

# Sete Medidas

PARA SER  
CONSIDERADA



## COMUNIDADE AMIGA DOS BEBÉS

- 1** *Ter uma política de promoção do aleitamento materno, escrita, afixada a ser transmitida a toda a equipa de cuidados de saúde*
- 2** *Dar formação à equipa para que implemente esta política*
- 3** *Informar todas as grávidas e a família sobre as vantagens e a prática do aleitamento materno*
- 4** *Apoiar as mães a iniciarem e manterem o aleitamento materno*
- 5** *Promover o aleitamento materno exclusivo até aos 6 meses e aleitamento materno com alimentos complementares até aos 2 anos*
- 6** *Providenciar ambiente acolhedor para as famílias que amamentam*
- 7** *Promover a colaboração entre a equipa de saúde e grupos de apoio ao aleitamento materno da comunidade local*