

## **Aleitamento materno**

Bianca Pacheco Ribeiro<sup>1</sup>

Maribel Schmitt Fontoura<sup>2</sup>

**Resumo:** Segundo a OMS, as crianças devem receber leite materno até o 6º mês de vida, pois é o único alimento que garante qualidade e quantidade adequada de nutrientes para o bebê, apresentando concentrações ideais de proteína, açúcar, gordura, sais minerais e vitaminas suficiente para nutri-los. Sendo assim, crianças amamentadas por leite materno, recebem substâncias imunológicas que fortalecem o seu organismo durante a vida, assim tendo menos riscos de desenvolver câncer, diabetes obesidade, problemas intestinais e respiratórios. É sabido que a mulher só começa a produção de leite no primeiro dia de nascimento. Durante toda a gestação, é produzido o colostro, que é um líquido aquoso, de cor amarelada, que contém anticorpos maternos. Mas, nem toda mulher pode amamentar seu filho, há contraindicações para aquelas que possuem doenças como: HIV, HTLV, tuberculose, varicela e citomegalovírus. Conforme estudado na disciplina de Saúde da Mulher e do Homem, realizou-se uma revisão bibliográfica cujo objetivo foi verificar a importância da preparação da mama para a chegada do bebê, no qual deve ser feita uma dessensibilização do bico do seio e que durante a gestação a mãe tome banho de sol com seus seios desnudos, passe levemente uma bucha vegetal e use o sutiã correto de acordo com o crescimento do seio. Nos primeiros dias da amamentação, é comum o bico do seio ficar assado com a sugada do bebê, por isso, é bom deixar o local sempre hidratado, e com o próprio leite a mãe pode colocar no local ou também chá de camomila para acalmar aquela superfície. Para que o momento da amamentação seja o menos dolorido e estressante possível, existe uma pega correta do bebê no seio, sendo que o nariz da criança não deve encostar no seio, os lábios devem ficar para fora, a barriga e tronco devem estar voltados para a mãe e toda a aréola deve ficar dentro da boca do bebê. Com isso, é possível observar que o aleitamento materno, além de nutrir o bebê, reflete lá na frente na saúde da criança, assim sendo muito importante tanto para a mãe, quanto para o filho que haja esse momento entre os dois.

**Palavras-chaves:** Amamentação; Leite materno; Maternidade.

---

<sup>1</sup> Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Fisioterapia. E-mail: biancarib27@outlook.com.

<sup>2</sup> Centro Universitário Cesuca. Docente do curso de Fisioterapia. E-mail: maribel.fontoura@cesuca.edu.br.