

# AGOSTO DOURADO

Mês de Incentivo ao  
aleitamento materno



Publicado em 20/08/2020

Agosto é o mês dedicado ao incentivo ao aleitamento materno. A cor dourada representa o **padrão ouro** de qualidade do leite materno, capaz de suprir, exclusivamente, todas as necessidades nutricionais do bebê até o sexto mês de vida.

## AMAMENTAR É UM DIREITO!



Toda a mãe tem o direito garantido por lei de amamentar seu bebê. De acordo com o Artigo 9º do Estatuto da Criança e do Adolescente:

**"O poder público, as instituições e os empregadores propiciarão condições adequadas ao aleitamento materno, inclusive aos filhos de mães submetidas a medida privativa de liberdade."**

## BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO

### Para o bebê

- Auxilia na defesa imunológica, protegendo contra infecções respiratórias, alergias, diarreias, entre outros;
- Diminui o risco para doenças crônicas, como: diabetes, hipertensão, colesterol alto e obesidade;
- Contribui para o desenvolvimento cognitivo do bebê.

### Para a mãe

- Diminui o sangramento pós parto;
- Reduz a incidência de câncer de mama, ovário e endométrio;
- Reduz o risco para Diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares, como a hipertensão.

O ALEITAMENTO COLABORA  
PARA A CRIAÇÃO DE LAÇOS  
AFETIVOS ENTRE MÃE E FILHO.

# CONHEÇA A PEGA CORRETA DA AMAMENTAÇÃO

## Posicionamento do bebê ao seio da mãe:

- A mãe deve estar relaxada e em uma posição confortável (geralmente sentada);
- O bebê deve estar acordado e razoavelmente alerta;
- O corpo do bebê está voltado para o corpo da mãe;
- Corpo e cabeça alinhados e envolvidos pelo braço da mãe;
- Barriga do bebê encostada na barriga da mãe;
- Deve-se levar o bebê à mama e não a mama ao bebê.

## Posicionamento do bebê que devem ser evitados:

- Curvar o corpo em cima do bebê;
- Cabeça e corpo do bebê desalinhados;
- Segurar o corpo do bebê longe do peito.



## A pega:

- Boca aberta tipo "peixinho";
- Lábio inferior virado para fora;
- Grande parte da aréola na boca do bebê e não apenas o mamilo;
- Queixo encostado na mama;
- Nariz não encosta na mama e respira livremente, é possível sentir e ouvir os sons respiratórios e a deglutição.

## COMO FICA O USO DE MEDICAMENTOS DURANTE O PERÍODO DA AMAMENTAÇÃO?

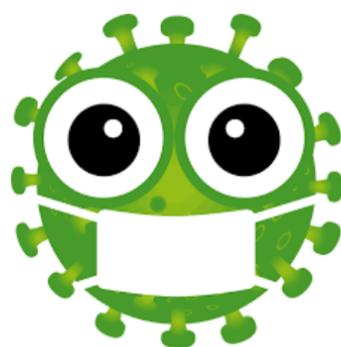
O uso de medicamentos é um dos principais fatores que fazem com que as mulheres interrompam a amamentação precocemente, seja pelo receio de causar algum dano à criança, pelo acesso a informações muitas vezes inadequadas, ou mesmo por orientações incorretas de profissionais de saúde.

É muito frequente o uso de medicamentos e outras substâncias por mulheres que estão amamentando. **A maioria apresenta compatibilidade com a amamentação e não deveria ser motivo para o desmame precoce**, entretanto alguns são contraindicados ou requerem cautela ao serem utilizados durante este período, devido riscos de efeitos adversos nos lactentes e/ou na produção de leite.

O maior problema, encontra-se nos medicamentos de venda livre e anticoncepcionais hormonais, estes devem ser consultados em bula e, sempre que possível, orientados por profissional de saúde capacitado, como por exemplo o farmacêutico, médico ou enfermeiro, que avaliará risco e benefícios para o binômio.

## COVID 19 X AMAMENTAÇÃO

Até o momento, não há evidências científicas que comprovam a detecção do coronavírus no leite materno, tão pouco a transmissão vertical de mãe para bebê através da amamentação.



# RECOMENDAÇÕES DE HIGIENE PARA UMA MÃE QUE AMAMENTA COM CONFIRMAÇÃO/ SUSPEITA DE COVID-19

- Lavar as mãos ao menos por 20 segundos com água e sabão e/ou usar álcool em gel 70% nas mãos antes de tocar o bebê ou antes de retirar o leite materno (manual ou bomba extratora);
- Usar uma máscara (cobrindo opletamente nariz e boca) durante as mamadas e evitar falar ou tossir durante a amamentação;
- Caso a mãe não disponha de máscara, recomendado utilizar um pano cobrindo nariz e boca, além de espirrar ou tossir em um lenço de papel, descartar imediatamente e usar álcool em gel 70% ou lavar as mãos novamente com sabão e água limpa;
- Limpar e desinfetar regularmente as superfícies.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm6](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm6)>. Acesso em: 12 ago. 2020.

BRASIL. Ministério da saúde. Blog da Saúde. Leite materno contém todos os benefícios para a saúde do bebê. 17 Mai. 2019. Disponível em: <<http://www.blog.saude.gov.br/index.php/promocao-da-saude/53881-doar-leite-salvas#:~:text=Al%C3%A9m%20disso%2C%20o%20leite%20materno,o%20desenvolvimento%20cognitivo%20dos%20beb%C3%AAs>>. Acesso em: 12 ago. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Perguntas Frequentes – Amamentação e COVID-19. 29 Mai. 2020. Disponível em: <<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-crianca/covid-19-e-aleitamento-materno-orientacoes-da-sbp-e-rblh/>>. Acesso em: 13 ago. 2020.

Cinco posições e dicas para amamentação. Pampers, [S. l.], p. 1, 20 dez. 2017. Disponível em: <https://www.pampers.com.br/recem-nascido/alimentacao/artigo/5-posicoes-e-dicas-para-amamentar>. Acesso em: 13 ago. 2020.

Instituto para Práticas Seguras no Uso de Medicamentos .Boletim: Uso seguro de medicamentos na lactação. , [s. l.], v. 9, Novembro 2019. Disponível em: [https://www.ismp-brasil.org/site/wp-content/uploads/2019/12/BOLETIM\\_NOVEMBRO\\_MEDICAMENTOS-NA-LACTACAO\\_.pdf](https://www.ismp-brasil.org/site/wp-content/uploads/2019/12/BOLETIM_NOVEMBRO_MEDICAMENTOS-NA-LACTACAO_.pdf). Acesso em: 13 ago. 2020.

SOCIEDADE GOIANA DE PEDIATRIA. Amamentação traz benefícios para o bebê e a mãe. Sociedade Goiana de Pediatria, Goiânia, p. online, 28 ago. 2018. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/filiada/goias/noticias/noticia/nid/amamentacao-traz-beneficios-para-o-bebe-e-a-mae/>. Acesso em: 12 ago. 2020.

UNICEF (Brasil). Aleitamento Materno. Disponível em: <<https://www.unicef.org/brazil/aleitamento-materno>>. Acesso em: 12 ago. 2020.

