

Importância do aleitamento materno é debatida em 120 países no período de 1º a 7 de agosto

A Semana Mundial da Amamentação, que ocorre entre os dias 1º e 7 de agosto, foi criada em cerca de 120 países para promover o aleitamento materno. No Brasil, é preciso aumentar as taxas de amamentação para alcançar a meta de 50% de amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de vida até 2025, uma das Metas Globais de Nutrição, e de 70% até 2030, uma das metas da Agenda 2030, ambas pactuadas junto à Organização das Nações Unidas (ONU).

Estimular a amamentação é importante porque há muitas vantagens nutricionais, sendo uma das mais importantes a maior proteção contra infecções. Quando a mãe está amamentando, seu leite, além de ter todos os benefícios nutricionais para o bebê, fornece prebióticos, que são um tipo de alimento para as bactérias benéficas da flora intestinal do recém-nascido. Essas bactérias ajudam a proteger a saúde do bebê, bem como da criança e do adulto que ele será. “O leite materno humano é muito mais do que um alimento perfeito, é, provavelmente, o remédio mais específico e personalizado que a criança receberá em toda a vida”, comenta Ana Paula Cavalcante, Gerente de Estímulo à Inovação e Avaliação da Qualidade Setorial da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS).

“Crianças amamentadas, à medida que crescem, apresentam melhor resposta imunológica e menos infecções. Pesquisas científicas comprovam que crianças que são amamentadas respondem melhor às vacinas, pois a amamentação colabora com a modulação ou ajuste da resposta imunológica. Além disso, o leite materno contém beta-endorfina, que é um analgésico natural, causa bem-estar e ajuda a responder melhor ao início da vida”, complementa Ana Paula.

O Ministério da Saúde destaca a importância da amamentação mesmo durante a pandemia, levando em consideração os benefícios para a saúde da criança e da mulher, face à ausência de constatações científicas significativas sobre a transmissão do Coronavírus por meio do leite materno e, por analogia, considerando também a inexistência de recomendação de suspensão do aleitamento materno diante da possibilidade de transmissão de outros vírus respiratórios.

Um estudo publicado na Lancet já mostrou que os benefícios da amamentação e o contato pele a pele após o nascimento superam de 65 a 630 vezes qualquer risco de morte que o coronavírus possa representar para o bebê. “Em caso de diagnóstico de Covid confirmado, a amamentação deve ocorrer desde que a mãe deseje e esteja em condições clínicas adequadas para fazê-lo”, comenta Linus Fascina, médico responsável pelo gerenciamento materno-infantil e pelo Projeto Parto Adequado no Hospital Israelita Albert Einstein. Assim, se a mãe estiver infectada com COVID-19, o aleitamento materno segue permitido e recomendado, bastando respeitar os cuidados adequados para evitar a contaminação do bebê (higienização das mãos, etiqueta respiratória e uso de máscara). “A mãe deve descansar, alimentar-se bem e beber água em quantidade suficiente (em geral, ao menos 3 litros por dia, e sempre que sentir sede). Em muitos casos, os anticorpos que permitem que a mãe combata a doença serão transmitidos ao bebê pelo leite materno, construindo a defesa dele”, esclarece Linus.

“Como a adaptação à amamentação pode ser desafiadora, a mulher deve contar com uma rede de apoio: profissionais de saúde, parceiro ou parceira, familiares, amigas, todos devemos apoiar a amamentação. Por isso, o tema proposto para este ano, ‘Todos pela amamentação: é proteção pela vida inteira’, é muito pertinente”, avalia Cesar Serra, Diretor de Desenvolvimento Setorial Substituto da ANS.

Movimento Parto Adequado

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) tem atuado para contribuir com a conscientização sobre a importância da amamentação. Desde 2015, por meio do Movimento Parto Adequado, a reguladora contempla diversas orientações direcionadas à melhoria da qualidade da atenção à

saúde materna e neonatal, incluindo ações em benefício do aleitamento materno junto a hospitais e operadoras de planos.

Histórico

A Semana Mundial de Amamentação nasceu no ano de 1990, durante um evento da Organização Mundial de Saúde (OMS) com a Organização das Nações Unidas (UNICEF), em que os países participantes assinaram a “Declaração de Innocenti”, assumindo algumas responsabilidades com relação ao assunto. No ano seguinte, foi fundada a Aliança Mundial de Ação Pró-Amamentação (World Alliance for Breastfeeding Action – WABA). Em 1992, a WABA criou a Semana Mundial da Amamentação, que, desde então, define um tema a ser explorado e lança materiais traduzidos em 14 idiomas. O deste ano é: “Proteger a amamentação: uma responsabilidade de todos”.

Dicas para as mães

Tendo sido seu parto normal ou por cirurgia cesárea, a primeira hora de vida é considerada a “Hora Dourada”. Ofereça o aleitamento já na primeira hora de vida, logo em seguida ao parto. Assim como acontece com outros mamíferos, bebês já nascem com o reflexo de buscar o seio da mãe. Mas não se preocupe, se o bebê não mamar de imediato, não há problema, desde que ele tenha essa oportunidade o mais rapidamente possível.

Médicos e equipe de enfermagem devem estimular o ‘contato pele-a-pele’ na forma da técnica da “mãe canguru” imediatamente após o nascimento. Esse contato é muito importante porque ajuda o bebê a encontrar o seio e se vincular ainda mais à mãe. Se o bebê estiver bem e ativo, deve-se permitir que busque o seio da mãe, em lugar de oferecer. Basta deixar o bebê próximo e o seio disponível. Além de aquecer e acalmar o bebê, a prática estabiliza o batimento cardíaco da criança, reduz o risco de infecção hospitalar e favorece a amamentação.

A adaptação à amamentação costuma ser mais fácil se você começar durante a primeira hora após o nascimento porque os reflexos do bebê são muito fortes nesse momento, ele está pronto para aprender a mamar! Reservar o primeiro contato para tranquilamente olhar o bebê, sentir o contato dele sobre a pele e permitir que o bebê aos poucos sinta e reconheça o cheiro e os sons da mãe, ajuda no início e na continuidade da amamentação.

Existem algumas estratégias que podem colaborar com o aumento da produção de leite: aumentar a ingestão de líquidos, sobretudo água, manter a mãe junto ao bebê, consumir alfafa naturalmente ou em homeopatia e algumas medicações que têm como efeito colateral o aumento da produção de leite. Acompanhamento e orientação de profissionais de saúde especializados em lactação

durante a amamentação, suporte no dia a dia de familiares e amigos e manter alimentação e hidratação adequadas fazem muita diferença.

Lembre-se: é possível lançar mão do apoio de Banco de Leite, de forma segura e saudável, assim como é possível doar leite.

Fonte: [ANS](#), em 04.08.2021.