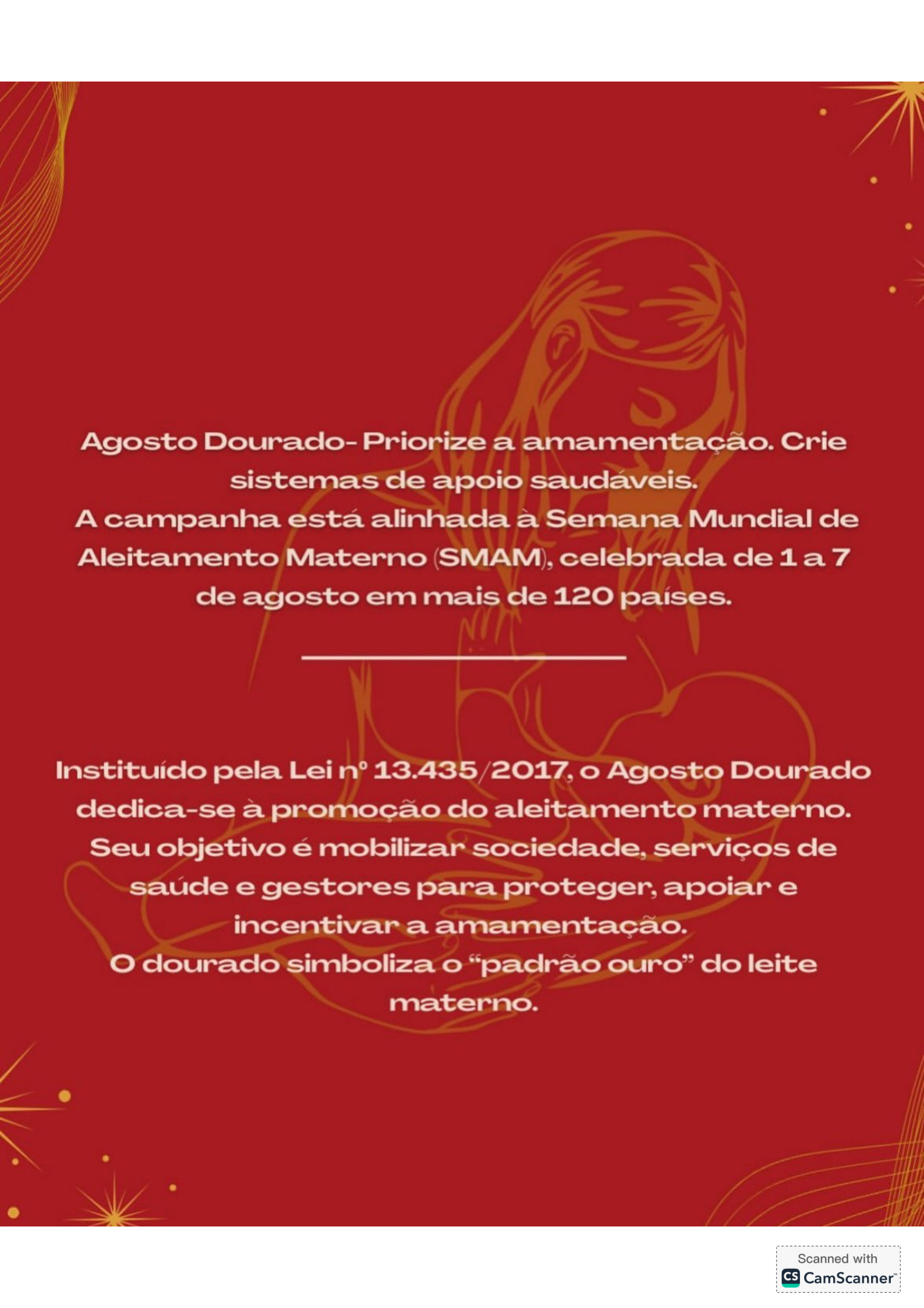


AGOSTO

Dourado

PRIORIZE A AMAMENTAÇÃO. CRIE SISTEMAS DE APOIO SAUDÁVEIS.





Agosto Dourado- Priorize a amamentação. Crie sistemas de apoio saudáveis.

A campanha está alinhada à Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMAM), celebrada de 1 a 7 de agosto em mais de 120 países.

Instituído pela Lei nº 13.435/2017, o Agosto Dourado dedica-se à promoção do aleitamento materno.

Seu objetivo é mobilizar sociedade, serviços de saúde e gestores para proteger, apoiar e incentivar a amamentação.

O dourado simboliza o “padrão ouro” do leite materno.

Taxas de amamentação no Brasil:

Dados do Ministério da Saúde mostram que:

Apenas 45,7% mantêm aleitamento exclusivo até os 6 meses, como recomendado pela OMS;
60% continuam mamando até os 2 anos ou mais.
Esses números mostram avanços, mas ainda há desafios!

A campanha também chama a atenção para as Metas de Nutrição da Assembleia Mundial da Saúde, que preveem, até 2025, uma taxa mínima de 50% de amamentação exclusiva nos seis primeiros meses de vida, e de 70% até 2030.

Benefícios do leite materno:

Para o bebê:

- ✓ Oferece nutrição completa até os 6 meses;
 - ✓ Reduz risco de diarreias, infecções respiratórias e alergias;
 - ✓ Favorece o desenvolvimento cerebral e emocional;
 - ✓ Protege contra obesidade e doenças crônicas no futuro.
-

Para a mãe:

- ✓ Reduz o risco de hemorragia pós-parto;
 - ✓ Redução dos riscos de câncer de mama e ovário;
 - ✓ Fortalecimento do vínculo afetivo.
-

Para a sociedade/planeta:

- ✓ Leite materno não gera resíduos;
- ✓ Diminui custos no sistema de saúde;
- ✓ Fortalece a segurança alimentar.

Hora de Ouro:

É conhecida como a primeira hora após o nascimento.

Nesse momento, o contato pele a pele e a amamentação precoce fortalecem o vínculo mãe-bebê, estimulam a produção de leite e aumentam as chances de aleitamento exclusivo por mais tempo.

Dicas práticas para fortalecer a amamentação:

- ✓ Inicie a amamentação na Hora de Ouro;
- ✓ Respeite a livre demanda;
- ✓ Garanta boa pega (boca bem aberta, o bebê pega boa parte da aréola);
- ✓ Evite bicos artificiais e oferecimento de água ou chá nos primeiros 6 meses.

Verdades e Mitos

Informação é a base do apoio.

✓ Verdade: O leite materno é suficiente até os 6 meses, não precisa de água ou chá.

✗ Mito: "Fórmula é igual ao leite materno."
O leite materno é insubstituível, vivo e adaptado ao bebê.

✓ Verdade : A livre demanda fortalece a produção de leite e a nutrição do bebê.

✗ Mito: "Se a mãe trabalha, precisa desmamar."
A ordenha e o armazenamento adequado, permitem manter a amamentação.

✓ Verdade: Drogas ilícitas e álcool podem intoxicar o bebê via leite materno.

✗ Mito : Qualquer mãe que toma medicação deve parar de amamentar.
Nem sempre! Muitos medicamentos são compatíveis com o aleitamento, mas a decisão deve ser médica.

✓ Verdade: HIV positivo é contraindicação para amamentar.

✗ Mito: Quem tem gripe ou resfriado não pode amamentar.
Falso! Na verdade, a mãe transmite anticorpos protetores para o bebê.

Manutenção da produção de leite à mulher trabalhadora.

Mulheres que retornam ao trabalho podem manter a amamentação:

- Ordenhar o leite em horários regulares;
- Armazenar o leite de forma adequada;
- Garantir espaço adequado para ordenha no ambiente de trabalho.

Doação de leite humano.

O leite materno pode ser doado para bancos de leite humanos, ajudando bebês prematuros e com baixo peso a se desenvolverem.

Os bancos de leite realizam triagem, pasteurização e distribuição segura.



A enfermeira é peça-chave no apoio ao aleitamento materno.

**Orientar desde o pré-natal até o pós-parto;
Ensinar técnicas de pega e posições;
Identificar problemas como mastite ou
ingurgitamento;
Facilitar grupos de acolhimento e apoio. Seu
trabalho fortalece os sistemas de suporte à
amamentação.**

