



Hora do Mamaço 2014

"A Hora do Mamaço" pelo terceiro ano consecutivo é promovida pela comunidade AMS (Aleitamento Materno Solidário) em comemoração à **Semana Mundial de Aleitamento Materno**, e está acontecendo em várias cidades do Brasil agora mesmo!

Registre sua participação e envie suas fotos para simone_cordeiro@hotmail.com
+ info: horadomamaço.wordpress.com

Por que proteger a amamentação é importante?

O leite humano é o único alimento capaz de oferecer todos os nutrientes na quantidade exata de que o bebê precisa. Ele garante o melhor crescimento e desenvolvimento, não existindo nenhum outro alimento capaz de substituí-lo.

Não acredite em propagandas enganosas. Elas buscam confundir você e convencê-la a substituir a amamentação pela mamadeira.

Nos primeiros seis meses, o leite materno é suficiente. Depois de seis meses, continue amamentando até os 2 anos ou mais e ofereça, gradualmente, outros alimentos saudáveis.

Amamente seu filho na primeira hora de vida!

Amamentar logo após o nascimento, é um direito seu e é muito importante para a mãe e para o bebê.

Mesmo que o bebê não sugue o peito na primeira hora, é importante o contato íntimo com a mãe, pele com pele, logo após o nascimento. Esse contato mantém o bebê aquecido e fortalece os laços afetivos entre a mãe e o bebê.



Não se esqueça:

Os bebês costumam mamar com muita frequência, principalmente nos primeiros meses. Isso é normal. Nem todo choro do bebê é fome. O seu filho pode chorar porque está com frio ou calor, cólicas, sentindo algum desconforto, fraldas sujas ou precisando de aconchego, de “colinho”.



Acredite, você é capaz de amamentar seu filho!

A mulher que amamenta precisa do apoio de todos: da família, dos vizinhos, dos amigos e dos colegas de trabalho. Você pode buscar os profissionais e grupos de apoio para orientações sobre como prevenir e tratar dificuldades.

texto: www.redeblh.fiocruz.br



Na internet

Grupos e sites on-line que apoiam o aleitamento materno:



www.mamaquetefazbem.zip.net
www.aleitamento.com



AMS | Aleitamento Materno Solidário
fb.com/AMSBrazil
fb.com/groups/aleitamentomaternosolidario

Realização:



Apoio:

