

Amamentação – amor essencial para a vida

São inúmeras as pesquisas que comprovam o benefício da amamentação. De acordo com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), o leite materno dado exclusivamente nos seis primeiros meses de vida pode reduzir mais de 1,3 milhão de mortes em crianças de até 5 anos nos países em desenvolvimento. “Mas esse não é o único benefício”, explica a Dra. Sandra Fernandes, chefe do Serviço de Pediatria do Hospital de Clínicas Padre Miguel (HCPM).

24/08/2016 13:29:13

São inúmeras as pesquisas que comprovam o benefício da amamentação. De acordo com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), o leite materno dado exclusivamente nos seis primeiros meses de vida pode reduzir mais de 1,3 milhão de mortes em crianças de até 5 anos nos países em desenvolvimento. “Mas esse não é o único benefício”, explica a Dra. Sandra Fernandes, chefe do Serviço de Pediatria do Hospital de Clínicas Padre Miguel (HCPM).

A especialista ressalta ainda que as crianças e os adultos que receberam leite materno têm menos risco de ser obesos e desenvolver osteoporose, hipertensão ou doença metabólica. Além de apresentarem boa composição corporal, respondem melhor às infecções e desenvolvem melhor capacidade de aprendizagem. “Todos esses motivos alicerçam a importância de garantirmos o aleitamento materno pelo maior tempo possível”, argumenta a Dra. Sandra Fernandes. Ela acrescenta que “o seio materno deve ser oferecido à vontade, sem horário, sem a necessidade de ofertar água, sucos ou chás ao neném. O leite materno nunca é fraco, e ao bebê não se devem disponibilizar chupetas, bicos e mamadeiras.”

Sandra elucida ainda que todos os benefícios são passados para as crianças por meio de células de defesa, anticorpos e enzimas que vêm do leite, funcionando como uma proteção extra vinda da mãe. “O leite materno é um alimento completo. Uma vez que a criança só mama no peito, não há necessidade de mais nada nos seis primeiros meses de vida”, afirma a médica.

As vantagens não estão reservadas somente aos pequeninos. As mães também têm ganhos imediatos e futuros por conta da amamentação. “Após o parto, amamentar ajuda o útero a voltar para o lugar, a perder peso, a combater a osteoporose e o câncer de ovário e a chance de desenvolver câncer de mama”, diz Sandra.

“Mas não é fácil amamentar. Não é só colocar o bebê no peito e pronto. A mãe deve estar em uma posição confortável; o bebê deve abocanhar toda a aréola do seio para evitar rachadura; o bebê deve ficar ‘barriga com barriga’ para que consiga mamar com a cabeça centrada e a mãe precisa de repouso entre as pausas do aleitamento”, ressalta.

A médica também chama atenção para o nobre ato de se doar leite materno, pois se trata de uma atitude que pode salvar vidas. E recomenda que se procure um banco de leite humano.