



Live “Vida em Crescimento – Tudo sobre Amamentação” é realizada pelo Grupo São Cristóvão Saúde



Sabemos que o leite materno é o melhor alimento que podemos oferecer ao bebê. Mas, o que muitas mães não sabem é o que fazer para a amamentação dar certo. Pensando em cuidado e orientação sobre a importância nutricional, psicológica e imunológica do aleitamento materno, o Grupo São Cristóvão Saúde realizou, no mês de novembro, a Live “Vida em Crescimento”.

Com a temática “Tudo sobre amamentação”, o encontro on-line compartilhou importantes dicas e informações para o cuidado da mãe e do bebê, através dos especialistas altamente capacitados do Grupo São Cristóvão Saúde, sendo: Dra.

Alessandra de Freitas Ventura Schuh (Ginecologista, Obstetra, Mastologista e Coordenadora Médica da Maternidade – além de mediadora da live), Dr. Fábio Antonio Almeida Muniz (Ginecologista, Obstetra, Mastologista e Coordenador Médico da Maternidade), Dra. Cláudia Marília Fenile Conti (Neonatologista e Pediatra) e Dr. Jorge Isaac García Paez (Infectologista). O objetivo foi oferecer um conteúdo alinhado às novas tendências, abordando, de forma ampla e detalhada, os aspectos da amamentação, contando com um tempo reservado para o esclarecimento de dúvidas ao final.

O aleitamento materno é muito importante, pois estabelece um vínculo entre a mãe e o bebê, além de trazer inúmeros outros benefícios para ambos. De acordo com o Dr. Fábio Muniz, diversos estudos epidemiológicos demonstram que o grupo de mulheres que amamentam tem menor necessidade de assistência médica, em relação a doenças do coração, pulmonares, gastrointestinais, bem



POSIÇÃO TRADICIONAL



POSIÇÃO TRANSVERSAL



POSIÇÃO INVERTIDA



POSIÇÃO DEITADA DE LADO

Posições para uma pega adequada

como problemas psíquicos e emocionais. A amamentação também favorece a contração do útero diminuindo o sangramento e, conseqüentemente, menor risco de anemia e infecção. Além disso, ocasiona a perda de gordura corporal, redução do estresse, diminuição do risco de alguns cânceres (mama, ovário e endométrio) e menor incidência de Alzheimer, doenças metabólicas, autoimunes, hipertensão, entre outras. Sobre os benefícios gerados pelo leite materno ao bebê, Dra. Cláudia Conti enfatiza a proteção contra diversas patologias, como diarreia, desidratação, desnutrição, otites, além de alergias, uma vez que durante a amamentação, a mãe passa anticorpos através do leite.

Outro fator importante é que ele auxilia no desenvolvimento ósseo e no fortalecimento dos músculos da face, melhorando a parte da fala, respiração e dentição. Por isso, recomenda-se o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida do bebê.

A especialista e mediadora da live, Dra. Alessandra Schuh, explanou a estrutura da mama, bem como enfatizou a diferença entre o leite anterior e posterior. “O leite anterior é o inicial, rico em imunoglobulinas (defesa da mãe), hidratando e trazendo muita proteção ao bebê. Já o leite posterior é mais gorduroso, responsável por nutrir e saciar a criança, fazendo com que ela cresça e ganhe peso. Por isso é importante que o bebê esvazie uma mama pelos menos, assim ele ganha tanto em termos de hidratação quanto em crescimento”. E reforça que não existe leite fraco, mas sim uma amamentação não efetiva, uma pega inadequada ou quando o bebê mama um pouco e dorme, ingerindo somente o leite anterior.



Dra. Alessandra, Dr. Fabio, Dr. Jorge e Dra. Claudia durante live de amamentação

Para amamentar de maneira prática e correta são necessários 3Ps: Preparação (por meio da lavagem das mãos, massagem das mamas para facilitar a pega do bebê, uso de sutiã adequado para amamentação e lugar tranquilo); Posicionamento (alinhamento da cabeça

e do corpo do bebê, ajudando a prevenir complicações) e a Pega adequada (lábios do bebê evertidos, queixo apoiado na mama e a pega envolvendo a aréola, evitando maiores problemas na amamentação).

No que diz respeito à COVID-19, Dr. Jorge Paez enfatizou. “Este ano fomos surpreendidos com uma doença viral que ninguém esperava. Por isso, o principal cuidado é a prevenção, através das diretrizes básicas, como uso de máscara, isolamento físico, lavagem constante das mãos e uso de álcool em gel. Em relação à amamentação em pacientes com coronavírus, a Organização Mundial de Saúde, a Sociedade Brasileira de Pediatria e a Federação Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia entendem que os benefícios do aleitamento materno superam o baixo risco da transmissão vertical da COVID-19, sendo o risco ao bebê quase inexistente, tendo em vista que as formas de apresentação do vírus no recém-nascido são muito brandas. Por isso, a amamentação deve ser mantida”. O infectologista também enfatiza alguns cuidados necessários durante a amamentação de mães com coronavírus para evitar o contágio, que incluem: utilização de máscara; não falar, a fim de reduzir as chances de transmissão do vírus; higienizar as mãos antes de tocar no bebê e evitar que a criança encoste as mãos no rosto.

Na live “Vida em Crescimento” também foram abordados diversos mitos, ordenha e armazenamento, possíveis intercorrências, desmame, entre outros.

Perdeu a live “Vida em Crescimento”? Clique no link abaixo:

