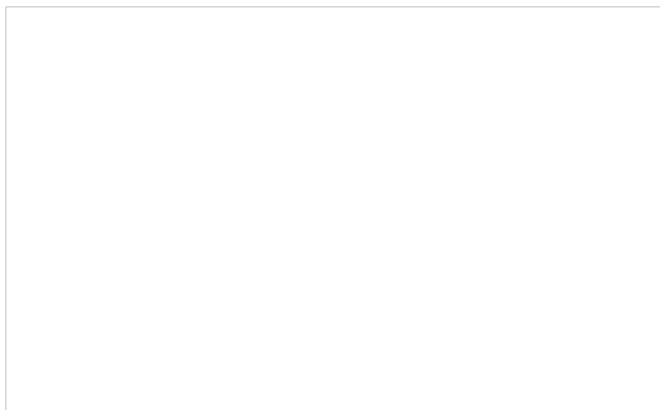


Agosto Dourado: Secretaria de Saúde traz orientações para mães retomarem a rotina e manterem amamentação

Qui 24 agosto



Considerado o “alimento de ouro”, o leite materno, por seus

Prefeitura de São Thomé das Letras / Divulgação

componentes, é capaz de nutrir e hidratar o bebê até os 6 meses e continuar contribuindo para sua alimentação a partir desta fase. A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda que os bebês sejam amamentados, exclusivamente com o leite materno, até os 6 meses de idade, e que a amamentação seja mantida até os 2 anos ou mais.

Desde 1992 realiza-se mundialmente a campanha Agosto Dourado, para intensificar as ações de conscientização sobre a importância do aleitamento materno. A Lei Nº 13.435/2.017 definiu agosto como o mês para simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação. Para 2023, a [Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais \(SES-MG\)](#) definiu o seguinte tema para a campanha: “Apoie a amamentação: faça a diferença para mães e pais que trabalham”.

Os municípios também têm promovido eventos diversos, visando aumentar a conscientização sobre o tema. Nos municípios que fazem parte da área de abrangência da Superintendência Regional de Saúde (SRS) de Varginha, as ações de mobilização buscaram diferentes enfoques.

Em Três Corações foi realizado, no início do mês, o 2º Mamaço, no Parque Infantil Rodrigo Abdalla, sendo uma oportunidade de troca de experiências e orientações.

Já em São Thomé das Letras, a ação ocorreu no Programa de Saúde da Família (PSF) Vida Nova, que atende a moradores da área rural. A coordenadora da Atenção Primária à Saúde (APS) do município, Larissa de Souza Silva, destacou que “o evento contou com a fala de nutricionista, dentista, obstetra, enfermeira e fisioterapeuta, prestando esclarecimentos diversos para a saúde da mãe e do bebê. Foram ressaltadas a pega correta, sucção, cuidados com a retirada do leite e armazenamento, especialmente para a mãe trabalhadora da área rural, que atua geralmente em horários diferenciados”.

Todas as formas de amamentar

O leite materno traz, comprovadamente, benefícios diversos para a mãe e para a criança, diminuindo o risco de doenças e alergias, além de contribuir para o desenvolvimento físico, emocional, cognitivo e estreitamento de laços.

As orientações sobre preparação da mama, pega correta, higiene para a amamentação, coleta, armazenamento e oferta de modo adequado devem ser transmitidas rotineiramente durante o pré-natal, na maternidade e nos primeiros atendimentos pediátricos.

A referência técnica da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, da Regional de Saúde de Varginha, Andrezza Souza Lima, enfatizou que “com a orientação adequada, a amamentação não gera dor ou desconforto, pelo contrário, torna-se um momento de nutrição física e afetiva, tanto para o bebê quanto para a mãe e deve ser estimulada além dos seis meses, até quando for confortável e viável para os dois. Por isso, uma rede de apoio bem informada e consciente é fundamental. Reforçamos sempre aos nossos municípios para envolverem a participação do pai, da família e de todos aqueles que auxiliam nos cuidados com o bebê para tornar esse ato possível por mais tempo”

A legislação confere direitos para a mulher trabalhadora na gravidez e no pós-parto, inclusive de jornada diferenciada em alguns casos, ou locais específicos para amamentação no ambiente de trabalho.

O retorno às atividades profissionais após o parto requer planejamento. A farmacêutica da SRS Varginha, Débora Pinto Oliveira Neves, mãe das gêmeas Lara e Melissa, de 6 meses, está retornando ao trabalho neste mês, mas desde junho iniciou visitas às escolas da cidade, buscando escolher aquela que atendesse às expectativas da família em relação ao cuidado. “Elas ficaram por 16 dias na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) neonatal ao nascer, neste período recebi orientações da equipe e do banco de leite sobre a amamentação e estimulação da minha produção. Elas foram alimentadas por sonda e pelo copinho nesta fase. Quando a coleta era feita no hospital, eu podia fornecer o colostro e leite diretamente para elas, até que a fonoaudióloga indicou que elas estavam prontas para a sucção”, relatou Débora Neves.

Após a alta, Débora amamentou as gêmeas até quase 3 meses. “Nas consultas pediátricas a gente percebeu que elas precisavam ganhar mais peso rapidamente, e uma delas foi diagnosticada com alergia à proteína do leite, necessitando de uma fórmula especial. Com o complemento, elas foram largando o peito. Hoje, com a retomada ao trabalho, a rotina começa bem cedo, com a organização dos materiais delas, das mamadeiras e fórmulas de cada uma. Além do planejamento da nossa casa como um todo, já que elas estão na fase de introdução alimentar”, explicou.

A dentista Patrícia Boareto Hamada, como profissional autônoma, retornou aos atendimentos em consultório após um mês do nascimento do filho Yuji, hoje com 2 anos e 8 meses. Para manter a amamentação exclusiva com o leite materno, foi preciso organizar a agenda e planejar o estoque. “Eu ia em casa nos intervalos entre as consultas e quando não conseguia, já tinha em casa leite armazenado para ser oferecido pelo copinho ou colher dosadora. O Yuji não conheceu a chupeta e nem a mamadeira. Depois que ele completou 6 meses e veio a introdução alimentar, foi possível espaçar as mamadas”.

Instrução e apoio

Apesar da flexibilidade de agenda, a amamentação trouxe desafios para Patrícia. “Yuji nasceu com

anquiloglossia, também conhecida como língua presa. Isso machucava o peito e, como consequência, apareciam fissuras, sangramentos e dores, além de não permitir o ganho de peso do meu bebê. Só depois que fizemos a frenectomia, cirurgia para liberar a linguinha, que eu consegui amamentar com prazer e sem dor. Atualmente, seguimos firmes e focados na importância do desmame gentil, respeitando o tempo dele”, enfatizou Patrícia. Como especialista em odontopediatria, ela usa as suas redes sociais e as consultas para divulgar orientações para as mães sobre a importância da amamentação e também da necessidade de ter uma rede de apoio neste momento, o que pode ser mais difícil na realidade de algumas mães.

Já a publicitária Stella Pessoa, mãe de Agnes, 7 anos, e de Vitória, 4 anos, viveu experiências diferentes quanto à amamentação. “Amamentar chegou para mim em forma de mãe de UTI. Sem hora dourada, sem bebê. Mas o leite estava lá e para tirar doía. Máquina de extração, pote, massagem, remédio. Bebê no peito só dois meses depois do nascimento e então desisti. Anos depois tive a oportunidade de vivenciar o nascimento de um bebê a termo (saudável). Assim que possível, foi direto para o peito, de onde saiu somente três anos depois. Estudei para amamentar. Bico e mamadeira não fizeram parte do enxoval. Busquei por pessoas que tinham conseguido o que eu sonhava. Eu me permiti ocupar espaços amamentando, roda de conversa, churrasco da família e na rua. Eu me informei. No processo compreendi que amamentar é trabalho, muito trabalho. E não existe trabalho mais complexo e bonito do que gestar e amamentar um bebê”, conclui Stella.

A referência técnica da Regional de Varginha, Andrezza Souza Lima, reforça que “o importante é as pessoas terem o acesso às informações, se prepararem para o processo da amamentação e fazerem o possível para seguir o preconizado pela saúde do seu bebê. Mas é importante também ter em mente que o amamentar ou não amamentar não se torne motivo de culpa ou sofrimento para a mãe. Cada família sabe das suas realidades e possibilidades. Nós mostramos o ideal, mas, como mãe, eu entendo perfeitamente que às vezes não se trata de uma escolha”, finaliza Andrezza.

Serviço

Para saber mais sobre as legislações pertinentes, dicas de amamentação e postos de coleta e bancos de leite de Minas Gerais, acesse: www.saude.mg.gov.br/aleitamentomaterno.