



Amamentação na primeira hora, proteção sem demora.

Amamentar logo após o nascimento, na primeira hora, é muito importante para a mãe e para o bebê porque:

- Protege mais o bebê contra doenças.
- Ajuda a mulher a ter leite mais rapidamente.
- Ajuda nas contrações uterinas, diminuindo o risco de hemorragia.
- É um ato que salva vidas.

Mesmo que o bebê não sugue o peito na primeira hora, é importante o contato íntimo com a mãe, pele com pele, logo após o nascimento. Esse contato mantém o bebê aquecido e fortalece os laços afetivos entre a mãe e o bebê.

DISQUE SAÚDE 0800 61 1997



PACTO NACIONAL PELA
REDUÇÃO DA MORTALIDADE
MATERNA E NEONATAL

Ministério
da Saúde



Os atores Thiago Lacerda e Vanessa Lóes não cobraram cachê.

AMAMENTAÇÃO NA PRIMEIRA HORA, PROTEÇÃO SEM DEMORA.

Por que proteger a amamentação é importante?

O leite humano é o único alimento capaz de oferecer todos os nutrientes na quantidade exata de que o bebê precisa. Ele garante o melhor crescimento e desenvolvimento, não existindo nenhum outro alimento capaz de substituí-lo.

Não acredite em propagandas enganosas. Elas buscam confundir você e convencê-la a substituir a amamentação pela mamadeira.

Nos primeiros seis meses, o leite materno é suficiente. Depois de seis meses, continue amamentando até os 2 anos ou mais e ofereça, gradualmente, outros alimentos saudáveis.

O que mais o bebê ganha mamando no peito?

Afeto e saúde. O ato de amamentar é o primeiro momento de carinho entre mãe e filho. Além disso, quando amamentado, o bebê recebe proteção contra infecções, alergias e outras doenças.

Sugar o peito é um excelente exercício para o desenvolvimento da face da criança, importante para que ela tenha dentes bonitos, desenvolva a fala e tenha uma boa respiração.

Que vantagens a amamentação traz para a mãe?

A amamentação também traz vantagens para a mãe. O sangramento pós-parto diminui, assim como as chances de desenvolver anemia, câncer de mama e diabetes. A mulher que amamenta perde mais rapidamente o peso que ganhou durante a gravidez.

Por que não usar mamadeiras ou chupetas?

As mamadeiras e chupetas costumam modificar a maneira de mamar e muitos bebês passam a não querer mais o peito. Além disso, podem causar problemas na dentição, na fala e aumentar o risco de infecções. Acredite, seu filho prefere seu leite, seu peito, seu colo.

Como amamentar?

- A mãe deve dar o peito ao seu filho sempre que ele pedir. O bebê não tem horário para mamar, tem seu próprio ritmo, que deve ser respeitado. Ele deve mamar até que fique satisfeito. É importante que ele esvazie bem uma mama antes de você passá-lo para a outra mama.
- O leite do fim da mamada tem mais gordura e, por isso, mata a fome do bebê e faz com que ele ganhe mais peso.

Como saber se o leite do peito está sendo suficiente para o bebê?

Você pode ficar tranquila se o bebê:

- Ficar satisfeito depois das mamadas.
- Urinar várias vezes ao dia.
- Ganhar peso e crescer bem.

Dicas úteis para uma boa amamentação:

- A cor do leite pode variar, mas ele nunca é fraco.
- Evite bebidas alcoólicas, fumo e drogas.
- A mãe que tiver excesso de leite pode doá-lo a um banco de leite humano e ajudar outros bebês que precisam.

Não se esqueça:

Os bebês costumam mamar com muita frequência, principalmente nos primeiros meses. Isso é normal.

Nem todo choro do bebê é fome. O seu filho pode chorar porque está com frio ou calor, cólicas, sentindo algum desconforto, fraldas sujas ou precisando de aconchego, de “colinho”.

Outras leis que protegem a amamentação.

- Licença-maternidade de 4 meses. Após esse período, as mães que trabalham registradas e que amamentam, nos primeiros 6 meses, têm direito por lei a 2 pausas, de meia hora cada uma, para amamentar, ou a sair 1 hora mais cedo do trabalho.
- Os pais têm direito à licença-paternidade de 5 dias a partir do nascimento do bebê.
- Vários municípios, estados e empresas já concedem às suas funcionárias licença-maternidade de 6 meses.

Orientação para a mãe trabalhadora.

Durante as horas de trabalho ou em casa, a mãe pode ordenhar o seu leite e guardá-lo em frasco limpo e fervido, numa geladeira, por até 24 horas, ou no congelador ou freezer, por até 15 dias. Este leite pode ser oferecido para a criança quando a mãe estiver fora de casa, em um copinho. Antes de oferecer o leite ao bebê, é preciso aquecê-lo em banho-maria.

Acredite, você é capaz de amamentar seu filho!

A mulher que amamenta precisa do apoio de todos: da família, dos vizinhos, dos amigos e dos colegas de trabalho. Procure os serviços de saúde para orientações sobre como prevenir e tratar dificuldades.

Mais informações, acesse:

www.saude.gov.br
www.sbp.com.br