



SERVIÇO MÉDICO TJAP

01 a 07 de Agosto

## SEMANA MUNDIAL DO ALEITAMENTO MATERNO

A Semana Mundial de Aleitamento Materno foi criada em 1992 pela Aliança Mundial de Ação pró-Amamentação – WABA, com o objetivo de seguir os compromissos assumidos pelos países com a assinatura do documento para promover as metas da “Declaração de Innocenti”.

A Semana Mundial é considerada como veículo para promoção da amamentação. Ocorre em 120 Países e, oficialmente, é celebrada de 1 a 7 de agosto.

No Brasil, o Ministério da Saúde – MS coordena a Semana Mundial de Aleitamento Materno desde 1999. Sendo responsável pela adaptação do tema para o nosso País e elaboração e distribuição de cartaz e folder. Este ano terá o tema “Amamentar hoje é pensar no futuro”.

Tem o apoio de Organismos Internacionais, Secretarias de Saúde Estaduais e Municipais, Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano, Hospitais Amigos da Criança, Sociedades de Classe e ONGs.



### Importância do Aleitamento Materno

#### Leite materno: um alimento completo

O leite materno possui **todos** os nutrientes para o bebê se desenvolver de maneira saudável. Nos seis primeiros meses de vida, ele não precisa de nenhum outro alimento, nem mesmo água. A criança que mama no peito adoece menos e fica mais protegida, além de ter menos risco de desenvolver hipertensão, diabetes e obesidade. Ainda fortalece o vínculo afetivo entre mãe e bebê.

A Organização Mundial de Saúde e o MS recomendam o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses de vida e orientam as mães para que, se possível, amamentem a criança por até dois anos ou mais, complementando a alimentação com outros alimentos saudáveis.



#### Amamentar é bom para a saúde da mãe

- Ajuda o útero a voltar ao tamanho normal após o parto, diminuindo o risco de hemorragia e anemia.
- A mulher que alimenta o filho nos primeiros seis meses, só com o leite de peito, perde mais rapidamente o peso que ganhou durante a gravidez.
- Reduz o risco de, no futuro, ter diabetes, câncer de mama e câncer de ovário.

## SEMANA MUNDIAL DO ALEITAMENTO

### Atenção!

- É importante a mãe cuidar-se bem, evitar bebidas alcoólicas e cigarro;
- Os remédios que a mãe toma podem passar para o leite, por isso, ela só deve tomar medicamentos com orientação médica;
- Se a mãe precisar usar algum método para evitar nova gravidez, deve procurar o serviço de saúde.

### É importante saber que...

- Mamadeiras e chupetas podem dificultar a amamentação e gerar problemas na dentição e na fala;
- Não existe nenhum outro leite capaz de substituir adequadamente o leite materno. Se o bebê tomar outros leites preparados em situações precárias, poderá ter diarreia;
- A amamentação é um excelente exercício para o desenvolvimento da face da criança, importante para que ela tenha dentes fortes e bonitos, desenvolva a fala e tenha uma boa respiração;
- O leite materno tem o sabor e o cheiro dos alimentos que a mãe come. Por isso, a criança que mama no peito aceita melhor os alimentos da família;
- Os bebês não têm horário para mamar. Eles costumam mamar muitas vezes, de dia e de noite, principalmente nos primeiros meses. Nem todo choro é fome. Pode ser devido ao frio ou calor, a algum desconforto, a fraldas sujas ou necessidade de aconchego;
- Nos primeiros dias, a produção de leite é pequena e esse leite, chamado de colostro, tem alto valor nutritivo. A produção é condicionada ao estímulo, quanto mais a mãe oferece o peito mais leite é produzido.

Fonte:

[http://portal.saude.gov.br/portal/saude/visualizar\\_texto.cfm?idtxt=34831](http://portal.saude.gov.br/portal/saude/visualizar_texto.cfm?idtxt=34831)

Banco de leite do Hospital da Mulher Mãe Luzia 3225-8732



**Amamentar é um ato pessoal.  
Incentivar é uma atitude profissional.**