

## Grups de suport a la lactància materna de la Comarca de l'Alt Penedès

### Servei d'obstetrícia

Donar el pit no sempre és fàcil. De vegades fa falta el suport d'altres mares amb experiència. Els grups proporcionen aquest suport.

- QUÈ SÓN?

*Els grups de suport a la lactància materna són grups que funcionen com a grup d'ajuda mútua entre mares lactants. Són grups formats de caràcter voluntari i sense ànim de lucre per mares que han donat, o estan donant el pit.*

Els objectius dels grups són la promoció de la lactància materna, i el suport a les mares que decideixen donar el pit per aconseguir una lactància feliç, plenament satisfactòria i durant tant de temps com la mare i el nadó vulguin.

- PER QUÈ APAREIXEN?

Avui la lactància no és un coneixement que es transmeti de mares a filles de manera natural, s'ha perdut el model. Per això cal informar, i sobretot donar suport perquè la lactància sigui una vivència agradable i enriquidora per a la mare i el nadó, i no un seguit de dificultats i problemes que acabi amb un deslletament prematur. Aquests grups neixen de la il·lusió de mares per ajudar a altres mares.

- COM FUNCIONEN?

Actualment **no** es fan reunions presencials, però si es poden fer virtuals.

Solen ser grups oberts on totes les experiències són ben rebudes, un lloc per compartir i resoldre els dubtes i les dificultats entorn a la lactància materna. També ofereixen atenció telefònica i per e-mail o WhatsApp. Podeu assistir-hi o connectar-vos amb el vostre infant i amb qui vulgueu.

- A QUI VAN DIRIGITS?

A mares que alleten als seus fills. Si vols informació, ajuda, comprensió o simplement explicar com et sents després del part alletant al teu nadó, pots assistir-hi i parlar de mare a mare.

A embarassades per informar-les dels beneficis de la lactància materna, tant pel nadó com per la mare, perquè puguin prendre amb llibertat i conscientment la important decisió de com alimentar al seu fill, lluny de la influència de falsos mites molt estesos sobre la lactància.

També als pares i a tothom interessat en aquest tema.

- **QUINS DIES I ON HI HA REUNIÓ DE GRUP? ACTUALMENT PEL TEMA COVID NO S'ESTAN FENT REUNIONS PRESENCIALS. PODEU CONTACTAR PER TELÈFON O MITJANÇANT LA WEB DE CADA GRUP. Alguns grups tenen llista de correu o WhatsApp per consultes.**

- INFORMACIÓ DELS GRUPS QUE DONEN SUPORT A LA LACTÀNCIA A LA COMARCA:

Tots els grups ofereixen suport amb temes diversos com: inici de la lactància, beneficis i avantatges de la lactància materna, lactància i família, com superar les dificultats (clivelles, mastitis, baix pes...), la incorporació a la feina, alimentació complementària i deslletament... Alguns amb sessions on-line.

El tema es decideix en funció de les mares que hi hagi en aquell moment.

Ens reunim: [pitpenedes@gmail.com](mailto:pitpenedes@gmail.com) Podeu consultar el calendari al facebook i a la web: <http://www.pitpenedes.cat>

#### Telèfons de les assessores de contacte:

Gemma López: 654 402 392

Laia Serra: 636 127 408

Anna Morillo: 600 840 761



Glòria Villena: 636 587 203

Inma Pablos: 617 128 893

<https://chat.whatsapp.com/KIOxOqWVRe8AXFT52wmkY8>

**Pit Penedès**  
GRUP DE SUPORT A LA LACTÀNCIA MATERNA

**GAMMA, Grup d'Ajuda Mútua de Mares Alletants, reunions dijous de 10-12h al CAP Sant Sadurní**

#### Telèfons assessores de contacte:

Lluïsa Plans: 627 154 357

Montse Rota: 650 408 470

Laia Predola: 605 648 255