

# Uma espera difícil

Mãe em tempo integral, a dona de casa Mônica Lima dos Santos Carvalho, 43 anos, brinca que sua profissão é ser vaca leiteira, e com muito orgulho. A mais velha, Maria Clara dos Santos Carvalho, 11, mamou até os três anos e meio e o caçula, João Paulo dos Santos Carvalho está com dois e segue em livre demanda. “Só vai deixar de mamar quando ele não quiser mais”, promete Mônica.

As experiências dela foram diferentes. Com a primeira filha, que nasceu a termo, não imaginava as dificuldades que encontraria. Ela acredita que o imaginário de que a amamentação é algo simples e fácil dificulta que muitas mulheres externem suas dores e dificuldades, com medo de serem vistas como “menos” mães ou, até mesmo, incapazes de cumprir com suas “funções” na maternidade.

Achando tudo normal e dentro do esperado, Mônica sentia muita dor e, algumas vezes, a filha mamava com sangue. “Achava que era assim mesmo e muitas pessoas diziam que era normal, até que, durante o acompanhamento com pediatra, vimos que ela não estava ganhando o peso esperado”, lembra.

Sua salvação foi uma enfermeira do posto de saúde, que explicou que a amamentação não deveria causar dor. Depois de entender sobre a pega errada e como corrigir, ela conseguiu manter o aleitamento até os quase quatro anos da filha.

“O primeiro desafio foi achar que seria fácil, o que não é. Depois veio entender que não deveria causar dor e, por fim, lidei com o julgamento das pessoas que olhavam torto quando eu amamentava em público”, comenta.

Mônica lembra que precisava levar na esportiva as críticas da família e de pessoas próximas, se não viveria em conflito; na rua, ignorava, pois via o aleitamento como a coisa mais importante que podia fazer pela filha.

## Trabalho de formiguinha

Depois de alguns anos, chegou João, que nasceu com 31 semanas e cinco dias e não podia ir ao peito ainda — no caso de bebês prematuros, mamar pode gastar mais calorias do que eles



Mônica amamentando João na festa de um ano do filho

Fotos: Arquivo pessoal



Momento entre mãe e filhos: Mônica amamentando João com Maria Clara ao lado



Maria Clara mamando



Maria Clara ajudando o pai a alimentar o irmão por meio da sonda, ainda na UTIN

conseguem ganhar e o reflexo de sugar costuma ser adquirido somente após as 34 semanas.

“Foi uma ansiedade imensa, e o leite demorou a descer. Eu ficava na sala de ordenha por horas para conseguir algumas gotinhas de leite para ele, deixava meu peito machucar, mas sentia que precisava fazer alguma coisa por ele.”

Com o apoio das consultoras e enfermeiras do banco de leite, Mônica entendeu que tudo bem oferecer fórmula para que seu bebê se fortalecesse e ela pudesse, enfim, amamentá-lo. E quando o dia chegou, foi uma felicidade. “Eu me senti mãe de verdade do João Paulo quando ele veio para meu colo e pude amamentar, parecia que ele estava nascendo naquele momento”, lembra.

Hoje, Mônica trabalha em uma ONG de bebês prematuros, é doadora de leite materno e garante que levanta a bandeira da amamentação como pode. Ela acredita que o trabalho de formiguinha, de uma mãe de cada vez, é primordial para que a sociedade mude a forma como encara a amamentação.

Um dos principais problemas para ela é a discrepância entre o aleitamento materno exclusivo e a licença-maternidade. Em seguida, vem a falta de informação que atrapalha que as mães busquem ajuda para amamentar.

“Por achar que é fácil, muitas têm vergonha de pedir ajuda e se veem na obrigação de dar fórmula e mamadeira, pois ninguém quer ver o filho com fome. Não temos incentivo, existem campanhas falando da importância, mas e o apoio para essas mulheres?”, questiona.

Mônica acredita que falar sobre as dificuldades normais da amamentação e trabalhar na mulher a noção de que não é culpa dela e que ela pode e deve procurar ajuda faz parte do seu papel como mãe e mulher. “De uma mãe para as outras, devemos buscar ajuda e oferecer quando estiver ao nosso alcance. Evitar os julgamentos é o primeiro passo, entender as próprias limitações também. A fórmula salva bebês e você não é menos mãe se precisa desse complemento”, afirma.