ESTUDOS DE CASO

Todos os problemas levantados requerem soluções urgentes. Leia sobre como as diferentes organizações estão trabalhando em como integrar a alimentação infantil ideal - que naturalmente inclui a amamentação - em programas de segurança alimentar e nutrição, apoiando mulheres em desastres e usando promotores comunitários para melhorar a qualidade de vida e promover mudanças sustentáveis. Esperamos que você se inspire nesses estudos de caso e tome providências onde quer que esteja!

Estudo de caso 1

Aprender pela prática: melhorar a alimentação complementar

http://www.thp.org/news/learning-action-improving-complementary-feeding/

A desnutrição e subnutrição crónicas são grandes problemas em Maláui e são causados por insegurança alimentar, estilos de vida e ambientes pouco saudáveis e práticas de cuidado precárias. O projeto de pesquisa foca principalmente nos primeiros 1000 dias de vida com o objetivo de aleitamento materno exclusivo por seis meses, seguido de alimentação complementar adequada de 6 a 23 meses. Ao melhorar essas práticas, pode-se evitar o atraso no crescimento e a desnutrição, garantindo o desenvolvimento adequado das crianças.

As intervenções nutricionais são necessárias para educar as famílias e os cuidadores sobre as melhores práticas nos primeiros 1000 dias de vida. As intervenções neste estudo de caso incluíram educação para os agricultores sobre a segurança alimentar e a agricultura diversificada, e treinamento dos cuidadores em nutrição adequada e melhores práticas de alimentação.

Como podemos aplicar essas lições no Projeto Fome?

1. Usar alimentos disponíveis localmente para complementar o aleitamento materno e educar sobre as substituições possíveis quando os alimentos comuns estiverem fora de época.
2. Educar as famílias sobre o tamanho das porções e as refeições e lanches adequados para diferentes idades. Incentivar especialmente o uso do mingau enriquecido para crianças pequenas. Mesmo quando as famílias acham que as crianças estão muito grandes para essa comida elas ainda se beneficiam da nutrição do mingau.
3. Considerar a complexidade das dinâmicas familiares: Todos os membros da família devem ser instruídos sobre as práticas de alimentação, tanto mulheres quanto homens, e todas as gerações (especialmente as avós).
4. O apoio à agricultura nutricionalmente adequado e a educação, de acordo com as culturas sazonais, ajudará as famílias a preparar alimentos nutritivos durante todo o ano. Fornecer receitas e aulas de culinária também promoverá boa saúde e confiança na preparação de refeições nutritivas.

Estudo de caso 2

Apoiando mães lactantes em caso de catástrofes

https://www.worldvision.org/gender-equality-news-stories/support-breastfeeding-moms-emergencies

Depois que o tufão Haiyan atingiu as Filipinas em 2013, muitas mães disseram à equipa da World Vision que estavam estressadas demais para amamentar e, em vez disso, deram aos seus bebés água para enchê-los e acalmá-los. Sendo que essas mães não tinham conhecimento nutricional básico, os seus bebés corriam risco de desnutrição devido à diarréia. Essas mães vulneráveis precisavam de um lugar seguro para obter apoio e educação.

Um lugar seguro para amamentarem.
"É muito importante ter um espaço onde as mulheres e as crianças sintam que têm privacidade e proteção, bem como alguma normalidade", segundo Weihui Wang, especialista em proteção de crianças da World Vision.

Em situações de catástrofes que tem consequências duradouras, como o tufão Haiyan e no Nepal depois do terremoto de 2015, os programas para as mães que amamentam lhes deram um lugar tranquilo para se reunirem quando se sentiam deslocadas.

Myrna, mãe de quatro filhos, afirma que foi um grande alívio trazer Mary Rose, a mais nova, para um desses espaços depois do Tufão Haiyan.

"Quando venho aqui, meu bebé Mary Rose e eu podemos relaxar e posso esquecer os meus problemas e ansiedades", diz Myrna. "Eu também aprendi muitos coisas com as outras mães."

Ajuda bem-intencionada pode causar danos
A fórmula para bebés está no topo da lista de suprimentos que as pessoas bem-intencionadas querem doar quando ocorre uma emergência, diz Minnie Portales. Mas grandes quantidades de fórmula gratuita podem ter a consequência não intencional de desencorajar a amamentação entre as mães que poderiam continuar a amamentar com o apoio adequado.

Estudo de caso 3

No Peru os animadores indígenas trabalham com as comunidades a fim de reduzir a desnutrição

http://www.thp.org/news/peru-indigenous-promoters-work-communities-successfully-reduce-malnutrition/

Os 26 animadores indígenas no Peru, dos quais sete são mulheres, são exemplos brilhantes de membros da comunidade que tomam a iniciativa de serem agentes ativos de mudança sustentável.

Este grupo de voluntários trabalha constantemente para melhorar suas habilidades de liderança com uma abordagem baseada em gênero, autoafirmação e autoestima e tem a motivação necessária para levar o verdadeiro desenvolvimento às comunidades indígenas Shawi, com as que trabalha o Projeto Fome no Peru em colaboração com o Chirapaq (Centro de Culturas Indígenas do Peru).

Quinze animadores, homens e mulheres, visitam e ensinam frequentemente as comunidades sobre as melhores práticas agrícolas em face das mudanças climáticas. Também ensinam às mulheres sobre maneiras saudáveis de melhorar os seus hábitos alimentares, bem como sobre a saúde e a higiene das suas crianças, focando nas crianças Shawi menores de três anos. Alguns dos conceitos mais específicos introduzidos são os grupos de alimentos e o aleitamento materno exclusivo durante os primeiros seis meses de vida.

Lições como essas resultaram em uma redução da desnutrição infantil crónica em oito das comunidades Shawi no Peru.

ATIVIDADES

Seja onde estiver, você também pode informar, ancorar, envolver e galvanizar a ação para a amamentação como o alicerce da vida. Eis algumas atividades que você pode considerar.

INFORMAR

- Suscitar a consciência sobre os riscos e desvantagens da alimentação artificial, especialmente nas populações vulneráveis.
- Informar sobre os efeitos duradouros da amamentação ideal.
- Promover a amamentação como forma de reduzir a pegada de carbono.
- Ter conversas sobre o custo de não amamentar para as famílias e o país.

ANCORAR

- Incluir a proteção, promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo em programas de combate ao sobrepeso e à obesidade.
- Convencer os ministérios, por exemplo o Ministério da Agricultura, que a segurança alimentar começa com a garantia da amamentação ideal.
- Integrar a amamentação nos currículos de graduação e pós-graduação para todas as profissões relevantes.
- Integrar a amamentação em programas que abordam a saúde e o desenvolvimento da mãe, do recém-nascido, da criança, do adolescente.
- Assegurar que a Diretriz Operacional das Nações Unidas de 2017 sobre a Gestão da Alimentação de Bebês e Crianças Pequenas em Emergências seja aplicada em todas as intervenções de ajuda de emergência.

ENVOLVER

- Engajar organizações que trabalham com nutrição, fome, segurança alimentar, ajuda alimentar, meio ambiente, mudanças climáticas e redução da pobreza.
- Fazer participar os jovens na elaboração de abordagens inovadoras para promover mudanças.
- Fazer compartilhar os homens e outros membros da família nos cuidados e responsabilidades domésticas.
- Desenvolver a capacidade de equipes multidisciplinares de profissionais e trabalhadores leigos em amamentação, afim de criar uma cadeia calorosa de apoio às mães.

GALVANIZAR

- Promover a implementação da Iniciativa Hospitais Amigos da Criança e de programas comunitários que aconselham e apoiam as mães que amamentam.
- Exigir políticas de maternidade e proteção parental baseadas na Convenção de Proteção à Maternidade da OIT como um padrão mínimo.
- Implementar e monitorar o Código Internacional de Comercialização de Substitutos do Leite Materno inteiro e as resoluções pertinentes da Assembleia Mundial da Saúde.
- Monitorar o impacto ambiental da produção, distribuição e consumo das fórmulas infantis.
- Defender um maior investimento em programas de amamentação, a todos os níveis.

Juntos podemos lutar para um futuro mais saudável, próspero e sustentável

O lema da Semana Mundial de Amamentação de 2018 é **Amamentação: alicerce da vida**. A amamentação adequada ajuda a prevenir todas as formas de desnutrição e tem efeitos positivos para crianças e mães, durante toda a sua vida. A amamentação é uma intervenção ambiental inteligente que contribui à segurança alimentar, mesmo em tempos de crise. Proteger, promover e apoiar a amamentação é crucial para a saúde do nosso planeta e para a população. Além de ser o pilar do desenvolvimento da saúde das crianças, a amamentação é também o alicerce do desenvolvimento de um país. É um grande equalizador social que ajuda a romper o ciclo da pobreza.

Para que a amamentação possa triunfar é necessário trabalhar em equipe. Ao reunir diferentes partes interessadas dos setores de saúde, comunidade e local de trabalho e incluindo autoridades locais, podemos criar uma cadeia de apoio calorosa para as mães que amamentam. Mensagens consistentes e sistemas de encaminhamento apropriados em toda a cadeia de atendimento garantirão que a díade mãe-bebê se beneficie do apoio contínuo e da assistência qualificada. A WABA coordena um projeto em Penang, na Malásia, para criar uma comunidade amiga da amamentação, com o objetivo final de integrar uma atitude favorável à amamentação em iniciativas voltadas para cidades saudáveis e desenvolvimento sustentável.

Você pode criar uma cadeia calorosa de apoio à amamentação onde quer que esteja. Você tem um exemplo de uma cadeia de apoio em sua comunidade? Compartilhe suas experiências e juntos podemos lançar as bases para um futuro mais saudável, mais próspero e sustentável.

AMAMENTAÇÃO Alicerce Da Vida

WABA | Semana Mundial da Aleitamento Materno

1-7 AGOSTO 2018

A amamentação é uma recomendação universal, pois proporciona pleno equilíbrio, levando a todos a um bom começo de vida. De modo geral o aleitamento materno contribui para a saúde, bem estar e a sobrevivência de mulheres e crianças em todo o mundo.

OBJECTIVOS #WBW2018

Informar sobre a relação entre uma boa nutrição, a segurança alimentar, a redução da pobreza e a amamentação.

Ancorar a amamentação como base da vida.

Envolver-se com indivíduos e organizações para maior impacto.

Galvanizar a ação para promover o aleitamento materno como parte de uma boa nutrição, da segurança alimentar e da redução da pobreza.

Um mundo mais justo e sustentável começa com esforços para acabar com a pobreza, proteger o planeta e garantir a prosperidade para todos. A desnutrição, a insegurança alimentar e a pobreza afetam milhões e freiam o desenvolvimento sustentável. A amamentação é uma solução universal que dá a todos um bom começo de vida e estabelece as bases para uma boa saúde e sobrevivência de crianças e mulheres.

O leite materno é perfeitamente concebido para as necessidades nutricionais e imunológicas da criança. A amamentação é uma forma excelente e natural de alimentar as crianças e promover a união entre mãe e criança, em qualquer contexto. Apesar das taxas iniciais de amamentação serem relativamente altas, apenas 40% de todos os bebés menores de 6 meses são exclusivamente amamentados e só 45% continuam a ser amamentados até os 24 meses de idade. Além disso, existem grandes variações regionais e nacionais nas taxas de amamentação. Se pudéssemos aumentar a amamentação ideal no mundo, poderíamos salvar da morte mais de 823000 bebês e 20000 mães. O fato de não amamentar um bebé conduz a uma redução de inteligência e resulta em perdas económicas de cerca de US$ 302 mil milhões por ano.

Existem muitas barreiras para criar um ambiente favorável e propício para as mulheres amamentarem, por exemplo a falta de serviços de saúde adequados, o apoio familiar e comunitário insuficiente e as políticas de emprego e no ambiente de trabalho que não facilitam o aleitamento materno. O marketing agressivo de substitutos do leite materno piora a situação.

Para atingir o objectivo da Assembleia Mundial de Saúde (WHA) de chegar a uma taxa de amamentação exclusiva de pelo menos 50% em 2025 será necessário agir de maneira concertada. Já houve bastante progresso, mas há muito a fazer para preencher a lacuna existente entre as políticas e a sua implementação. Juntos, podemos defender a amamentação como parte essencial de uma boa nutrição, da segurança alimentar e da redução da pobreza. A Semana Mundial de Aleitamento Materno 2018 concentra-se em:

1. **Prevenir a desnutrição em todas as suas formas**
   A desnutrição pode referir-se tanto à insuficiência de nutrição como também ao excesso de peso e as doenças não transmissíveis associadas. Este duplo fardo da desnutrição tem grandes consequências na saúde de curto e longo prazo.
2. **Garantir a segurança alimentar mesmo em tempos de crise**
   A segurança alimentar significa acesso a comida para todas as pessoas em todos os momentos. É afetada pela disponibilidade de alimentos, pelos preços e outros problemas, por exemplo a fome, os desastres naturais, os conflitos e a degradação ambiental.
3. **Quebrando o ciclo da pobreza**
   A pobreza é afetada por vários fatores, incluindo a fome e desnutrição. A fome leva as famílias pobres a uma espiral descendente e as impede de sair do ciclo da pobreza.

A amamentação ajuda a prevenir a desnutrição em todas as suas formas, assegura a segurança alimentar para bebés e crianças pequenas e, assim, ajuda a tirar pessoas e nações do ciclo da fome e da pobreza. É, portanto, uma fundação da vida. Proteger, promover e apoiar a amamentação é vital para um mundo mais sustentável.

PATROCÍNIO: A WABA não aceita nenhum tipo de patrocínio de companhias produtoras de Substitutos de Leite Materno, equipamento e/ou alimentos complementares com eles relacionados, que desvirtuam a amamentação. A WABA encoraja a todos os participantes da Semana Mundial da Amamentação a respeitar e a seguir esta postura ética.

Agradecimentos: A WABA agradece a estas pessoas
Colaboradores : Lucy Sullivan, Rafael Perez-Escamilla and Ted Greiner
Revisores : Anne Batterjee, Anwar Fazal, Betty Sterken, David Clark, Elien Rouw, Frenny Jowi, Hiroko Hongo, Hussein Tarimo, Irma Chavarria de Maza, Irum Taqi, Jennifer Mourin, Johanna Bergerman, JP Dadhich, Kathy Parry, Laurence Grummer Strawn, Lee Claassen, Maryse Arendt, Michele Griswold, Paige Hall Smith, Prashant Gangal, Regina Da Silva, Rufaro Madzima, Rukhsana Haider, Taru Jindal and Zaharah Sulaiman

Edição : Amal Omer-Salim, Nisha Kumaravel, Pei Ching Chuah
Assessora : Felicity Savage
Designer : C-Square Sdn Bhd
Impressão : Jutaprint, Penang
Financiador : Swedish International Development Cooperation Agency (Sida)
Estudos de Caso: The Hunger Project and World Vision

A Aliança Mundial para a Acção em Aleitamento Materno (WABA) é uma rede mundial de pessoas e organizações dedicadas à protecção, promoção e apoio ao aleitamento materno em todo o mundo com fundamentos na Declaração de Innocenti, os Dez Passos para Nutrir o Futuro e na Estratégia Global para a Alimentação de Lactentes e Crianças de Primeira Infância da OMS/UNICEF. A WABA tem estatuto de consultor junto ao UNICEF e é uma ONG com Estatuto Especial de Consultor junto ao Conselho Económico e Social das Nações Unidas (ECOSOC). A WABA coordena a campanha da Semana Mundial da Amamentação. A WABA trabalha em estreita ligação com muitas organizações e indivíduos. Os nossos parceiros neste esforço são: a Academia de Medicina de Amamentação (ABM), Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar (IBFAN), Associação Internacional de Consultores em Lactação (ILCA), La Leche League Internacional (LLLI), Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), Organização Mundial da Saúde (OMS), Organização para Agricultura e Alimentos (FAO) e diversas organizações internacionais. O trabalho da WABA incluindo a Semana Mundial da Amamentação são possíveis graças ao apoio generoso da Agência Sueca de Cooperação para o Desenvolvimento Internacional (Sida).

WABA, PO Box 1200 10850 Penang, Malaysia | Tel: 60-4-658 4816 | Fax: 60-4-657 2655 | Email: wbw@waba.org.my | Web: www.waba.org.my

www.worldbreastfeedingweek.org

WABA | SEMANA MUNDIAL DA AMAMENTAÇÃO (SMA) 1-7 Agosto 2018

Prevenir a desnutrição em todas as suas formas

Efeitos positivos da amamentação para a saúde ao longo da vida

Há fortes evidências de que a amamentação tem muitos efeitos sobre:

- Mãe: ajuda no espaçamento dos nascimentos, reduz o risco de câncer de mama e de ovários e reduz o risco de hipertensão.
- Criança: combate doenças infecciosas, diminui a incidência e a gravidade da diarreia, reduz as infecções respiratórias e a otite média aguda, previne a cárie dentária e a má oclusão e aumenta a inteligência.

Há muito se reconhece que a desnutrição, com baixo peso e nanismo, é comum em países de baixa renda. Além desse problema, o excesso de peso e as doenças não transmissíveis associadas são, na verdade, um fator contribuinte maior para o ônus da doença em países de baixa renda em comparação com os países de alta renda. A falta de aleitamento materno pode estar ligada ao baixo peso e ao excesso de peso em crianças. Este duplo fardo da desnutrição tem grandes consequências na saúde de curto e longo prazo.

A desnutrição infantil, especialmente o raquitismo, frequentemente resulta de alimentação artificial em famílias de baixa renda. O raquitismo pode ser evitado indiretamente, por exemplo prevenindo a diarréia grave. Além da amamentação, muitos factores afectam o crescimento e o desenvolvimento ideais da criança, incluindo a introdução, quantidade, e frequência de alimentação complementar. O risco da outra forma de desnutrição, excesso de peso e obesidade, aumenta quanto mais a criança é alimentada artificialmente, e isso está se tornando mais comum em todos os contextos.

A amamentação também tem implicações para a nutrição materna. A hipótese que as mães ficarão desnutridas e perderão peso devido a amamentação não parece ser válida. Uma boa nutrição materna juntamente com espaçamento ideal entre os partos e acesso a contraceptivos, são os principais fatores para prevenir a desnutrição materna. A amamentação exclusiva também ajuda as mães a retornarem a um peso saudável e, possivelmente, diminui o risco de desenvolver diabetes.

A amamentação adequada ajuda a prevenir a desnutrição de todas as formas, com efeitos positivos ao longo da vida tanto nas crianças como nas mães.

No mundo inteiro contam-se **155 milhões** de crianças raquíticas com menos de 5 anos de idade, 52 milhões com caquexia e 41 milhões com excesso de peso [1]

Em países de baixa e média renda, os bebês que foram amamentados tiveram um risco **21%** menor de morte no primeiro ano, em comparação com bebês que nunca foram amamentados [2]

Estima-se que a amamentação reduz o risco de excesso de peso e obesidade em cerca de **10%** comparado a alimentação com fórmula. [3]

Mais de **1,9 bilhões** de adultos (18 anos ou mais) apresentavam excesso de peso. Destes, mais de 650 milhões eram obesos. [1]

1. Desnutrição Infantil. (n.d.). Obtido em http://www.who.int/gho/child-malnutrition/en/
2. Akst,J.(2015). Leite materno e obesidade: Um estudo associa componentes do leite materno ao crescimento do bebé. Obtido em https://www.the-scientist.com/
3. Sankar, M.J. et al. (2015). As práticas ideais de amamentação e a mortalidade infantil: uma revisão sistemática e de meta-análise. Acta Pediátrica, 104,3-13

Garantir a segurança alimentar mesmo em tempos de crise

Práticas ótimas de alimentação de bebês e crianças pequenas

A amamentação ideal é vital para a boa saúde e o bem-estar de mulheres e crianças durante toda a vida.

A OMS e o UNICEF recomendam:

- O início precoce da amamentação dentro de uma hora após o nascimento.
- Amamentação exclusiva durante os primeiros 6 meses de vida.
- Amamentação contínua até os 2 anos de idade ou mais, com introdução de alimentos complementares (sólidos) nutricionalmente adequados e seguros aos 6 meses de idade.

As Nações Unidas definem a segurança alimentar como "*existente quando todas as pessoas, em todos os momentos, têm acesso físico, social e económico a alimentos seguros, nutritivos e em quantidade suficiente para atender às necessidades alimentares para uma vida saudável e produtiva*". Os 1000 primeiros dias são críticos pois é quando a fundação do desenvolvimento humano está sendo construída. A amamentação proporciona segurança alimentar aos bebês desde o início da vida e contribui para a segurança alimentar de toda a família. Políticas que protejam, promovam e apoiem a alimentação ideal de lactentes e crianças pequenas devem incluir a segurança alimentar para todas as mulheres grávidas e lactantes.

A amamentação é um excelente exemplo das conexões profundas entre a saúde humana e os ecossistemas da natureza. O leite materno é um alimento natural, renovável que é ambientalmente seguro e ecológico porque é produzido e entregue ao consumidor sem contaminação, sem embalagem ou desperdício. Em contraste, a alimentação artificial deixa uma pegada ambiental maior que contribui para o esgotamento dos recursos naturais, a degradação ambiental e a mudança climática em diversas formas. A cria de animais e a produção de leite causa os gases de efeito estufa. Além disso, a produção, a embalagem, o armazenamento, a distribuição e preparação do leite artificial exige um uso considerável de combustíveis fósseis e grandes quantidades de água. Portanto, a alimentação artificial contribui para a emissão de gases de efeito estufa e para a escassez de água que agravam ainda mais as mudanças climáticas.

As alterações climáticas levam a desastres naturais e crises humanitárias. Em situações de emergência as cadeias de fornecimento de leite em pó não confiáveis e as condições anti-higiénicas que geralmente prevalecem tornam a amamentação a opção mais segura.

A amamentação é uma decisão inteligente que ajuda a garantir a segurança alimentar mesmo em tempos de crise. Proteger, promover e apoiar a amamentação é crucial para a saúde do nosso planeta e dos habitantes.

Globalmente, **815 milhões** de pessoas vivem numa situação de insegurança alimentar e desnutrição crónicas e a grande maioria, 489 milhões, vivem em países afetados por conflitos [4]

Estima-se que o mercado mundial do leite artificial atingirá vendas de **$70,6 bilhões** em 2019 [5]

São necessários mais de **4000 litros** de água para produzir apenas 1kg de leite em pó. [6]

1% A quantidade e qualidade da produção de leite materno quase não é afetada pelo status nutricional da mãe, exceto em mulheres desnutridas (que é apenas 1%) [7]

Globalmente, existem cerca de **60 milhões** de refugiados e populações deslocadas, muitas das quais são crianças e mulheres em risco de múltiplas formas de desnutrição, que podem se beneficiar da amamentação.[8]

4. Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação (FAO).(n.d.). Quão perto estamos do #Fome Zero? Obtido em http://www.fao.org/state-of-food-security-nutrition/en/
5. Save the Children. (2018). Não pressione. Porque a indústria do leite artificial precisa atuar. Obtido em https://www.savethechildren.org.uk/content/dam/gb/reports/health/dont-push-it.pdf
6. Linnecar, A.et al. (2014). Fórmula para o desastre. Pesando o impacto ambiental da alimentação com leite em pó vs. amamentação. Obtido em http://ibfan.org/docs/FormulaForDisaster.pdf
7. Durante as catástrofes, as vantagens da amamentação brilham (n.d.). Obtido em https://www.ennonline.net//breastfeedingadvantagesdisasters
8. Nutrição em caso de emergências. (n.d.). Obtido em http://www.wpro.who.int/nutrition_wpr/nutrition_emergencies/en/

Romper o ciclo da pobreza

Custos económicos e ambientais da não amamentação

Os custos a curto e longo prazo de não amamentar afetam toda a sociedade da seguinte maneira:

- Os bebés que não são amamentados têm o QI mais baixo, reduzindo suas chances de atingir uma boa educação e, em consequência, de ganhar mais na vida futura.
- As baixas taxas de amamentação contribuem para aumentar doenças, incorrendo, assim, em custos mais elevados de cuidados de saúde e tratamento.
- A produção, a embalagem, o armazenamento, a distribuição e a preparação do leite artificial contribuem para os danos ambientais.

Um mundo sustentável começa com o fim da pobreza em todas as suas formas e em todos os lugares. De acordo com Pinstrup-Andersen, "*nem todas as pessoas pobres têm fome, mas quase todos os famintos são pobres. Milhões de pessoas sofrem de fome e são desnutridas porque simplesmente não podem comprar comida suficiente, não podem pagar por alimentos nutritivos ou não podem pagar os suprimentos agrícolas que precisam para cultivar alimentos o suficiente.*" A fome e a pobreza atuam juntas num círculo vicioso que impede as pessoas de alcançar o seu potencial.

A amamentação é uma solução universal que equilibra o campo de jogo para dar a cada criança um bom começo de vida. Permite que milhões de crianças pequenas sobrevivam e prosperem, colocando-as no caminho para uma saúde melhor e um futuro mais próspero. O leite materno é o alimento mais eficaz nutricionalmente e imunologicamente para os bebés e crianças pequenas. É o alimento que serve de combustível para o desenvolvimento cerebral como nenhum outro. A amamentação fortalece o desenvolvimento cognitivo e o QI das crianças, melhorando assim os resultados escolares, a participação na força de trabalho e os ganhos vitalícios. A falta desse estágio crítico do desenvolvimento cerebral durante a infância pode resultar em perdas cognitivas e econômicas significativas.

Amamentar melhora a saúde e o bem-estar das mulheres e das crianças, e é o alicerce do desenvolvimento e do futuro de um país. É o grande equalizador que pode ajudar a quebrar o ciclo da pobreza.

Cerca de uma em cada cinco pessoas nas regiões em desenvolvimento ainda vive com menos de US$ 1,90 por dia. [9]

A amamentação é um dos melhores investimentos em saúde global. **Cada US$ 1 investido** em amamentação **gera US$ 35** de retornos econômicos. [10]

Durações mais curtas da amamentação para crianças foram associadas a uma perda de **2,6 pontos nos testes de QI** [10]

A não amamentação está associada a **perdas económicas de cerca de US$ 302 bilhões** anuais, ou 0,49% da renda bruta mundial. [10]

9. Pobreza - Desenvolvimento Sustentável, Nações Unidas. (n.d.). Adquirido em http://www.un.org/sustainabledevelopment/poverty/
10. Nutrindo a Saúde e a Riqueza das Nações: Argumentos a favor do Investimento na Amamentação. http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-collective-investmentcase.pdf