Andújar, a 10 de julio de 2013

ASUNTO: El grupo de apoyo a la lactancia materna **Amar con M de Andújar se constituye como asociación.**

ASOCIACIÓN DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA AMAR CON M

El grupo de apoyo Amar con M surgió, en el año 2.010, desde la consulta de consejo de cuidados que las matronas del Hospital Alto Guadalquivir llevan a cabo aproximadamente 15 días tras el parto donde se venía observando que eran pocas las madres que amamantaban semanas después del nacimiento.

El grupo de apoyo madre a madre nace con la finalidad de dar consejo e información a las mujeres que amamantaban a sus bebés.

Madres con experiencia y con formación específica en lactancia materna hemos venido ejerciendo el papel de asesoras con aquellas que comienzan sus vivencias en esta etapa tan importante de sus vidas. Mensualmente nos hemos reunido para tratar temas relacionados con la lactancia natural, la crianza con apego, el porteo del bebé, el inicio de la alimentación complementaria; hemos resuelto dudas y hemos apoyado y animado a las madres que necesitaban seguir lactando. Una veintena de madres han sido atendidas cada mes, muchas son miembros activos que nos acompañan en cada reunión. El intercambio de

experiencias dentro del grupo existe gracias a las mujeres que cada mes nos siguen acompañando.

Nuestro trabajo es voluntario y desinteresado. Ninguna de las madres que ejercemos el asesoramiento somos personal sanitario y estamos cualificadas para ejercer la tarea de acompañar en las dificultades de la lactancia, siempre tomando como referencia las recomendaciones de organismos como la OMS o la AEP.

La gran mayoría de las dificultades que vive la madre lactante no son médicas y pueden ser resueltas por otra madre con experiencia. Pese a tener un gran componente instintivo, la lactancia requiere aprendizaje. Algo que ahora es difícil vivir de primera mano puesto que en la actualidad muchas madres hemos perdido el referente de otras mujeres más experimentadas, con lactancias exitosas, que nos guíen y nos alienten.

Las reuniones del grupo se realizan **el primer jueves de cada mes**, de 17:00h a 19:00h, excepto los meses de julio y agosto que nos reunimos en horario de mañana de 11:00h a 13:00h. Lo venimos haciendo en el aula de formación del Hospital Alto Guadalquivir de Andújar.

Además de las reuniones periódicas, nuestra asociación ofrece otros servicios y actividades:

- Atención telefónica donde las madres pueden llamar para hacer consultas, exponer dudas o solicitar todo tipo de información.
- Atención por correo electrónico
- Información continua y actualizada en Facebook.
- Talleres de porteo natural. Cómo llevar a tu bebé de una manera segura y confortable.

Entre los objetivos que perseguimos se encuentran los siguientes:

- Acompañar a las madres que necesitan vivir su maternidad acorde con sus preferencias.
- Apoyar la lactancia materna proporcionando los conocimientos técnicos y prácticos que son necesarios para su adecuada consecución.
- Ofrecer comprensión y apoyo mutuo para las preocupaciones, angustias, dudas y dificultades que puedan surgir en el proceso de amamantamiento, **apoyo madre a madre, entre iguales.**
- Compartir emociones, expectativas, vínculos afectivos, experiencias entre las participantes.
- Potenciar la autonomía de las mujeres con respecto a sus decisiones sobre lactancia, proporcionándoles una mayor conciencia para ejercer su derecho a amamantar.
- Promover cambios sociales respecto a los derechos de madres e hijos y demandar apoyo institucional en las tareas de cuidados.

LA ASOCIACIÓN DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA AMAR CON M, es una asociación sin ánimo de lucro que funciona gracias al voluntariado social de un grupo de madres que apoyamos y promovemos la normalización de la lactancia materna. Estos son, entre otros, los principios que guían nuestra labor:

a) Proporcionar información y apoyo a las mujeres que deseen disfrutar de una lactancia materna exitosa.
b) Defender el Derecho de todas las mujeres a amamantar a sus hijos durante tanto tiempo como deseen y a recibir todo el apoyo social y profesional necesario para conseguirlo.
c) Fomentar la participación activa de las mujeres en todos los ámbitos de la sociedad potenciando su información y desarrollo personal.
d) Elaborar y apoyar proyectos encaminados a facilitar la conciliación de la vida familiar y laboral de las mujeres y los hombres, así como la coparticipación en la crianza de los hijos, sin que para ello las mujeres deban renunciar a su Derecho a amamantar si desean ejercerlo.
e) Colaborar en todos los ámbitos (familias, profesionales sanitarios, centros de enseñanza, centros de educación maternal y otros estamentos interesados) ofreciendo información y ayuda sobre teoría y práctica de la lactancia materna.
f) Proteger, promover y apoyar la lactancia materna, mediante distintas iniciativas de sensibilización y normalización, en todos los ámbitos de la sociedad colaborando, si fuera necesario, con otras organizaciones nacionales e internacionales que compartan fines análogos.
g) Realizar cualquier otra actividad relacionada directa o indirectamente con todo lo mencionado con anterioridad.

Esperamos su colaboración y la difusión de esta información. Reciba un cordial saludo.

ASOCIACIÓN DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA
AMAR CON M

Teléfonos de contacto:
Patricia 615 482559
Elena 639 567024
Mª Carmen 659 379882

amarconm@gmail.com
En Facebook: “Lactancia Materna Amarconm”