

MITOS SOBRE AMAMENTAÇÃO:

"Dar de mamar faz os peitos caírem."

"Meu leite é fraco e o bebê chora com fome."

"Só meu leite não sustenta, e o bebê chora com fome."

"Criança que nasceu antes do tempo ou muito pequena não pode mamar"

"Se o bebê arrotar mamando, o peito pode inflamar ou o leite secar."

"Mãe que trabalha fora não pode amamentar."

A FAMÍLIA E A AMAMENTAÇÃO

- Participar em casa nos momentos de amamentação, envolvendo os outros filhos;
- Encorajar e incentivar a mãe a amamentar;
- Ajudar no cuidado com a casa e os filhos;
- Não trazer para casa produtos que prejudicam a amamentação, como latas de leite, mamadeiras e chupetas;
- Não fumar na presença do bebê;
- Orientar a mãe a procurar o serviço de saúde em casos de dúvidas sobre a amamentação.



LEÓPOLIS

Secretaria Municipal de Saúde

Rua Marechal Deodoro, 19
Tel.: (43) 93300-3096

Taise Magri da Silva
Nutricionista
CRN8-5696



ORIENTAÇÕES SOBRE AMAMENTAÇÃO



*Amamentação é quando o amor
transborda em forma de alimento!!*

A amamentação aumenta os laços afetivos. Os olhos nos olhos e o contato contínuo entre mãe e filho fortalecem os laços entre eles, e o envolvimento do pai e familiares favorece o prolongamento da amamentação.

COMO AMAMENTAR

POSIÇÃO DA MÃE



Deitar e colocar o bebê em posição paralela a seu corpo.



Segurar o bebê no colo em posição transversal, "barriga com barriga", utilizando o braço contrário ao seio em que ele está mamando.



Segurar o bebê no colo em posição transversal, utilizando o braço do mesmo lado do seio em que ele mama



Segurar o bebê passando-o embaixo do seu braço, do mesmo lado do seio em que ele está mamando, sentando de pernas cruzadas na beira da cama ou usando duas cadeiras ou o sofá.



Colocar o bebê "de cavalinho" em uma das suas coxas, deixando-o de frente para o seio.



Usar qualquer combinação citada no caso de ter gêmeos e desejar dar de mamar ao mesmo tempo

VANTAGENS PARA O BEBÊ

- Alimento completo;
- Proteção contra infecções e alergias;
- Sempre pronto e na temperatura certa;
- Amor e carinho;
- Bom para a dentição e a fala;
- Bom para o desenvolvimento infantil e o seu relacionamento com outras pessoas;
- Melhora o desenvolvimento mental do bebê.

VANTAGENS PARA A MÃE



- A mãe que amamenta sente-se mais segura e menos ansiosa;
- Amamentar faz queimar calorias e por isso ajuda a mulher voltar ao peso que tinha antes de engravidar;
- Amamentar ajuda o útero a regressar ao seu tamanho normal mais rapidamente;
- A perda de sangue depois do parto acaba mais cedo;
- A amamentação protege do cancro da mama que surge antes da menopausa;
- Amamentar protege do cancro do ovário.