

## Informação à Comunidade

### ***Encontro de Famílias***

#### ***Momento de partilha e entreaajuda sobre Amamentação***



A Semana Mundial do Aleitamento Materno, este ano, tem por tema “Amamentação: Uma experiência em 3D”, impulsionando a comunicação e a utilização das novas tecnologias para promover e apoiar a amamentação na comunidade.

A Semana Mundial do Aleitamento Materno, promovida pela WABA (World Alliance for Breastfeeding Action), é celebrada em Portugal de 3 a 9 de Outubro. Neste âmbito as Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados Rainha D. Leonor e Francisco Xavier Noronha, no **próximo dia 6 de Outubro pelas 17h, no 3º piso da UCSP Rainha D. Leonor**, vão realizar um encontro de famílias que tenham amamentado os seus filhos ou que estejam presentemente a amamentar.

Assim, e de acordo com o tema proposto, este encontro terá dois grandes objectivos:

- **Partilhar experiências entre mães e famílias sobre amamentação;**
- **Lançar a criação de um grupo de entreaajuda na comunidade, visando a protecção, promoção e suporte ao aleitamento materno, e em rede.**

Contaremos com a presença de profissionais de saúde, de conselheiras e *experts* em aleitamento materno.

Pretendemos também neste encontro simbólico, mais uma vez aproveitar a oportunidade para divulgar na comunidade, também através dos média, a importância do AM, quer pelas suas vantagens nutricionais e imunológicas para o bebé, mas também pelas vantagens psico-afectivas, pelo forte vínculo afectivo que se estabelece, com repercussões não só a curto prazo, mas para o resto da sua vida, especialmente entre a mãe e o filho.

Actualmente já existe evidência científica sobre os benefícios também para a mãe, quer na recuperação física quer na prevenção do cancro.

Não esquecendo os benefícios económicos para a família, não é necessário comprar biberões e tetinas, o custo do leite nulo, está sempre pronto e à temperatura ideal, não se despende tempo com lavagens e preparação de biberões.

Nunca é demais lembrar que o leite materno é um leite ecológico, não contamina o ambiente ao contrário do que se passa com todos os leites artificiais.

Aproveitaremos esta oportunidade para continuar a divulgar os nossos Cantinhos de Amamentação, existentes há 3 anos nestas unidades de saúde.

São um espaço privilegiado de partilha, suporte e aconselhamento a todas as mulheres que amamentam, mas também um espaço para todas as mães que não podem ou não querem amamentar, poderem ser atendidas e orientadas.

A experiência, tem-nos demonstrado ser uma estratégia que muito tem contribuído para o sucesso da Amamentação na nossa comunidade.

Entidade promotora do Encontro:

**Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados Rainha D. Leonor e Francisco Xavier de Noronha**

**Centro de Saúde de Almada – ACES Península de Setúbal I- Almada**

Grupo organizador:

Enfermeira Margarida Sota

Enfermeira Isabel Afonso

Enfermeira Débora Aires

Enfermeira Jacinta Pimentel

Enfermeira Ana Isabel Braga

Enfermeira Tânia Marujo

Almada, 19 de Setembro de 2011