

**Apesar de se conhecerem todas as vantagens do aleitamento, no presente século XXI, o século do conhecimento e do entendimento das coisas, ainda muitas mães se questionam sobre o seu benefício. Amamentar não é só fornecer alimentos, mas também viver a relação humana na sua máxima expressão.**

Foi em Itália, em 1990, que sobre o leite materno e amamentação foi aprovada por consenso a chamada 1ª Declaração de Innocenti (Florença). Esta declaração depois revista em 2005, deu origem à elaboração do documento “O QUE TODOS DEVEM SABER SOBRE A AMAMENTAÇÃO” e à aprovação de metas para a protecção, promoção e apoio ao aleitamento materno, em todos os países do mundo. Entre nós, alguns os poucos hospitais/maternidades que têm um plano de promoção e incentivo do aleitamento desde o nascimento, têm a designação conferida pela UNICEF-OMS, de “Hospital Amigo das Crianças”. Para além dos profissionais de saúde que defendem os bebés, aconselhando a amamentação, podem encontrar-se na internet alguns sítios, em português, que podem ajudar na amamentação, e que por vezes disponibilizam apoio domiciliário. Pela importância que se reveste a amamentação, por iniciativa da WABA (World Alliance for Breastfeeding Action) comemora-se no dia 1 de Agosto de cada ano, o dia mundial da amamentação com actividades destinadas a promover o aleitamento.

A generalidade das mães têm um enorme prazer em amamentar, mas há as que o fazem com uma enorme dificuldade e sacrifício. Uma mãe que amamenta deve ter a noção de que a produção diária de leite é um processo complexo, que sofre várias influências e responde a variados estímulos e que para amamentar necessita de estar bem alimentada, descansada, descontraída, confortável, disponível, com tempo, paciência e com privacidade. E porque podem surgir contratemplos na amamentação e há muito desconhecimento das vantagens e dos benefícios daí decorrentes, em algumas mães, desde o inicial desejo de amamentar até à desistência, por vezes apenas decorrem alguns dias.

**Para que a amamentação se realize na sua plenitude deve começar a ser preparada antes do nascimento. Para que depois de iniciada tenha sucesso, tendo em conta todas as dificuldades que podem surgir a qualquer momento, a amamentação carece de apoio, esclarecimento, auto-confiança e persistência.**

**Apoiar todas as mães que querem amamentar, deve ser uma preocupação dos profissionais para evitar que se desçam os cinco “D”egraus, que as podem levar ao abandono precoce desta tarefa.**

Por se conhecerem os claros benefícios da amamentação, há pois que **apoiar todas as mães que querem amamentar**, de modo a que nestas não ocorra a sequência a que chamo dos 5 “d”s: de Desejo, de Dúvidas, de Desconfiança, de Despero e finalmente de Desistência.