materno de Oregon e Massachusetts. [www.breastfeedingOR.org/rap](http://www.breastfeedingOR.org/rap); [www.massbreastfeeding.org/rap](http://www.massbreastfeeding.org/rap); [www.babyfriendlyusa.org](http://www.babyfriendlyusa.org)

Video – Tudo sobre IBFAN

Español: <http://www.youtube.com/watch?v=k6FGXlHgGgU>

Inglés: <http://www.youtube.com/watch?v=Jjr12TTHWpk&feature=youtu.be>

Francés: <http://www.youtube.com/watch?v=PISVICYm8s4&feature=channel&list=UL>

### 36. Anúncios – Eventos passados e futuros

**9 – 13 de Janeiro 2012:** 16ª Conferência Anual sobre Infância Saudável, em Orlando, Flórida.

Oficinas Pré-conferência incluem laboratório de habilidades: 1. Interpretando os avisos não verbais: Pele a Pele, Apego, Estratégias de comunicação; 2. Avaliando a Alimentação: Oralidade Infantil, Desafios Motores

Para mais informação sobre o Centro de Infância Saudável para o Aleitamento Materno / Healthy Children's Center for Breastfeeding, por favor, visite [www.healthychildren.cc](http://www.healthychildren.cc) or email at [info@healthychildren.cc](mailto:info@healthychildren.cc)

**9 – 14 de Janeiro 2012:** 2º Congresso Internacional da Rede Ibero-americana sobre Apego, Santiago do Chile, Chile. Para mais informação, email [congresoria@udd.cl](mailto:congresoria@udd.cl)

**14 de Fevereiro 2012:** WABA celebra seu 21º Aniversário

**23 de Fevereiro 2012:** Wellstart International celebra seu 26º Aniversário

**8 de Março, 2012:** Dia internacional das Mulheres 2012 – CONECTANDO MENINAS, INSPIRANDO FUTUROS! Para ver o comunicado da WABA: <http://www.waba.org.my/pdf/waba-iwd2012.pdf>

**Março 2012:** Seminários online em 7 cidades <https://www.breastfeedingseminars.asn.au/node/26>

**29 – 30 de Março, 2012:** 7ª Conferência sobre Aleitamento Materno e Feminismo, Greensboro, Carolina do Norte, EUA, Carolina Breastfeeding Institute. Para mais informação entre em contato com Paige Hall Smith em [pshsmith@uncg.edu](mailto:pshsmith@uncg.edu) ou veja – [www.uncg.edu/hhs/cwhw](http://www.uncg.edu/hhs/cwhw) e <http://cgbi.sph.unc.edu/>

**21 – 22 de Abril 2012:** Global Health & Innovation Conference 2012/ Conferência Mundial sobre Saúde e Inovação 2012, Apresentada por Unite For Sight, 9 Conferência Anual, Universidade de Yale, New Haven, Connecticut, EUA <http://www.uniteforsight.org/conference>

**1º de Maio a 15 de Junho, 2012:** GOLD 2012 – Discussões online sobre Aleitamento materno Mundial. <http://www.goldconf.com/>

Christina Smillie, MD FAAP IBCLC FABM, porta voz chave da GOLD no dia 24 de abril – Mantenha-o simples: o que as mães e os bebês já sabem, como pensam e por que isso é muito importante!

**3 e 4 de Maio, 2012:** Penang Medical College e a Aliança Mundial pro Aleitamento Materno - WABA, conferência de 2 dias sobre Educação no Manejo Clínico do Aleitamento Materno e sobre Currículos das Escolas de Graduação de Medicina. Para mais informação, visite <http://www.waba.org.my/pdf/pmc2012.pdf>

**20 a 22 de Junho, 2012:** Conferência Mundial das Nações Unidas sobre o Desenvolvimento Sustentável: “Rio +20”, na cidade do Rio de Janeiro, Brasil. <http://www.uncsd2012.org/rio20/index.php?menu=90>

**25 junho – 4 julho de 2012:** Capacitação de 10 dias “Luta pela Saúde”, organizada no âmbito da Assembleia da Saúde Popular (MSP), Universidade Internacional da Saúde (IPHU), reúne cerca de 50 jovens ativistas da saúde em todo o mundo principalmente na África subsaariana. <http://www.phmovement.org/es/node/6335>

O curso principal será precedido por um treinamento obrigatório online durante o período de 12 abril – 20 maio de 2012. Você está convidado a se registrar para participar da Terceira Assembleia da Saúde dos Povos (PHA3), a ser realizada na Cidade do Cabo, África do Sul (06-11 julho, 2012).

- 5 e 6 de Julho 2012:** Assembleia Nacional Sul-africana da Saúde, com foco em questões nacionais e, em especial, a proposta do Seguro Nacional de Saúde para a África do Sul. Os participantes internacionais estão convidados.
- 6 a 11 de Julho, 2012:** Terceira Assembleia da Saúde dos Povos (PHA3), Universidade do Cabo Ocidental, Cidade do Cabo, África do Sul. Veja <http://www.phmovement.org/en/pha3>  
A informação também está disponível em francês e espanhol.
- 25 – 29 de Julho 2012:** 2012 ILCA (International Lactation Consultant Association) Conferência e Reunião Anual, Chamado à Ação: New Perspectives in Human Lactation / Novas Perspectivas em Aleitamento Humano, JW Marriott Orlando Grande Lakes Orlando, Flórida, EUA  
<http://ilca.omnicms.com/ilca/2012ILCA/collection.cgi>  
<http://www.ilca.org/i4a/pages/index.cfm?pageID=3972>
- 1 a 7 de Agosto, 2012:** Semana Mundial de Aleitamento Materno, Compreendendo o Passado – Planificando o Futuro: Celebrando os 10 anos da Estratégia Mundial para a Alimentação do Lactante e Criança Pequena da OMS/UNICEF.  
[www.worldbreastfeedingweek.org](http://www.worldbreastfeedingweek.org)
- 3 a 4 de Agosto, 2012:** The Big Latch On – Mamatón, Terá lugar em 2012! Este ano é mundial. As datas são sexta-feira e sábado, 3 e 4 de agosto, às 10h30. As empresas podem participar em uma ou ambas as datas. Os detalhes estão sendo trabalhados; visitar website em [www.biglatchon.org](http://www.biglatchon.org).
- 19 a 23 de Agosto, 2012:** Encontro Nacional de Aleitamento Materno, em Fortaleza, Brasil. a Reunião é organizada por IBFAN Brasil. <http://www.enam2012.com.br/>
- 12 a 14 de Setembro 2012:** HConferência de Hale, Newman & Wilson-Clay, Crowne Plaza Riverwalk, San Antonio, Texas, EUA. [www.ibreastfeeding.com/hale-newman-wilson-clay-conference](http://www.ibreastfeeding.com/hale-newman-wilson-clay-conference)
- 1 a 13 de Outubro, 2012:** Promoção e Prática do Aleitamento Materno, quarto curso regional para médicos, parteiras e profissionais da Saúde, organizado pelo Consórcio de Alimentação Infantil (CFI), Reino Unido e a Aliança Mundial pro Aleitamento Materno – WABA, em Penang  
<http://www.waba.org.my/pdf/bap-2012-brochure.pdf>
- 11 a 14 de Outubro, 2012:** 17ª Conferência Anual Internacional da Academy of Breastfeeding Medicine – Academia de Medicina do Aleitamento Materno, Chicago, Illinois, EUA – [www.bfmed.org](http://www.bfmed.org)
- 6 a 9 de Dezembro, 2012:** Congresso Mundial de Aleitamento Materno 2012, Nova Delhi, Índia. Os bebês precisam de soluções maternas, não industriais! ¡Protejam todas as mães! Inscreva-se em:  
<http://www.waba.org.my/images/wbc2012.gif>
- 28 a 30 de Maio, 2013:** Terceira Conferência Mundial, O Parto das Mulheres (Women Deliver 2013), irá se realizar em Kuala Lumpur, Malásia. Por favor, consulte o website para receber atualizações periódicas, anúncios e para assinar nosso boletim de notícias.  
<http://www.womendeliver.org/conferences/>

### Recordemos a Dr. Brian Palmer

**D**r. Brian Palmer morreu em 15 de março de 2012. Dr. Brian Palmer fez apresentações a nível internacional, nacional e estadual de dados sobre a importância do aleitamento materno para o bom desenvolvimento da cavidade oral, respiratória e estrutura facial; contra a cárie na infância, por que o freio labial anormal deveria ser tratado, sinais e sintomas, causas e prevenção, tratamento do ronco e da apneia obstrutiva do sono; noções básicas de odontologia que não são ensinadas nas escolas de odontologia. Os artigos do Dr. Palmer podem ser encontrados em <http://www.brianpalmerdds.com/articles.htm>

O maior desejo do Dr. Palmer foi que seu site continuasse ativo por muito tempo após sua morte. Ele o planejou para isso. Que seu nome seja uma bênção! <http://www.brianpalmerdds.com/>

### 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 avôs. Os critérios para os artigos dos contribuintes são os seguintes:

- Até, mas não ultrapassando, 250 palavras.
- Nome, Título, Endereço, Tele-fax, 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](mailto: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](mailto:pushpapanadam@yahoo.com) e Rebecca Magalhães [beckyann1939@yahoo.com](mailto:beckyann1939@yahoo.com)

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

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

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

Entretanto, nosso boletim também necessita de apoio. Você pode nos apoiar distribuindo informação sobre o boletim e nos conseguindo a seguinte informação:

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

Obrigada por promover o boletim e apoiar o aleitamento materno.

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



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

WABA, PO Box 1200, 10850 Penang, Malásia

Tel: 604-658 4816

Fax: 604-657 2655

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

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

Site: [www.waba.org.my](http://www.waba.org.my)

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

*Em cada momento as destrezas maternas vão se ampliando como as ondas num reservatório de água – de mãe para mãe para mãe...as ondas de alguma mãe tocam sua vida; você aprende e depois envia suas próprias ondas para outro alguém. É uma forma de compartilhar tão antiga como a humanidade.*

– A Arte Feminina de Amamentar (2010), p. xxiv