



! Aleitamento Materno

SMAM 2019: “Empoderar mães e pais, favorecer a amamentação. Hoje e para o futuro!”

Beatriz de Oliveira Rocha

Presidente do Departamento Científico de Aleitamento Materno da SMP

A amamentação é um dos melhores investimentos para salvar vidas e melhorar a saúde, o desenvolvimento social e econômico de indivíduos e nações.¹ O aumento das taxas de aleitamento materno exclusivo até seis meses, como recomendado pela OMS e UNICEF, poderiam impedir mais de 500 mil mortes infantis, bem como prevenir quase 100.000 mortes de mulheres a cada ano. Isso geraria uma economia mundial de 1,1 bilhões de dólares por ano. A perda econômica associada à mortalidade prematura de crianças e mulheres é estimada em 53,7 bilhões de dólares.²

Existem muitas barreiras à amamentação ideal. Uma das maiores está na falta de apoio aos pais quando retornam ao trabalho.² Apesar de ser um ato essencialmente materno, a amamentação ideal requer um esforço de equipe, com apoio de pais / parceiros, família e empregadores. Através da divulgação imparcial de informação baseada em evidências e uma rede de apoio forte, podemos criar ambientes que permitam às mães amamentarem de forma otimizada.² O tema da **Semana Mundial da Amamentação de 2019: “Empoderar mães e pais, favorecer a amamentação. Hoje e para o futuro!”** tem por objetivo informar as pessoas sobre a associação entre a proteção social parental e a amamentação prolongada; vincular iniciativas de apoio à maternidade/paternidade com normas/leis sociais em todos os níveis (governo, comunidade e família) para apoiar a amamentação; e mobilizar a sociedade para ampliar a proteção social parental com igualdade de gênero para apoiar e promover a amamentação, engajando indivíduos e organizações.²

Pesquisas mostram que políticas sociais de licença maternidade remuneradas podem ajudar a reduzir a mortalidade infantil em 13% por cada mês adicional de licença. A licença paga permite que as mulheres se recuperem fisicamente do parto antes de retornarem ao trabalho e beneficia sua saúde física, mental e emocional a curto e longo prazos. Políticas de ampliação da licença paternidade podem aumentar significativamente o bem-estar pessoal e econômico de suas famílias. Pais que recebem licença são capazes de moldar uma parentalidade responsável e otimizar a amamentação através de um trabalho cooperativo de toda a família.²

A Proteção Social Parental inclui políticas de licença remunerada com financiamento público, além de uma legislação e locais de trabalho que acolham os pais ou familiares. Essas políticas têm um aspecto importante de distribuição do trabalho de cuidado da família e de transformar as normas sociais. Para transformar as normas sociais é necessário melhorar o acesso das mulheres aos serviços de saúde, melhorar o acolhimento de mulheres nos ambientes de trabalho e envolver homens no cuidado da família. Homens devem ser encorajados à paternidade e ambos os pais devem ser capazes de compartilhar a responsabilidade de cuidar de seus filhos em igualdade de condições. Quando os pais/parceiros apoiam a amamentação aprendem a ter relacionamentos responsivos com seus bebês. Os pais e mães, em uma equipe de parentalidade com igualdade de gênero para cuidar, comunicar, ajustar e confiar uns nos outros beneficia não só a amamentação, mas também as relações parentais e o desenvolvimento físico, psíquico e cognitivo dos filhos. Muitas vezes, pais intrinsecamente motivados à parentalidade encontram barreiras culturais que os impedem de

serem vistos como cuidadores. Muitos serviços de saúde ignoram ou excluem os pais e não os informam sobre gravidez, parto, cuidados infantis e apoio à amamentação. Pais/parceiros bem informados e engajados podem aprender sobre amamentação, oferecer apoio emocional e compartilhar tarefas.²

A adequação das condições de trabalho, tanto no setor formal, quanto informal, como assistência infantil acessível dentro do local de trabalho ou nas proximidades, juntamente com horários de trabalho flexíveis, também podem apoiar mães a amamentarem com sucesso. Esses arranjos também reduzem o estresse e melhoram o bem-estar familiar. Evidências recentes mostram que licença maternidade paga e intervenções no local de trabalho que apoiam a amamentação melhoram as taxas de amamentação exclusiva e outros resultados de saúde, incluindo melhoria econômica e redução da mortalidade infantil.²

Os trabalhadores da economia informal enfrentam muitas barreiras à amamentação, como: viver longe do trabalho; longas horas de trabalho sem pausas; e ambientes de trabalho perigosos. Além disso, há também uma falta de conhecimento geral sobre os benefícios do apoio à amamentação por empresas, trabalhadores e suas famílias.²

A **Semana Mundial da Amamentação 2019** encoraja a tomada de decisões e ações nos âmbitos global/governamental, comunitário e familiar para a criação de um ambiente social que promova o aleitamento materno.²

- **Âmbito Governamental:**¹. Implementar políticas nacionais que promovam locais de trabalho flexíveis e adequados que encorajam a amamentação.². Desenvolver um modelo de financiamento público de licença parental que não exija que os empregadores arquem com a carga total de pagamentos de licença.³. Garantir que as intervenções de aleitamento materno e os direitos parentais sejam priorizados nos gastos públicos.⁴. Promover ferramentas para envolver os pais com a amamentação (cursos, palestras, workshops, websites);⁵. Oferecer licença parental que permita às mães amamentar exclusivamente por seis meses e promova o envolvimento de pais/parceiros nos cuidados infantis e no trabalho doméstico, resultando numa parentalidade equitativa em termos de gênero. Assegurar que a licença paternidade não comprometa os benefícios de licença maternidade existentes.⁶. Discutir políticas relevantes, desenvolver e implementar planos de ação para incluir os trabalhadores informais nas políticas de proteção à maternidade que apoiam amamentação.⁶. Ratificar e implementar a Convenção de Proteção à Maternidade (2000) como padrões mínimos.⁷. Garantir que o Código Internacional de Comercialização de Substitutos do Leite Materno seja implementado e monitorado integralmente.

- **Âmbito Comunitário e Social:**¹. Criar uma cadeia de apoio ao aleitamento materno, ligando grupos comunitários e profissionais de saúde.². Apresentar modelos bem-sucedidos que promovam a criação de filhos e a amamentação com igualdade de gênero. Aumentar o acesso a programas específicos de cultura que ajudem mães, pais/parceiros e famílias a trabalharem juntos como uma equipe de amamentação.³. Atuar com os governos para revisar e melhorar as leis nacionais que abrangem a proteção social da maternidade e dos pais para apoiar a amamentação ideal. Garantir que os trabalhadores da economia informal e outros grupos vulneráveis também sejam reconhecidos e protegidos pelas leis nacionais.⁴. Envolver os empregadores na implementação de locais de trabalho favoráveis ao aleitamento materno, instalações de apoio, como creches, salas de amamentação e horários de trabalho flexíveis.⁵. Usar a mídia e as plataformas sociais para aumentar a conscientização sobre as maneiras pelas quais uma mulher pode combinar trabalho produtivo e reprodutivo, incluindo a amamentação.

- **Âmbito Familiar (pais e mães):**¹. Procurar informações sobre a amamentação ideal com o seu médico ou consultor de lactação durante o período pré-natal.². Assegurar-se de que o pai/parceiro e a família sejam informados sobre as metas de amamentação, para que possam fornecer apoio.³. Avaliar que tipo de ajuda prática pode ser necessária ao longo do caminho e engajar pais/parceiros e familiares nesse suporte.⁴. Procurar grupos de apoio que podem ajudar a responder perguntas sobre as dificuldades enfrentadas.⁵. Negociar (mãe e pai/parceiro) as formas de atribuir e gerir a licença de maternidade ou parental e as modalidades de trabalho para permitir a amamentação exclusiva nos primeiros seis meses.⁶. Usar o tempo durante a licença maternidade ou licença parental para estabelecer a amamentação e planejar o retorno ao trabalho.⁷. Perguntar aos empregadores pelo apoio à amamentação no local de trabalho.

Referências Bibliográficas

1. World Alliance for Breastfeeding Action (WABA). Empower parents, enable breastfeeding. Now and for the future! World Breastfeeding Week 1-7 August 2019. From: www.worldbreastfeedingweek.org

2. Dylan D Walters, Linh T H Phan, Roger Mathisen, The cost of not breastfeeding: global results from a new tool, Health Policy and Planning, czz050, <https://doi.org/10.1093/heapol/czz050>.