

## Círculo de Apoio

Apoio para que as mães possam oferecer o melhor  
começo de vida para seu filho!

Com a amamentação todos ganham!

O Símbolo oficial das Olimpíadas com seus cinco anéis de cores é ideal para descrever os cinco círculos de apoio ao aleitamento materno, cada um representando a **influência potencial sobre a decisão de uma mulher-mãe para amamentar** e viver uma experiência positiva. Os Círculos de Apoio são: - A Rede Familiar e Social; o Sistema de Saúde; os Lugares de Trabalho e Emprego; o Governo e a Legislação e a Resposta a Crises e Emergências, todas ao redor das mulheres representadas no círculo interior.



- Rede Familiar e Social: A família e os amigos formam a rede de apoio mais imediata e contínua. O apoio social inclui o comunitário – nos mercados, contextos religiosos, parques, vizinhança, etc. O apoio durante a gravidez reduz o stress no trabalho de parto e no parto e aumenta a autonomia das mulheres. O apoio da comunidade aumenta a confiança da mulher em sua capacidade de amamentar além das primeiras semanas ou dos primeiros meses.
- Sistema de Saúde: O Sistema de Saúde apresenta múltiplas oportunidades para apoiar o aleitamento materno. Durante a gestação, adotando práticas respeitadas à mulher nas consultas pré-natal, no trabalho de parto, no parto e no pós-parto, com condições após o nascimento que privilegie a formação do vínculo mãe-bebê e a alimentação ótima do bebê. Os profissionais de saúde capacitados em técnicas de escuta e aconselhamento apóiam as mulheres antes e após o parto.
- Lugares de Trabalho e Emprego: As mulheres que trabalham enfrentam uma série de obstáculos e têm necessidades de apoio para conciliar o trabalho com o aleitamento materno. As oportunidades de apoio são variadas, implicam mais apoio na facilitação do contato mãe-bebê e na possibilidade da mulher retirar e conservar seu leite.
- Governo e a Legislação: As mulheres que pretendem amamentar ou que já estão amamentando, se beneficiam de documentos internacionais, de proteção da alimentação ótima do lactente e de comitês nacionais. A legislação que combate práticas agressivas de comercialização de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância e também a de produtos de puericultura correlatos, beneficia as mulheres.

- Resposta a Crises e Emergências: Esse círculo representa a necessidade de apoio de uma mulher quando ela se encontra em uma situação inadequada e grave, onde tem pouco ou nenhum controle. As situações que exigem planejamento e apoio específico são: catástrofes naturais, campos de refugiados, processos de divórcio, doença crítica da mãe ou do bebê, viver em uma área de prevalência de HIV sem apoio a amamentação.
  
- Mulheres no Círculo Interior: As mulheres ocupam o círculo do interior porque a presença ou a ausência de apoio as atinge diretamente. As mulheres também têm um papel importante em garantir-se do apoio e apoiar outras mulheres. Segundo a Declaração sobre a amamentação (2007) da iniciativa mundial para o apoio as mães (GIMS) *“Há necessidade de valorizar e reconhecer o papel das mães como provedoras de conhecimento e agentes de mudanças”*.