



## SAÚDE

# O alimento que vale ouro para a criança

Especialistas reunidos em seminário do **Correio** reforçam a importância do leite materno para o desenvolvimento do bebê

» ISABEL DOURADO\*  
» MARIANA ALBUQUERQUE\*  
» RAPHAEL PATI\*

Este mês foi designado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como Agosto Dourado por simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação. A cor dourada, por sua vez, está relacionada ao padrão ouro de qualidade do leite materno. Esse tema foi debatido no *Correio Webinar* — “Agosto Dourado: a importância da amamentação para a vida dos bebês”.

Patrocinado pela Maternidade Brasília, o evento mediado pela jornalista Mariana Niederauer explorou os desafios do aleitamento materno; a importância da campanha Agosto Dourado; técnicas da amamentação e os benefícios das mães doarem leite materno para os bancos de leite. Em 2001, em razão das evidências acerca dos benefícios do leite humano, a OMS passou a adotar como recomendação o aleitamento materno exclusivo por seis meses. No entanto, essa prática ainda é restrita no mundo.

Segundo o Ministério da Saúde, os percentuais no Brasil são positivos. Atualmente, o aleitamento materno exclusivo (Ame) alcança 45,8% dos bebês com até seis meses. Para melhorar esse índice, especialistas afirmam que é essencial conhecer os fatores que prejudicam o aleitamento materno.

“O Agosto Dourado faz uma menção a esse alimento perfeito que a gente tem na natureza. Por isso chamamos de alimento de ouro, que é capaz de nutrir e hidratar um ser humano por seis meses num período de crescimento e desenvolvimento surreal. Não temos nenhum outro alimento que faça esse papel. A criança não precisa nem de água, nem chá. Então esse alimento vale ouro”, afirmou a médica pediatra Juliana Sobral.

A prática do Aleitamento Materno Exclusivo até os seis meses de vida tem diversos benefícios: ajuda na flora intestinal, no metabolismo, no desenvolvimento cognitivo, cerebral e imunológico do bebê. Além disso, é só no leite materno que há a presença de proteínas de células de defesa que aumentam a imunidade da criança e a presença de lactoferrina, que será responsável na melhor absorção de ferro.

A pediatra Juliana Sobral explica que há três fases do leite materno: colostro, leite intermediário e o leite maduro. O colostro é o primeiro leite produzido pela mãe entre o 6º e o 15º dia e é um líquido transparente e viscoso mas cheio de proteínas para o bebê. Já o leite de transição e o maduro são mais gordurosos.

Os movimentos que a criança faz para retirar o leite do peito são um exercício importante para a boca e para os músculos do rosto e irão ajudar a criança a não ter problemas com a respiração, a mastigação, a fala, o alinhamento dos dentes e, também, para engolir.

### Crítérios para doação

Sobral explica que o Agosto Dourado também é fundamental para propiciar a doação do leite materno. Ela e Thaís Sarinho, enfermeira e supervisora do banco de leite da Maternidade Brasília, lembram que meio litro de leite materno doado pode alimentar

Cadu Ibarra/CB/D.A.Press



Participantes do webinar debatem sobre amamentação: no Brasil, 45,8% dos bebês se alimentam exclusivamente de leite materno

muitos recém-nascidos por dia que estão na UTI neonatal.

A doação do leite materno passa pelo processo de coleta, processamento e distribuição para bebês prematuros internados ou com patologias, e que não podem ser alimentados diretamente pela mãe. Sobral explica que mulheres quando estão amamentando e produzem um volume de leite além da necessidade do bebê podem ser doadoras. No entanto, ela frisa que é necessário que as mães sigam medidas higiênicas para extrair o leite e armazenar.

Em 2020, de acordo com o Ministério da Saúde, o leite materno doado representou apenas 64% da necessidade total do país. Na Maternidade Brasília, onde a supervisora atua, são confeccionados ‘kits’ que são entregues na própria casa da mãe que deseja doar, para que elas realizem o procedimento sem a necessidade de sair de casa.

“A gente vai até a casa dela e entrega o material e sempre que ela vê que encheu o ‘pontinho’, liga no banco e a gente vai até a casa delas e busca, sem o menor problema”, contou a supervisora da maternidade. “A intenção (com as doações) é conseguir abarcar todos os bebês da maternidade e não só os da UTI neonatal. Mas, hoje, a gente tem que selecionar devido à demanda. Tem épocas que temos leite, mas tem épocas que estão bem fracas as doações e, por isso, é importante o Agosto Dourado, para a gente lembrar que não é só um mês. Tem todo um ano de trabalho e os bebês não param de nascer”, afirmou Thaís Sarinho.

No Brasil, a amamentação é contraindicada caso a mãe esteja infectada com o HIV (vírus da Aids) e o HTLV1 e HTLV2 (vírus que comprometem as defesas do organismo).

Além disso, quando a mãe faz uso de algum medicamento incompatível com a amamentação, por exemplo, no tratamento contra diversos tipos de câncer. Mães usuárias regulares de álcool ou drogas ilícitas (maconha, cocaína, crack, anfetamina, ecstasy e outras) não devem amamentar seus filhos enquanto estiverem fazendo uso dessas substâncias.

Grávida de 36 semanas, a jornalista Bárbara Lins participou do encontro. Admitiu ter muitas dúvidas sobre o assunto e aproveitou o momento para perguntar sobre a bomba de leite, se o aparelho interfere em algo na produção do alimento. A doutora Juliana Sobral explicou que a bomba pode auxiliar bastante a mãe, já que ordenhar com a mão é mais complicado.

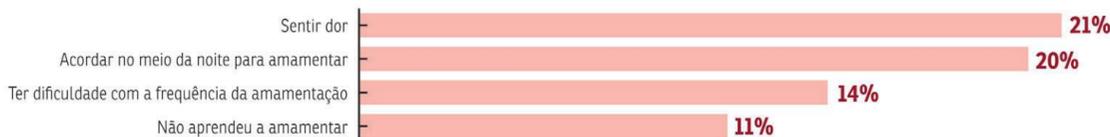
“A bomba pode ser uma grande ferramenta que ajuda a mãe, principalmente para a mãe que tem aquela produção excessiva de leite precisa com frequência ficar ordenhando. A gente sabe que muitas mães não conseguem ordenhar com a mão, já que é cansativo e dói”, relatou a médica pediatra da Maternidade Brasília. “Cada mulher tem sua anatomia da mama e sua realidade, principalmente quando a mãe volta a trabalhar, que precisa ordenhar uma quantidade maior para deixar para o filho. A bomba pode ser uma grande aliada”, continuou a doutora.

\*Estagiários sob a supervisão de Carlos Alexandre de Souza



### Principais desafios associados à amamentação

Entenda as dificuldades e os motivos que levam as mulheres a desistir de amamentar no período de lactação.



Fontes: Ministério da Saúde, Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e Pesquisa Global Lansinoh sobre Aleitamento Materno

### A importância da amamentação

Cinco pontos que você precisa saber sobre aleitamento saudável

- Cuide para que a posição e a pega sejam adequadas.** O bebê deve estar confortável. A cabeça e o corpo da criança precisam estar alinhados; o pescoço nunca pode ficar torcido.
- Amamentar não deve causar dor.** É preciso observar como o bebê abocanha o peito da mãe. Se a dor insistir, deve-se procurar um profissional.
- Amamente sempre que a criança pedir.** Recomenda-se que a prática seja feita sempre o bebê demonstra querer, sem obedecer regras ou horários pré-definidos.
- Evite outros leites ou fórmulas infantis para “complementar” o leite materno.** Isso prejudica a criança, que passa a mamar menos no peito, reduzindo o efeito protetor do alimento materno.
- Preste atenção no período da apojadura.** Entre o terceiro e o quinto dia pós-parto, costuma ocorrer a “descida do leite”. A produção de leite aumenta e, geralmente, a mãe produz mais do que a criança consegue mamar. Quando a mama fica muito cheia e endurecida, a criança pode ter dificuldade de fazer a pega adequada e retirar o leite.

### A doação de leite materno no Brasil

Segundo os dados mais recentes, de 2020, o Brasil tem 223 bancos de leite e 220 postos de coleta.



**1.507.831**  
mulheres recebem assistência para doação



**156.323**  
lactantes permaneceram como doadoras



**191.373**  
litros de leite foram coletados em 2020



**180.763**  
recém nascidos foram beneficiados