

IMPORTANTE SABER!

Até completar 6 meses de vida, o leite materno é o único alimento que o bebê precisa, pois tem todos os nutrientes, inclusive a água.

Não existe “leite fraco” nos primeiros dias. O leite virá em pequena quantidade (colostró), ainda assim possui alto valor nutritivo.

Na amamentação, o bebê recebe os anticorpos da mãe para proteção contra diarreia e infecções, principalmente doenças respiratórias. O leite materno também diminui o risco de alergias, colesterol alto, diabetes e obesidade.

A amamentação é um excelente exercício para o desenvolvimento da face da criança. É importante para que ela tenha dentes fortes e bonitos, desenvolva a fala e tenha uma boa respiração.

Amamentar é bom não só para a saúde do bebê, mas também para a saúde da mãe. O sangramento pós-parto diminui, assim como as chances de desenvolver anemia, câncer de mama e de ovário, diabetes e infarto cardíaco. Além disso, a mulher que amamenta perde mais rápido o peso que ganhou durante a gravidez.

O ALEITAMENTO MATERNO É GARANTIDO POR LEI.



LEGISLAÇÃO BRASILEIRA DE APOIO À MATERNIDADE DA MULHER TRABALHADORA

- Licença-Maternidade – artigo 7º, inciso XVII da Constituição; CLT artigo 392, seção V; Lei nº 11.770, de 9 de setembro de 2008.
- Prorrogação por duas semanas da licença-maternidade – CLT artigo 392, seção V.
- Pausas para amamentar durante a jornada – CLT artigo 396, seção V.
- Licença-Maternidade e Adoção – Lei nº 12.873, de 24 de outubro de 2013; art. 210 da Lei nº 8.112/1990 e Decreto nº 6.690/2008.
- Estabelece dois meses opcionais a mais de licença-maternidade - Lei nº 11.770/2008.
- Estabilidade para a gestante – CLT artigo 391, seção V.
- Salário-Maternidade Integral – CLT capítulo II, artigo 7º, XVII.
- Direitos da mãe estudante – Lei nº 6.202/1979.
- Direito das mães privadas de liberdade – Lei de execuções penais no artigo 82, §2º, e artigo 89; e o artigo 9º do Estatuto da Criança e do Adolescente.
- Licença-paternidade – Constituição Federal, art. 7º, inciso 19, art. 10, parágrafo 1º; CLT capítulo II, artigo 7º, XIX; Lei nº 13.257/2016, artigo 38.
- Creche ou reembolso – CLT artigo 389, seção IV; Portaria nº 3.296, de 3 de setembro de 1986, artigo 1º.

OUTRAS LEGISLAÇÕES RELACIONADAS

- Condições adequadas ao aleitamento materno – artigo 9º do Estatuto da Criança e do Adolescente.
- Normas e os padrões mínimos para a construção, a instalação e o funcionamento de creches – Portaria MS nº 321/1988.
- NBCAL – Lei nº 11.265/2006 – Regulamenta a comercialização de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância e também a de produtos de puericultura correlatos.
- NBCAL – Decreto nº 8.552/2015 – Regulamenta a Lei nº 11.265/2006.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
SAÚDE



DAS
DIRETORIA DE ATENÇÃO
A SAÚDE DE ITAJAÍ



Amamentar
Itajaí

AMAMENTAR FAZ BEM PARA O BEBÊ E PARA VOCÊ



ATÉ OS 6 MESES O BEBÊ SÓ PRECISA DE LEITE MATERNO. DEPOIS, OFEREÇA ALIMENTOS SAUDÁVEIS E CONTINUE AMAMENTANDO ATÉ OS 2 ANOS OU MAIS.

**INFORME-SE, PREPARE-SE.
TORNE ESSA EXPERIÊNCIA COMPLETA.**



SAIBA MAIS SOBRE A AMAMENTAÇÃO

Nos primeiros meses, o bebê ainda não tem horário para mamar. Ele deve mamar sempre que quiser. Com o tempo, ele faz seu horário. Cada bebê tem o seu próprio ritmo de mamar.

Durante a mamada, a quantidade de gordura do leite vai aumentando. Se o bebê não tomar o leite do fim da mamada, que tem mais gordura, ele pode sentir fome logo em seguida. Por isso, a mãe deve esvaziar a mama por completo para depois oferecer a outra.

A partir dos 6 meses, você deve começar a dar alimentos saudáveis, mantendo o leite materno até os 2 anos de idade ou mais.

Não dê chupetas, bicos e mamadeiras, pois podem levar o bebê a rejeitar o peito da mãe, além de causar problemas nos dentes, na fala e na respiração.

A maioria dos medicamentos não impede a amamentação, mas a mãe só deve tomá-los quando orientada pelo médico.

Bebidas alcoólicas e cigarros devem ser evitados.

A mãe que possui o diagnóstico de HIV ou usa drogas como maconha, crack e cocaína não deve amamentar.



PEGA ADEQUADA

Confira algumas dicas para amamentar melhor:

- Grande parte da aréola deve estar na boca do bebê e não apenas o bico da mama.
- O nariz não encosta na mama e respira livremente.
- O queixo encosta no peito.
- Barriga e tronco do bebê devem estar voltados para a mãe.
- Boca aberta como “boquinha de peixe”.
- Lábios voltados para fora.
- Bochecha enche quando suga o leite.



Com esses cuidados, além de evitar que a mãe tenha fissuras (rachaduras) no mamilo, o bebê consegue se alimentar melhor.



TODO MUNDO PODE AJUDAR A MULHER NA AMAMENTAÇÃO.

VEJA COMO:

- Reconheça a importância da amamentação.
- Transmita experiências positivas de aleitamento materno.
- Acredite que a mulher é capaz de amamentar, incentivando e encorajando aleitamento materno.
- Apoie a mulher que amamenta.
- Ajude nas tarefas de casa para que a mulher tenha mais tempo para amamentar o bebê.
- Se você é empresário, conceda a licença-maternidade de 6 meses. Crie em sua empresa um espaço mais reservado para amamentação, coleta e armazenamento do leite materno.

DOAÇÃO DE LEITE MATERNO

Doação de leite é um ato de solidariedade e uma maneira de você estimular a produção de leite também para o seu filho.



Você pode doar por meio do Banco de Leite do Hospital e Maternidade Marieta Konder Bornhausen - Telefone: (47) 3249-9400 ou informe-se nos serviços de saúde.