Ela convida toda a sociedade a colaborar com uma política social urgente: **cuidar de quem cuida.**
Com a carteirinha **"Eu amamento, você me apoia"**, garantimos que mais mães tenham segurança para amamentar — promovendo saúde, equidade e um futuro melhor para as novas gerações.

Você sabia que muitas mães interrompem o aleitamento precocemente por falta de suporte familiar e social?

POR QUE ESSA INICIATIVA É IMPORTANTE?

Amamentar exige energia, e uma boa alimentação auxilia na produção de leite.

Mas muitas mães têm pouco tempo para cuidar de si mesmas.
Comunidades fortalecidas apoiam mulheres que amamentam, tornando a amamentação um compromisso coletivo — e não um fardo individual.

O BEM QUE A AMAMENTAÇÃO FAZ PARA A MÃE, O BEBÊ, A SOCIEDADE E O PLANETA.



Ela amamenta a gente apoia

Carteirinha da Lactante

Uma iniciativa de apoio ao aleitamento materno

uma iniciativa
PREFEITURA
DO SEU MUNICÍPIO

com apoio
URBAN95

PÉ DE INFÂNCIA
Apoio e informação para quem cuida

PARA O BEBÊ:
Protege contra doenças, fortalece o sistema imunológico e reduz o risco de obesidade e alergias.
Bebês amamentados têm menor risco de infecções respiratórias e gastrointestinais. (OMS, 2022)

PARA A MÃE:
Reduz o risco de câncer de mama e ovário, diminui o sangramento pós-parto e ajuda na recuperação do peso.
Estudos mostram que cada ano de amamentação pode reduzir em até 6% o risco de câncer de mama. (OMS, 2021)

PARA A SOCIEDADE:
Diminui custos com saúde pública, fortalece a segurança alimentar e melhora a produtividade futura.
Segundo o UNICEF, cada dólar investido na amamentação gera um retorno de US$ 35.

PARA O PLANETA:
Zero impacto ambiental.
Sem necessidade de embalagens ou produção industrial, o leite materno é a forma mais sustentável de alimentar um bebê.
A substituição por fórmulas contribui para o aumento da pegada de carbono, devido à produção, transporte e descarte.

Fontes: Organização Mundial da Saúde (OMS), Ministério da Saúde do Brasil, UNICEF.

QUEM PODE APOIAR ESSA INICIATIVA?

- Empregadores em geral
- Comércio local: padarias, mercados, restaurantes, feiras, empresas que desejam apoiar lactantes com alimentos, acolhimento e respeito.

COMPROMISSOS DE QUEM PARTICIPA

Como empregador, eu me comprometo a:

- Garantir pausas para amamentação conforme a CLT, permitindo tempo para amamentar ou ordenhar.
- Criar um espaço adequado, com privacidade e higiene, para amamentação ou ordenha.
- Flexibilizar horários, sempre que possível, para facilitar a amamentação.
- Promover um ambiente sem discriminação, acolhedor e respeitoso para mães lactantes.
- Incentivar políticas de licença-maternidade estendida, quando aplicável.
- Oferecer informações confiáveis sobre aleitamento e redes de apoio.

Como comércio parceiro, eu me comprometo a:

- Oferecer atendimento prioritário para mães lactantes, sempre que possível.
- Garantir um ambiente acolhedor, onde elas possam amamentar com tranquilidade.
- Disponibilizar, quando viável, um espaço para amamentação — tornando o local um ponto de apoio.
- Oferecer benefícios, como descontos em produtos saudáveis ou itens essenciais.
- Divulgar o projeto “Eu Amamento”, incentivando mais estabelecimentos a aderirem.
- Capacitar funcionários para atender com respeito e empatia mulheres lactantes com a carteirinha.

AMAMENTAR É UM DIREITO. É UM ATO DE AMOR.

Com a Carteirinha da Lactante, apoiamos as mães a seguirem firmes nessa jornada.

Vamos juntos apoiar quem amamenta!
Com um esforço coletivo, podemos transformar essa iniciativa em uma verdadeira rede de apoio.

