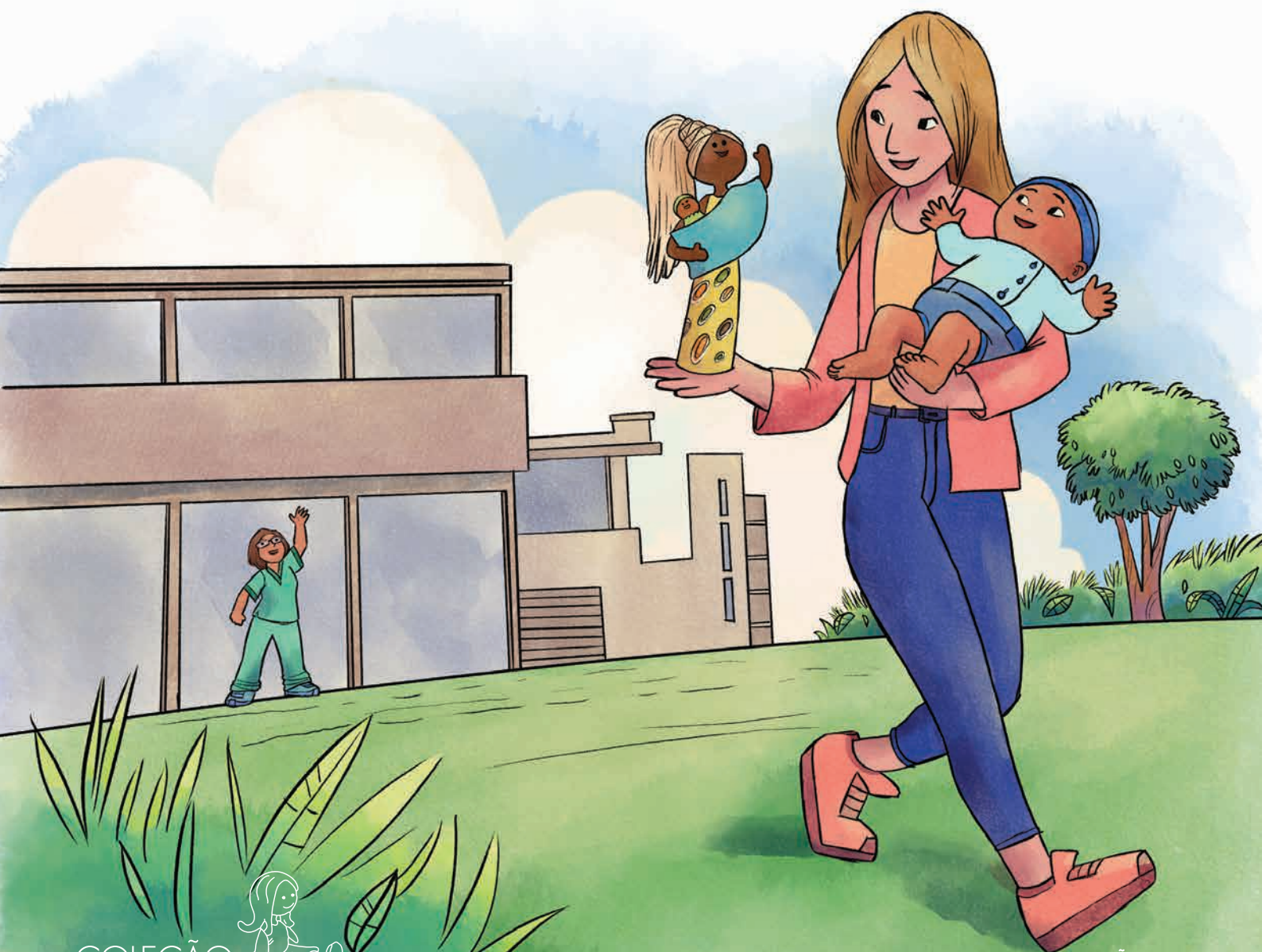


Amamentar





Realização:



MINISTÉRIO DA
CULTURA



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Almeida, Susane Villano

Amamentar / texto Susane Villano Almeida ;
ilustrações Leandro Robles e Fabiana Arantes. --
São Paulo : Associação Bonecar, 2026. --
(Coleção bonecar ; 9)

ISBN 978-65-996625-7-7

1. Aleitamento materno 2. Amamentação 3. Bebês -
Alimentação 4. Mães e bebês 5. Puericultura 6. Saúde
da mulher I. Arantes, Leandro Robles e Fabiana.
II. Título III. Série.

26-357261.0

CDD-649.33

Diretoria da Associação Bonecar:

Gigi Carvalho - Presidente.
Elaine M. da Costa Nunes - Vice-presidente.
Marina Pougy Magalhães - Diretora Geral.

Coordenação Geral: Associação Bonecar.

Coordenação Administrativa: Nildo Hardman.

Coordenação Pedagógica: André Sampaio.

Autora da Obra: Susane Villano.

Ilustrações: Leandro Robles e Fabiana Arantes.

Projeto Gráfico e Diagramação: QuartaDesign.

Revisão de Texto: André Sampaio.

Direção de Produção: Virginia Casé.

Produção Executiva: Françoise Fillon.

Índices para catálogo sistemático:

1. Amamentação materna : Puericultura 649.33

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

Amamentar

Às mães que amamentam, às que doam e às que lutam por cada gotinha: este livro é para vocês. Ao Hospital Amparo Maternal, que acolhe vidas todos os dias, e a cada profissional — gerentes, coordenadores, enfermeiros assistenciais e neonatologistas — que conduzem a maternidade com sensibilidade, firmeza e propósito. Às equipes dos Bancos de Leite Humano de todo o Brasil, que transformam solidariedade em sobrevivência. E, com especial carinho, à Wilma Fernandes Gomes Bandeira, que compartilhou sua história tão profunda e luminosa. Mãe e doadora, nos lembra que o amor pode existir mesmo nos silêncios — e que doar leite é, também, doar esperança.

Quero me apresentar: sou Clara,
uma boneca especial, a Boneca da
Amamentação. Sou testemunha
silenciosa de histórias que, muitas
vezes, ninguém vê.

Vejo profissionais deste hospital
passando apressados, dando o seu
melhor. Mulheres que acabaram de se
tornar mães, tentando decifrar a pega
correta. Outras, sorrindo, com o brilho
nos olhos, entre uma mamada e outra.
Mães que choram. Vejo muitas dúvidas e
muitos abraços de acolhimento.

Aqui, tudo gira em torno de um poder
que só a mulher tem: gerar vida.

Quero mostrar a você como o amor
encontra caminhos nas maternidades e
nos corações de mães que se conectam
por meio de um gesto simples e
profundo: amamentar.

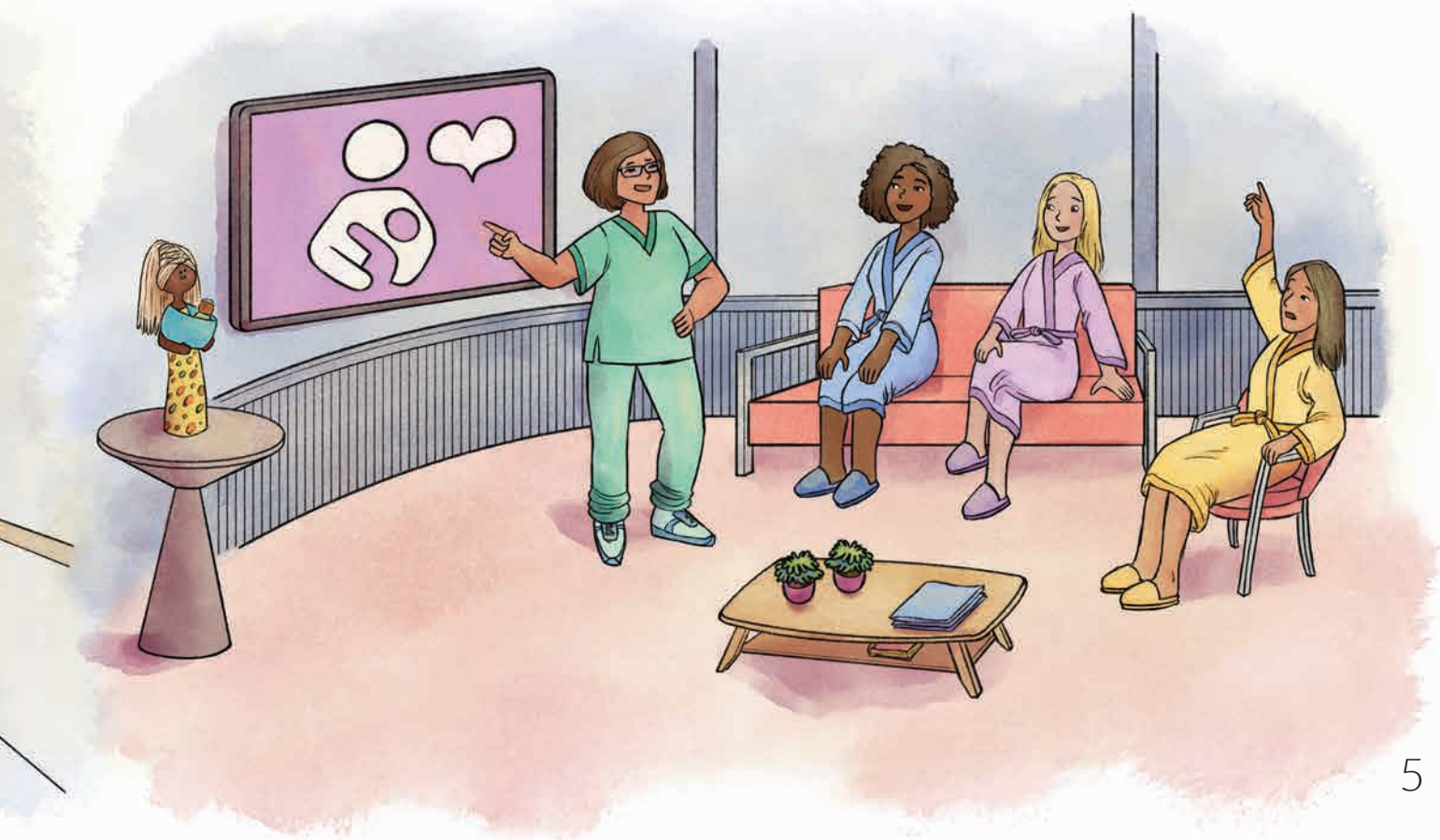


Eu e a enfermeira Aline nos encontramos todos os dias aqui na maternidade. Ela sempre ajeita o crachá antes de começar a sua conversa com as mulheres que acabam de se tornar mães.

- Bom dia, mãezinhas. Quero que vocês saibam que aqui cada gota de leite conta. Luana levanta a mão, tímida:
- Mesmo as gotinhas que eu tiro? Eu quase não consigo...

Aline se aproxima com um sorriso seguro, daqueles que abraçam, e então continua, com o olhar firme de quem acredita no que diz:

- É justamente uma gotinha que salva um bebê. O leite materno é mais do que alimento... é proteção, é força, é vida. Um bebê que recebe leite materno ganha anticorpos, energia e a chance de crescer forte e se recuperar rápido. Por isso, cada gota vale ouro.



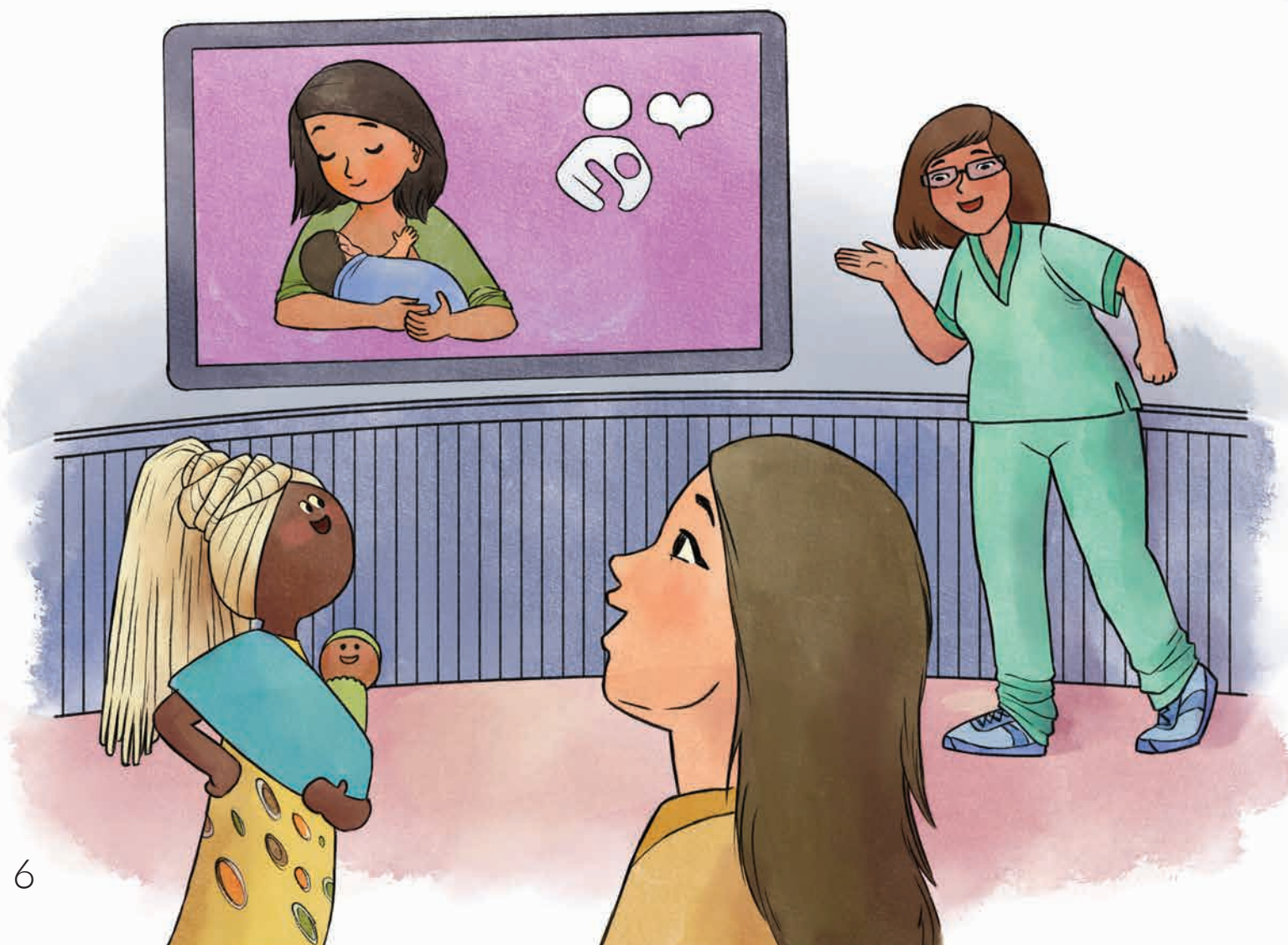
Aline respira fundo, olhando para o grupo de mães ao redor:

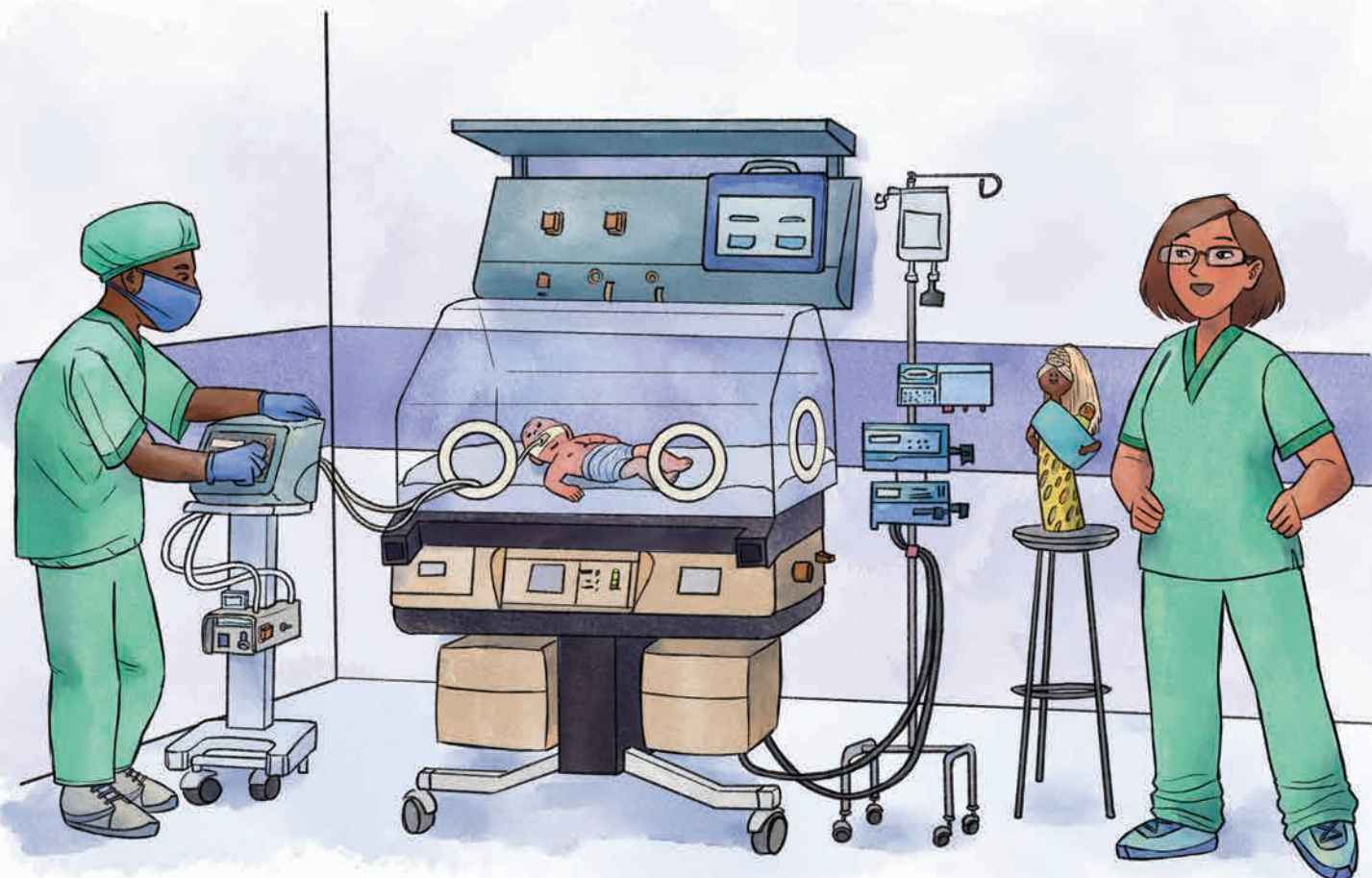
- O leite materno produzido deve ser oferecido desde o primeiro dia de vida. Os benefícios do leite materno são inúmeros: protege contra infecções, fortalece o sistema imunológico, reduz o risco de alergias, asma, obesidade e diabetes, além de ajudar no desenvolvimento neurológico, na digestão e de evitar cólicas.

O aleitamento é o começo de uma vida.

- Temos mães que são fartas de leite, outras que produzem leite com enorme esforço para alimentar seus bebês internados e outros leites que chegam de mães doadoras, gestos de generosidade. Cada frasco de leite que chega aqui é tratado como um presente — porque realmente é.

Aline tem razão: o aleitamento nem sempre é igual para todos os bebês, mas ele é essencial e pode ser ofertado de inúmeras formas.





Aline e eu seguimos para a UTI neonatal, onde encontramos os enfermeiros neonatais cuidando dos recém-nascidos. Alguns bebês nascem antes da hora. Outros ainda não conseguem mamar. Para eles, o leite doado é força pura.

Pergunto a Aline se é seguro mesmo um bebê tomar leite de outra mãe.

— Pode confiar, sim. Os leites que vêm dos Bancos de Leite passam por um processo rigoroso. São feitos exames de sangue na mãe doadora. São realizadas análises de qualidade.

E o leite é pasteurizado, o que elimina qualquer risco de contaminação. Só leite perfeito é liberado para o bebê.

— E continua bom depois de todo esse processo?

— Muito! O leite materno é tão incrível que, mesmo após a pasteurização, mantém anticorpos, nutrientes essenciais e fatores de proteção que ajudam o bebê a ganhar força.

No Banco de Leite, tudo é feito com cuidado cirúrgico e um coração enorme.

É aqui que a história de Isadora, uma mãe doadora de leite, se torna um exemplo vivo desse poder. Sua filha recém-nascida mamava bastante e, quando estava satisfeita, ainda sobrava leite em seu peito.

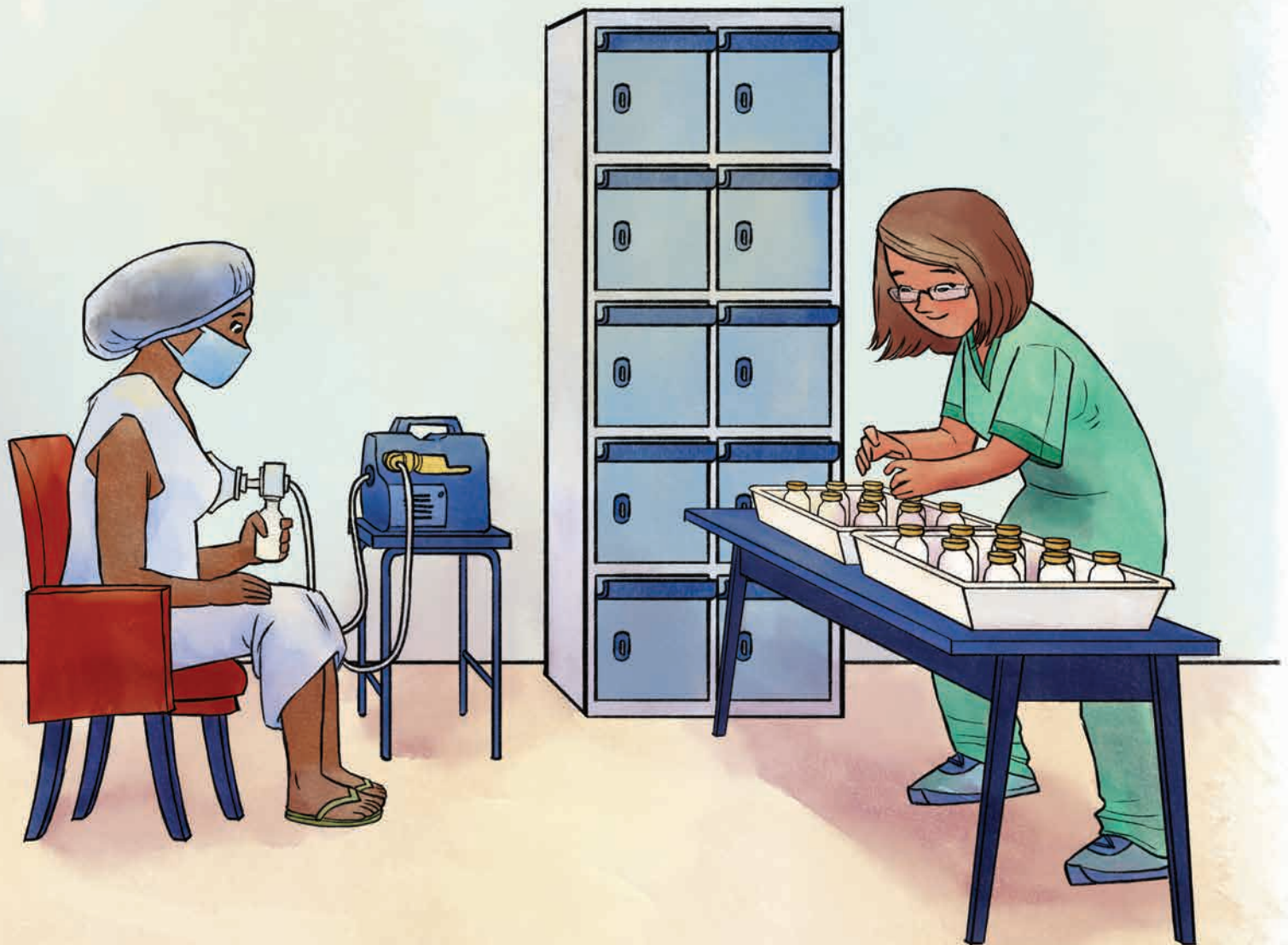
Sentindo desconforto e dores na pega, recebeu a indicação de procurar um Banco de Leite para que as enfermeiras pudessem ajudá-la. Assim que soube da possibilidade, começou a doar o seu leite. Com o coração aberto, ela contou:

— Minha bebê viveu nove meses e, durante todo esse tempo, nunca teve um resfriado. Foram dois meses de internação. Com certeza, o leite ajudou o sistema imunológico dela. Sei dos benefícios que o leite materno traz para os bebês frágeis e do seu potencial de ajuda na recuperação de bebês prematuros internados. Ao amamentar, eu dava forças a ela. Mesmo após a evolução de sua doença e fragilidade, ela tomava uma gotinha por vez. O contato pele a pele dava a ela uma sensação de segurança e acolhimento. Eu via em seu olhar a força para lutar.



Banco de Leite

Sala de Coleta



Aline e eu estamos presentes em todos os espaços da maternidade. Posso dizer que testemunhar encontros sem rostos está entre as experiências mais emocionantes.

O leite doado por Isadora chegou à UTI para ser ofertado ao bebê de Luana.

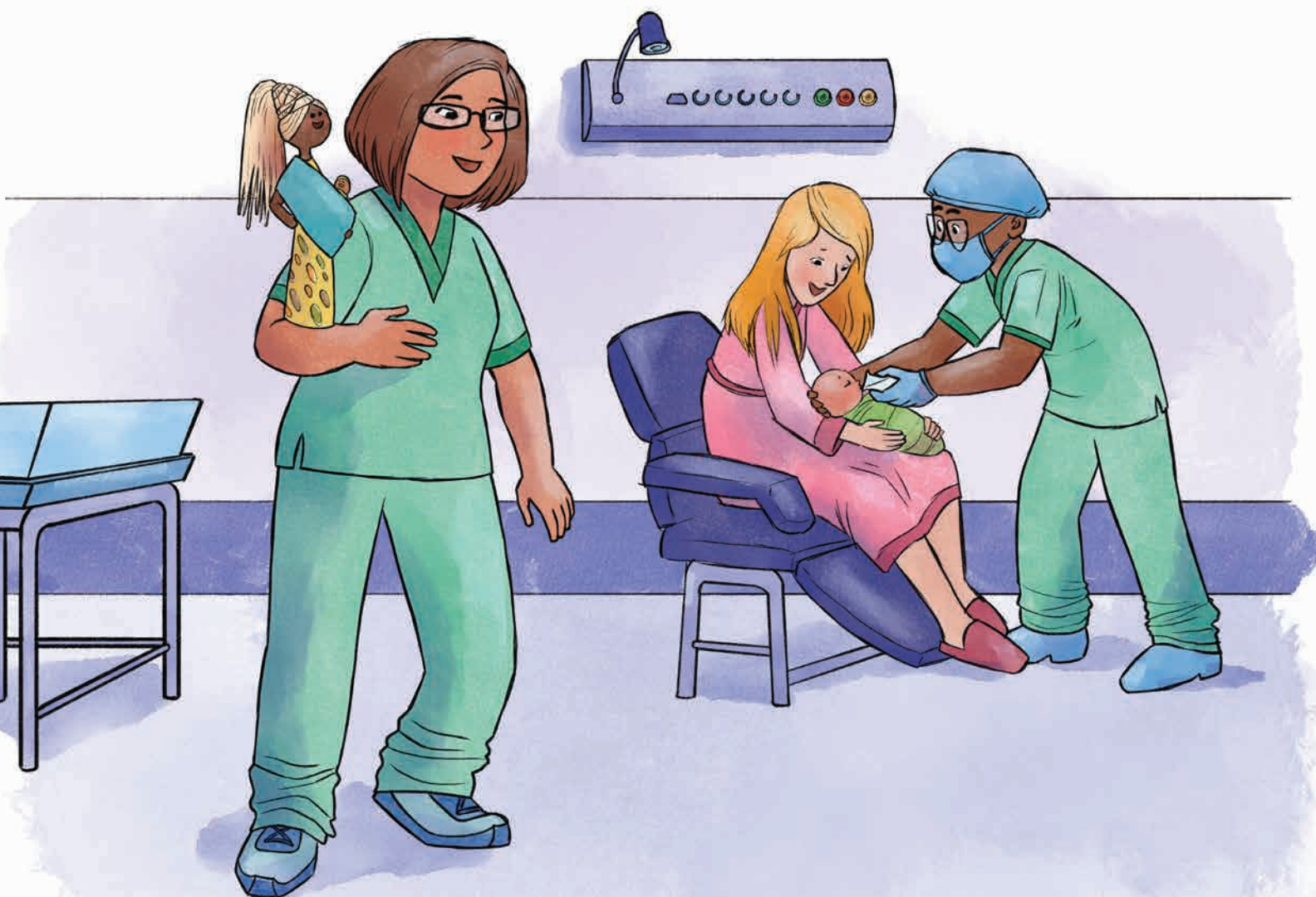
— Posso saber quem doou este leite ao meu bebê? — perguntou ela.

Aline respondeu:

— Uma mãe. Uma mulher muito forte, como você.

Luana segurava o copinho como quem segura um milagre ao alimentar seu bebê prematuro e, agradecida, disse:

— Eu queria conhecê-la... agradecer.



Isadora também ordenhava seu leite em casa. Nesse momento, deixava o coração transbordar em palavras silenciosas:

— O leite que nutriu minha bebê agora segue seu caminho para salvar outras vidas. É uma forma de estender o amor que vivemos. Em algum lugar, outra mãe sente a esperança nascer.

A amamentação é uma das maiores forças da maternidade: nutre, protege e transforma. Acompanhar a recuperação de bebês que ganham peso, que melhoram, que respiram melhor graças ao leite doado é compreender que cada gota carrega uma história de amor. É um testemunho de generosidade.

Doar leite é doar amor.



Vejo Luana sorrindo enquanto se despede de todos após a alta de seu bebê. Agora, ele está forte, saudável e pronto para ir para casa.

Vejo mães amamentando pela primeira vez, emocionadas com a descoberta, entendendo que a “hora de ouro” é decisiva para o estímulo da produção de leite e para a sobrevivência de seus bebês.

E vejo também mães que, por diferentes motivos, não conseguem amamentar — algumas frustradas, outras aliviadas ao saber que seus filhos receberão leite materno doado.

Existe uma rede de amor pulsando sem parar, percorrendo as ruas da cidade em caixas térmicas que chegam e partem dos Bancos de Leite, sempre com o mesmo destino: as maternidades.



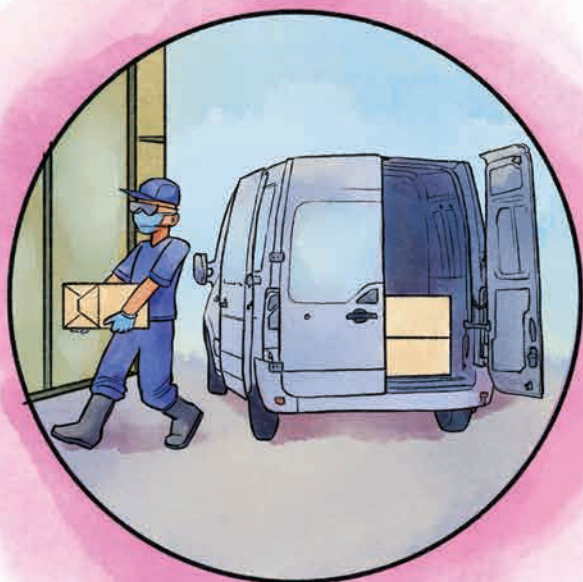


Nos setores de triagem, novas mães se preparam para as coletas. Nas salas de amamentação, rostos diferentes se encontram todos os dias.

Aline é sempre atenciosa e repete, a cada nova mãe que chega, que amamentar se torna mais leve quando se compreendem as técnicas e os manejos corretos.

É um ciclo que nunca termina. Um fluxo contínuo de cuidado, força e generosidade.

Porque, quando uma mãe ajuda outra no aleitamento, algo muito maior acontece... a maternidade expande fronteiras e salva muitas vidas!



Se você está começando a amamentar, busque apoio — ninguém nasce sabendo, e toda mãe merece acolhimento. Se você tem leite sobrando, doe — seu gesto chega aonde seus braços não alcançam. Se você está lutando para produzir, saiba que não está sozinha — existem caminhos, profissionais e mãos estendidas para te ajudar.

E, se você carrega uma história difícil, como tantas mulheres, permita que o amor encontre passagem. Às vezes, ele chega em forma de um frasco de leite. Às vezes, em uma palavra gentil. Às vezes, em um abraço silencioso. Sou a Boneca da Amamentação — criada para lembrar, em cada canto deste hospital e em cada coração de mãe, que amamentar é um ato que nutre, protege e transforma vidas. Porque a vida começa — e se fortalece — no ato de amamentar.





Em um emocionante mergulho no universo da maternidade, Amamentar é narrado por Clara, a Boneca da Amamentação, testemunha silenciosa das histórias de luta, generosidade e conexão que pulsam dentro de uma maternidade. Ao lado da enfermeira Aline, Clara revela a força transformadora do leite materno — seja ele produzido com esforço ou doado com amor.

Amamentar é mais do que um guia; é um convite para reconhecer a rede invisível de apoio e amor que une as mulheres, provando que, quando uma mãe ajuda outra, a maternidade expande fronteiras e salva vidas. Uma leitura essencial para quem entende que a vida começa — e se fortalece — no ato de amamentar.



COLEÇÃO BONECAR



Livro 8
Gabriel e o Sorriso
da Coragem



Livro 9
Amamentar



Livro 10
Elisa não se
esconde mais



Livro 1
Valentina vence
o General
Tumoris



Livro 2
Miguel e a força
da amizade



Livro 3
Julie e as batidas
do coração



Livro 4
Artur e os novos
amigos



Livro 5
Igor e os heróis
ciclistas



Livro 6
Ricardo e
a Bolsa da Vida



Livro 7
As Aventuras
de Estela

Patrocínio Coleção Bonecar 3:



Realização:

ASSOCIAÇÃO
BONECAR

MINISTÉRIO DA
CULTURA



ISBN: 978-65-996625-7-7

