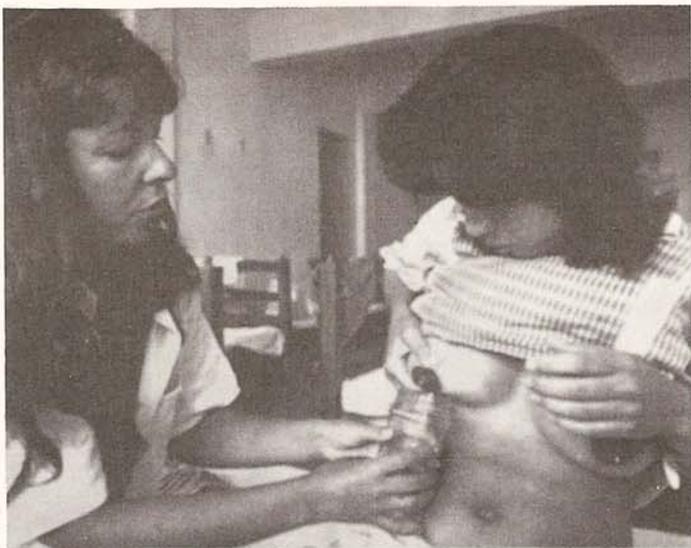


Profissionais de Saúde



- Siga os 10 passos para o sucesso da amamentação recomendados pela Iniciativa Hospital Amigo da Criança, do UNICEF.
- Ajude as mães a iniciar a amamentação imediatamente após o nascimento do bebê.
- Defenda a amamentação exclusiva - sem nenhum outro complemento, nem água ou chazinhos - até o sexto mês de vida do bebê.
- Estimule, na mulher, a confiança de que ela será capaz de amamentar seu bebê e que, com informação e apoio, conseguirá superar qualquer problema.
- Apóie todas as mães, principalmente aquelas que voltam ao trabalho. Envolve membros da família no apoio às mães que estão amamentando.
- Trabalhe para expor e acabar com as influências que as indústrias de alimentos infantis exercem através de amostras a hospitais, brindes e promoções, patrocínios de vídeos e panfletos informativos e financiamentos para seminários e congressos.
- Promova ativamente, desde o pré-natal o aleitamento materno como a melhor forma de alimentação infantil.
- Procure estar sempre atualizado em relação a novos trabalhos e pesquisas sobre aleitamento materno.
- Lembre-se de que a mãe deve ser muito bem informada sobre todos os benefícios da amamentação para si mesma, seu bebê e toda a família, e apoiada nas dificuldades que enfrentar. No entanto, amamentar - ou não - é uma decisão única e exclusiva da mulher. Respeite sua opção.

Empregadores

- Respeite e cumpra os direitos trabalhistas garantidos às mulheres no período de gestação e amamentação: licença-maternidade e paternidade, creches, pausa diária de uma hora para amamentar.
- Estabeleça políticas que apoiem as funcionárias no período da amamentação, como horários de trabalho flexíveis ou um espaço privado onde as mulheres possam retirar e estocar leite.

Sindicatos

- Reconheça como um direito fundamental da mulher trabalhadora a possibilidade de amamentar seu filho. Não permita que esse direito seja roubado.

Grupos de mulheres

- Leve o tema amamentação para as reuniões de associações de moradores, grupos de mulheres, sindicatos e outros tipo de organização;
- Trabalhe junto ao Conselho Nacional dos Direitos da Mulher e Conselhos Estaduais e Municipais, para que o aleitamento materno seja incluído nos seus planos e programas;
- Em encontros, seminários e congressos, faça com que mulheres amamentando sejam bem-vindas e que sejam providenciados espaços apropriados para crianças;
- Pressione as autoridades - prefeitos, secretários de saúde, vereadores - para que reconheçam a amamentação como uma questão de saúde pública e desenvolvam programas que visem à redução do desmame precoce no município;
- Participe ativamente das atividades da Semana Mundial da Amamentação.

