AGOSTO DOURADO

Juntos pela amamentação

O leite materno é um alimento completo, deverá ser o único alimento ofertado até os 6 meses de idade e é recomendado até os 2 anos ou mais.

NENHUM LEITE MATERNO É FRACO!

MELHOR PARA A CRIANÇA

- O leite materno é de mais fácil digestão, pois é produzido exclusivamente para criança, e também é limpo e sempre pronto e quentinho;
- Protege o bebê de doenças como diarreia, alergias, diabetes e obesidade na vida adulta;
- Sugar o peito é um excelente exercício para para fortalecer os músculos da face e ajuda no desenvolvimento da respiração, fala e dentes saudáveis;

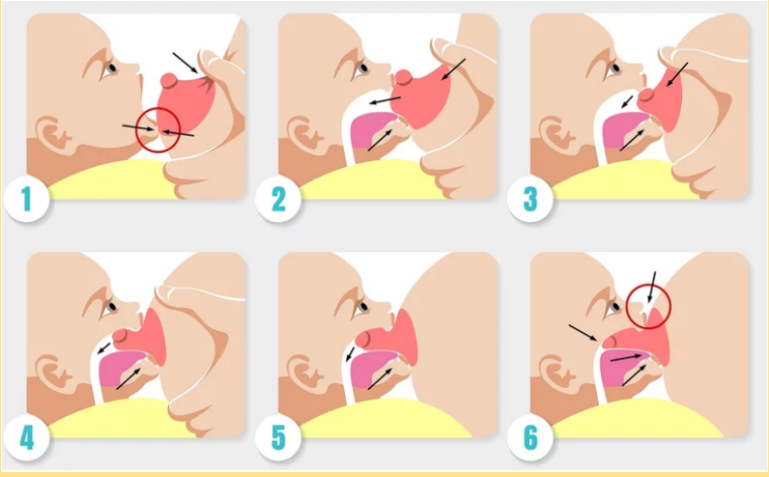
MELHOR PARA A MÃE

- Acompanhada de uma alimentação saudável, ajuda a reduzir, mais rapidamente, o peso adquirido durante a gravidez;
- Ajuda o útero a recuperar seu tamanho normal, diminuindo o risco de hemorragia e anemia;
- Reduz o risco de doenças como diabetes, câncer de mama e de ovário.

A amamentação favorece o vínculo afetivo entre mãe e bebê.

COMO É A PEGA CORRETA?

- Grande parte da auréola na boca do bebê, e não apenas o mamilo;
- Barriga do bebê virada para a mãe;
- O nariz do bebê não encosta no seio, para que possa respirar livremente.



POSIÇÃO PARA AMAMENTAR SEU BEBÊ

DEITADA

Coloca-se o bebê deitado de lado, com o apoio de um travesseiro (a cabeça do bebê deve ficar mais elevada que o corpo).

TRADICIONAL

Sentada, a mãe posiciona o bebê no colo.

CAVALINHO

Com uma mão, a mãe apoia a cabeça do bebê e com a outra posiciona a mama.

INVERTIDA

O bebê fica posicionado ao lado do corpo da mãe, passando por baixo do seu braço e apoiado em sua costela.

Fonte: Pro Matre Paulista

Estas e outras informações podem ser encontradas na Caderneta da Criança 2ª Ed - 2020 Ministério da Saúde.

NASF CUIABÁ-MT