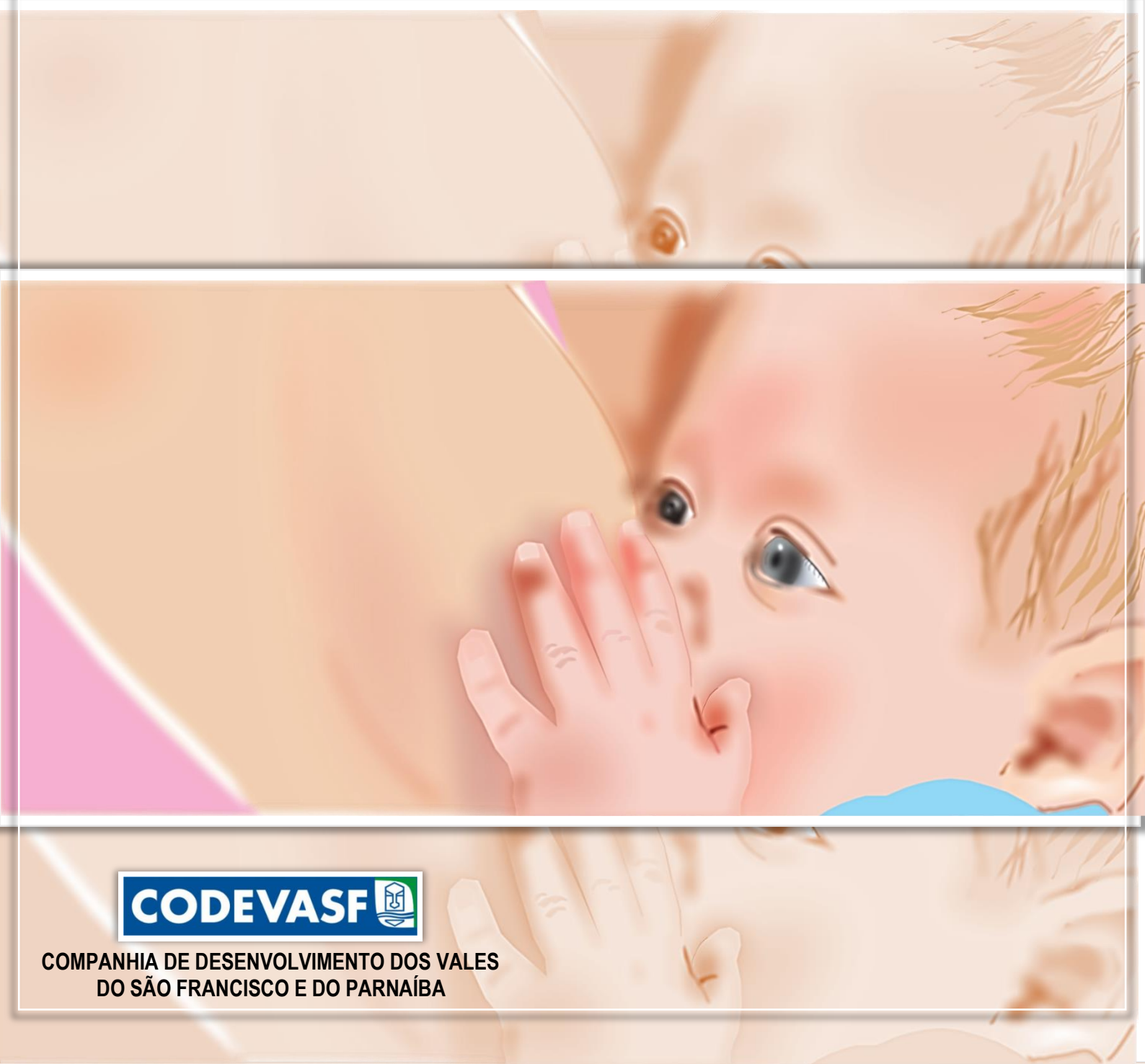
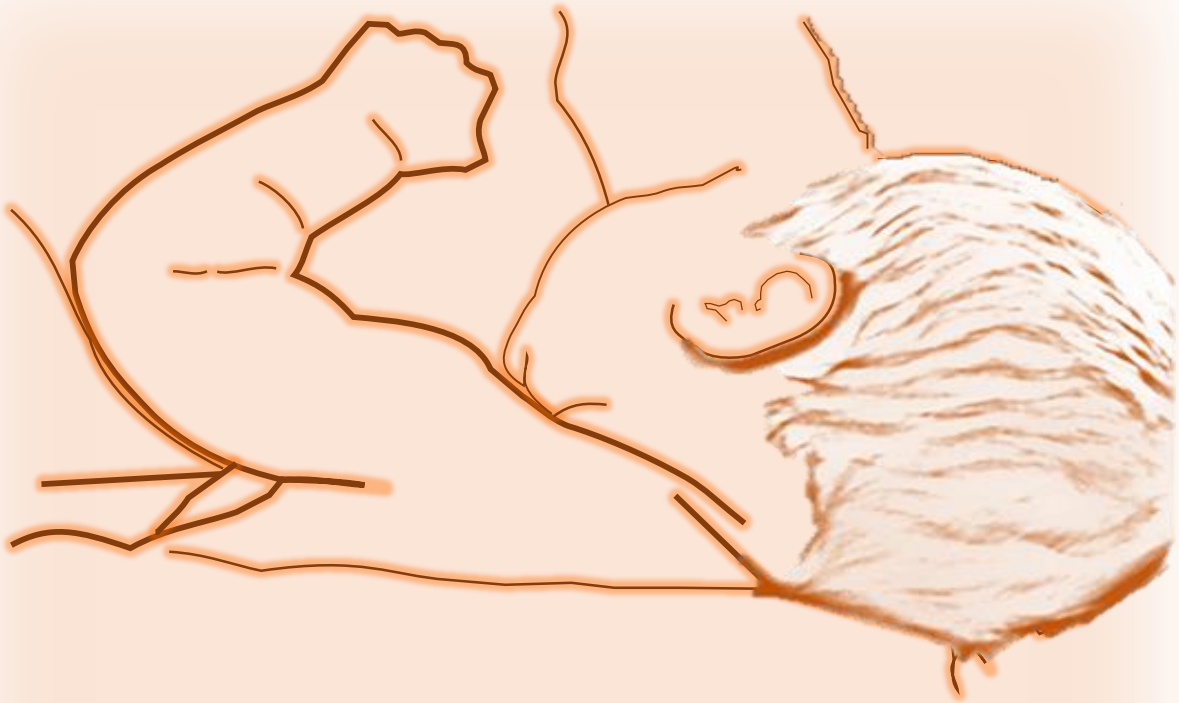
AMAMENTAÇÃO

MITOS e VERDADES



CODEVASF

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DOS VALES
DO SÃO FRANCISCO E DO PARNAÍBA



Amamentação:

Mitos e Verdades

Ministério do Desenvolvimento Regional
Daniel de Oliveira Duarte Ferreira

Presidência da Codevasf
Marcelo Andrade Moreira Pinto

Área de Desenvolvimento Integrado e Infraestrutura
Antonio Rosendo Neto Junior

Área de Gestão dos Empreendimentos de Irrigação
Luís Napoleão Casado Arnaud Neto

Área de Revitalização e Sustentabilidade Socioambiental
Rodrigo Moura Parentes Sampaio

Área de Gestão Estratégica
Henrique Guelber Barros

Área de Gestão Administrativa e Suporte Logístico
Lucas Felipe de Oliveira

CODEVASF

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DOS VALES
DO SÃO FRANCISCO E DO PARNAÍBA

Coordenação: Marisa Cordeiro Roque

Amamentação:
Mitos e Verdades

Brasília
Codevasf
2022

© 2022 Companhia de Desenvolvimento dos Vales do São Francisco e do Parnaíba - Codevasf

É permitida a reprodução, parcial ou total, por qualquer meio, desde que citada a fonte.

Disponível em: https://www.codevasf.gov.br/acesso-a-informacao/institucional/biblioteca-geraldo-rocha/publicações.

Coordenação: *Marisa Cordeiro Roque*

Correção ortográfica: *Liana Castelo Branco Cunha Karliç*

Diagramação: Gilberto Sousa Matos

Antônio Magalhães Araújo Neto

Normalização: *Nilva Chaves, Célia Maria de Menezes*

G943

Amamentação : mitos e verdades / coordenação: Marisa Cordeiro Roque – Brasília : Codevasf, 2022.
32 p.: il. color.

1.Amamentação. 2. Aleitamento materno. 3. Desmistificação. I. Codevasf.

CDU 618.63

Companhia de Desenvolvimento dos Vales do São Francisco e do Parnaíba - Codevasf

SGAN – Quadra 601 – Bloco I - Edifício Deputado Manoel Novaes

CEP: 70.830 – 019 - Brasília – DF

Telefone: (61) 2028–4420/4418/4415

www.codevasf.gov.br

pls.sede@codevasf.gov.br

Comissão de Implantação do Plano de Gestão de Logística Sustentável – PLS/Sede - Decisão nº 1436/2016.

Presidente:

Marisa Cordeiro Roque

Membros:

Ananda Sue Sales Costa

Arielle Marie Matos Monteiro

Frederico Celente Lorca

Jackson Costa Coelho

Liana Castelo Branco Cunha Karliç

Laudâmia Maria de Araújo leite Matos

Marcos Antônio das Neves de Oliveira

Raquel Pedroso Neiva

Valesca Mara de Brito Camilo Moura

Parceiros/Colaboradores:

Área de Gestão Administrativa e Suporte Logístico – AA

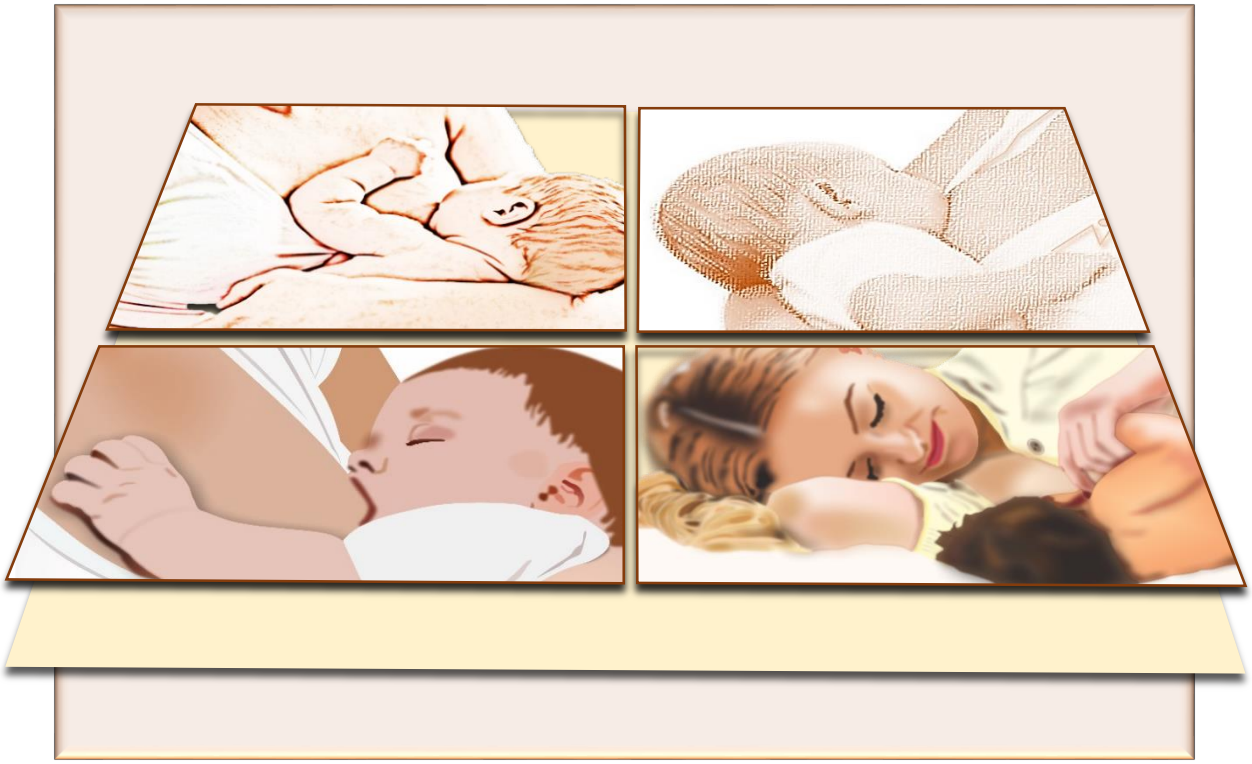
Área de Gestão Estratégica – AE

Área de Revitalização e Sustentabilidade Socioambiental – AR

Banco de Leite Humano do Distrito Federal – BLH/DF

Introdução

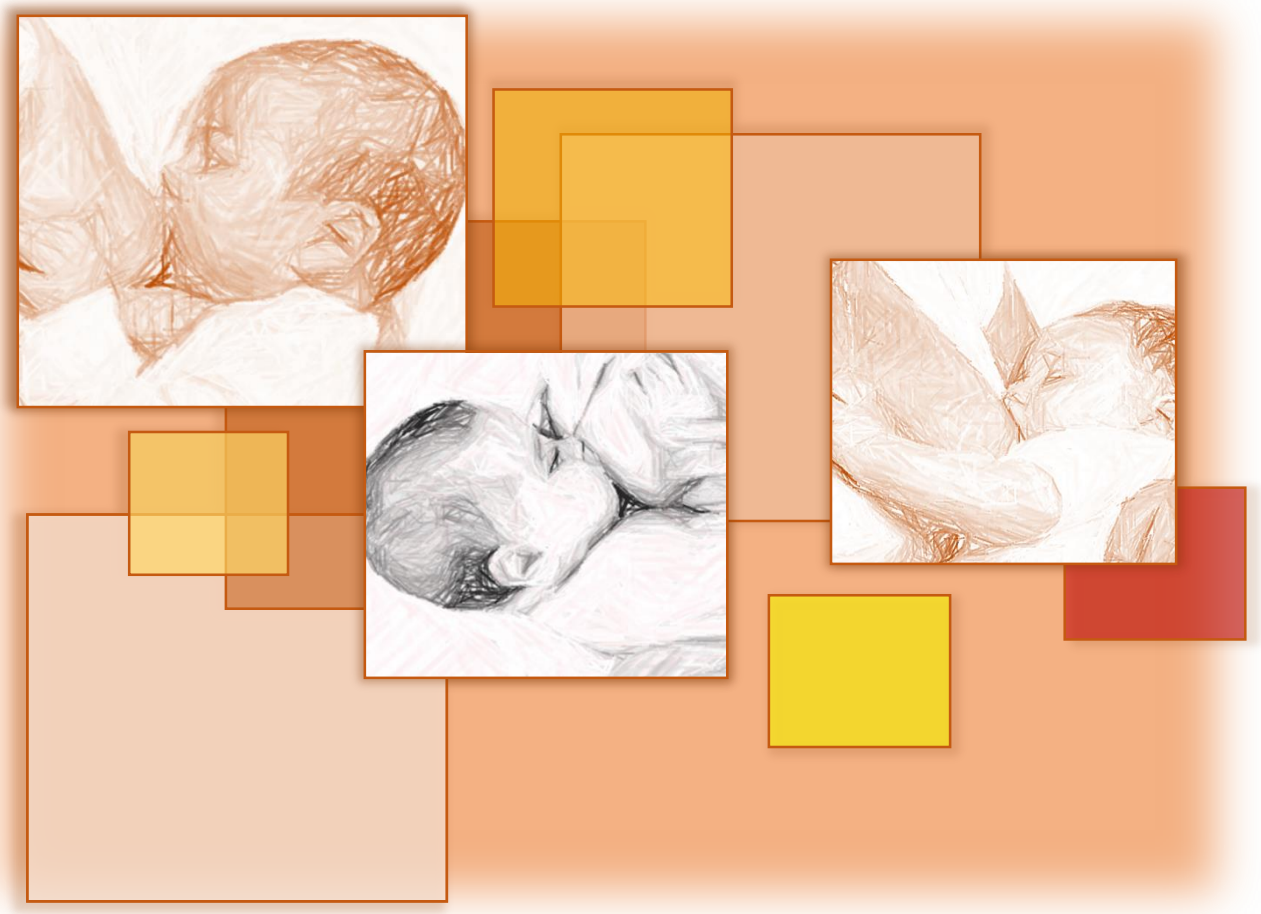
A amamentação é um momento de ligação único entre o bebê e a mãe. Este ato tão importante é essencial, afinal o leite materno contém tudo o que o recém-nascido precisa para seu desenvolvimento, além de trazer benefícios também para as mamães.



A Organização Mundial de Saúde (OMS) orienta que os bebês recebam apenas leite materno até os seis meses de vida. Após esse período, a criança deve receber alimentos saudáveis, de acordo com a orientação do pediatra, mantendo a amamentação até os dois anos ou mais.

Mesmo diante de tantos benefícios e amplos estudos e debates, ainda existem crenças populares, que acabam criando mitos, que muitas vezes não são verdadeiros, ou seja, não são comprovados cientificamente e que não tem nada a ver com o ato universal e instintivo de amamentar, mas que podem influenciar as mães lactantes a cometerem equívocos, que resultem no desmame precoce de seus bebês.

Nesse sentido, de modo a desmistificar alguns mitos e crenças consolidadas pelo "senso comum" que influenciam de forma negativa na lactação, a Comissão do Plano de Gestão de Logística Sustentável – PLS-Codevasf/Sede, sistematizou alguns mitos e verdades sobre amamentação, para ajudar você neste momento sublime. Esperamos que a amamentação seja uma das suas melhores recordações e que reforce ainda mais o vínculo entre você e seu bebê!



Amamentação: Mitos e Verdades

Amamentar necessita de paciência.

Verdade! Apesar de ser um ato natural, amamentar é uma ação que deve ser aprendida. Muitos são os obstáculos que a mãe pode enfrentar durante a jornada, e são necessárias a paciência e a força de vontade para vencê-los.

Existe idade "limite" para amamentar uma criança.

Mito! A orientação do Ministério da Saúde é que o bebê mame exclusivamente no peito até os seis meses de idade e continue sendo amamentado após a introdução de novos alimentos até dois anos ou mais. Portanto, não existe limite para o tempo de amamentação.

O leite vira água, quando a amamentação é prolongada.

Mito! Estudos demonstram que, mesmo após um ano de vida do bebê, 100 ml de leite materno permanecem com mais calorias nutritivas do que o leite de vaca, mesmo não sendo mais o principal alimento da criança.

Amamentar previne o câncer de mama.

Verdade! De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), amamentar reduz o risco de a mulher ter câncer de mama, já que taxas de alguns hormônios que favorecem este tipo de câncer são reduzidos durante a amamentação.

Há regras sobre como amamentar corretamente.

Nem mito, nem verdade! Não são exatamente regras, mas existem técnicas que ajudam as mães que têm dificuldade em fazer os bebês mamarem.

Algumas mulheres produzem leite mais fraco.

Mito! Na lista de mitos e verdades sobre amamentação esse é um dos mais comuns. A verdade é que cada mulher produz o leite adequado de que o bebê precisa para se desenvolver.

Só o leite da mãe não sustenta o bebê e ai chora com fome.

Mito! Nem sempre que o bebê chora é porque está com fome. Ele pode estar com cólica, frio ou calor, molhado, ou simplesmente querendo carinho (colo). Lembre-se de que o choro é a única forma que o bebê tem de se comunicar nos primeiros meses de vida.

Roupas de amamentação fazem diferença para as mães na hora da amamentação.

Verdade! Pode parecer apenas um detalhe, porém a praticidade das roupas de amamentação pode fazer a diferença. Seja para as mães de primeira viagem ou para aquelas que já passaram pela experiência.

Durante a amamentação a mulher pode sentir mais sede.

Verdade! Sede é um reflexo comum durante a fase de amamentação.

Bebês amamentados por mães vegetarianas tem maior risco de ter falta de vitamina B.

Verdade! Pois dietas vegetarianas são pobres em vitamina B.

Bebê que nasceu prematura ou com baixo peso não deve mamar no peito.

Mito! Estes bebês podem ter dificuldades de sugar no início, mas são os que mais precisam da proteção do leite materno. Conforme eles crescem, sugam com maior facilidade. Se o bebê tiver dificuldade de sugar, retire o leite, coloque-o em um recipiente limpo e ofereça com colher ou na xícara de café/copinho.

Chupeta pode causar alguma doença no bebê.

Verdade! O seu uso está associado a maior ocorrência de candidíase oral (sapinho), otite média (infecção de ouvido) e alterações no palato (deformidades dentro da boca).

Todas as crianças podem ser amamentadas.

Mito! Crianças portadoras de galactosemia (alergia ao leite) não podem ser amamentadas.

O bebê não deve tomar o colostro, pois é prejudicial.

Mito! O colostro é rico em nutrientes, anticorpos e glicose, sendo um líquido muito saudável para a vida do bebê.

Amamentar deitado causa otite.

Verdade! Porém, estudos recentes mostram que só ocorre com bebês que tenham alguma disfunção da tuba. A tuba auditiva sem alteração apresenta um mecanismo de proteção, ela se fecha durante a amamentação, impedindo que o leite chegue ao ouvido médio.

Amamentar é um ótimo anticoncepcional.

Mito! Algumas mulheres podem voltar a ovular mesmo no período da amamentação quando o ciclo menstrual está bloqueado devido à supressão dos hormônios.

Quando está amamentando pode tomar qualquer tipo de pílula anticoncepcional.

Mito! Existe uma pílula anticoncepcional desenvolvida especialmente para as mamães que estão amamentando. São compostas de progestagênio, hormônio que inibe a ovulação. Conhecidas como minipílulas, elas podem ser tomadas a partir da sexta semana depois do parto.

Engravidar enquanto está amamentando é benéfico.

Mito! Não existe um intervalo estabelecido entre uma gravidez e outra, porém, é aconselhável que a mulher não engravide enquanto estiver amamentando, porque a sobrecarga da amamentação somada a uma nova gestação pode comprometer a saúde da mãe, caso ela não tenha uma condição nutricional adequada.

É possível amamentar dois filhos de idades diferentes ao mesmo tempo.

Verdade! O conhecido processo chamado tandem. Só é muito cansativo, mais é escolha de cada mãe. A qualidade do leite não muda e ninguém sai prejudicado nesse processo.

Seios grandes produzem muito leite e seios pequenos menos leite.

Mito! O que dá o tamanho dos seios é o tecido gorduroso e não a glândula produtora de leite, portanto, não depende do tamanho ou formato da mama.

Existe um horário padrão para amamentar o bebê.

Mito! Esta é uma dúvida comum dentre os mitos e verdades sobre amamentação. Nos primeiros meses de vida, é importante que o bebê possa mamar sempre que sentir fome. É claro que com o passar das semanas o bebê vai criando uma rotina, mas é importante a mãe amamentar quando o bebê precisar.

Tomou vacina contra a Covid-19, tem que parar de amamentar o bebê e doar leite materno.

Mito! A mãe que tomar a vacina e não precisa interromper a amamentação do bebê, nem a doação de seu leite. Tudo isso pode continuar ocorrendo normalmente. Pesquisas mostram que as vacinas não causam dados para a saúde do bebê.

Caso o bebê esteja com suspeita ou tenha contraído a Covid-19, o aleitamento materno pode continuar.

Verdade! Porque é pelo leite materno que o bebê vai receber todos os fatores de proteção, ou seja, os anticorpos de proteção. Nenhum outro medicamento vai substitui-lo.

A produção de leite pode ser prejudicada por conta de estresse e ansiedade.

Verdade! Se a mãe passar por momento de tensão isso pode comprometer a produção de leite no organismo. Caso isso aconteça, vale lembrar que é reversível, ou seja, ao se acalmar a produção de leite volta ao normal, mas se isso não acontecer é aconselhável procurar um médico para avaliar a situação.

Amamentar é um processo doloroso.

Nem mito, nem verdade! A dor durante a amamentação varia de acordo com a sensibilidade de cada mãe, mas o processo em si não deve causar dor. Em casos em que a dor acontece e persiste, a causa pode ser que o bebê não está pegando bem o peito, então a mãe deve procurar ajuda de um profissional para receber as orientações necessárias.

Precisa dar os dois peitos a cada mamada.

Mito! O tempo de cada mamada não deve ser fixado, pois o esvaziamento da mama pode variar conforme a fome do bebê, do intervalo entre uma mamada e outra, do volume de leite armazenado na mama, entre outros. O importante é que a mãe dê tempo suficiente para o bebê esvaziar adequadamente seu seio, caso esvazie uma mama por completo e a criança ainda deseje mamar, a mãe pode oferecer a outra mama. Na próxima mamada, recomenda-se que a mãe dê o seio que não foi oferecido na mamada anterior ou ofereça o que o bebê mamou por último.

Canjica e caldo de cana aumentam a produção de leite.

Mito! A produção do leite materno depende principalmente da sucção do bebê e do esvaziamento da mama. Portanto, quanto mais o bebê mamar e esvaziar adequadamente as mamas, mais leite a mãe irá produzir.

O único alimento que o bebê deve ingerir até os seis meses é leite materno.

Verdade! É recomendado que a mãe amamente o bebê exclusivamente com leite materno até os seis meses. Após este período, pode introduzir outros alimentos e líquidos na dieta.

O leite materno pode ser fraco para nutrir o bebê.

Mito! Não existe leite materno fraco. Ele apresenta composição semelhante para todas as mulheres que amamentação. O leite materno é o alimento ideal para o bebê, sendo recomendado até os dois anos de vida ou mais, sendo exclusivamente até o 6° mês de vida.

Bebê que mama no peito não precisa beber água.

Verdade! O leite materno já contém água suficiente em sua composição para hidratar o bebê. É o alimento mais completo que existe. Não é preciso oferecer mais nada à criança durante os seis primeiros meses de vida.

Cerveja preta, água inglesa e outros alimentos aumentam a produção de leite.

Mito! Bebidas alcoólicas não devem ser ingeridas, pois o álcool passa rapidamente para o leite e pode ser muito prejudicial ao bebê.

O bebê deve mamar 20 minutos em cada peito.

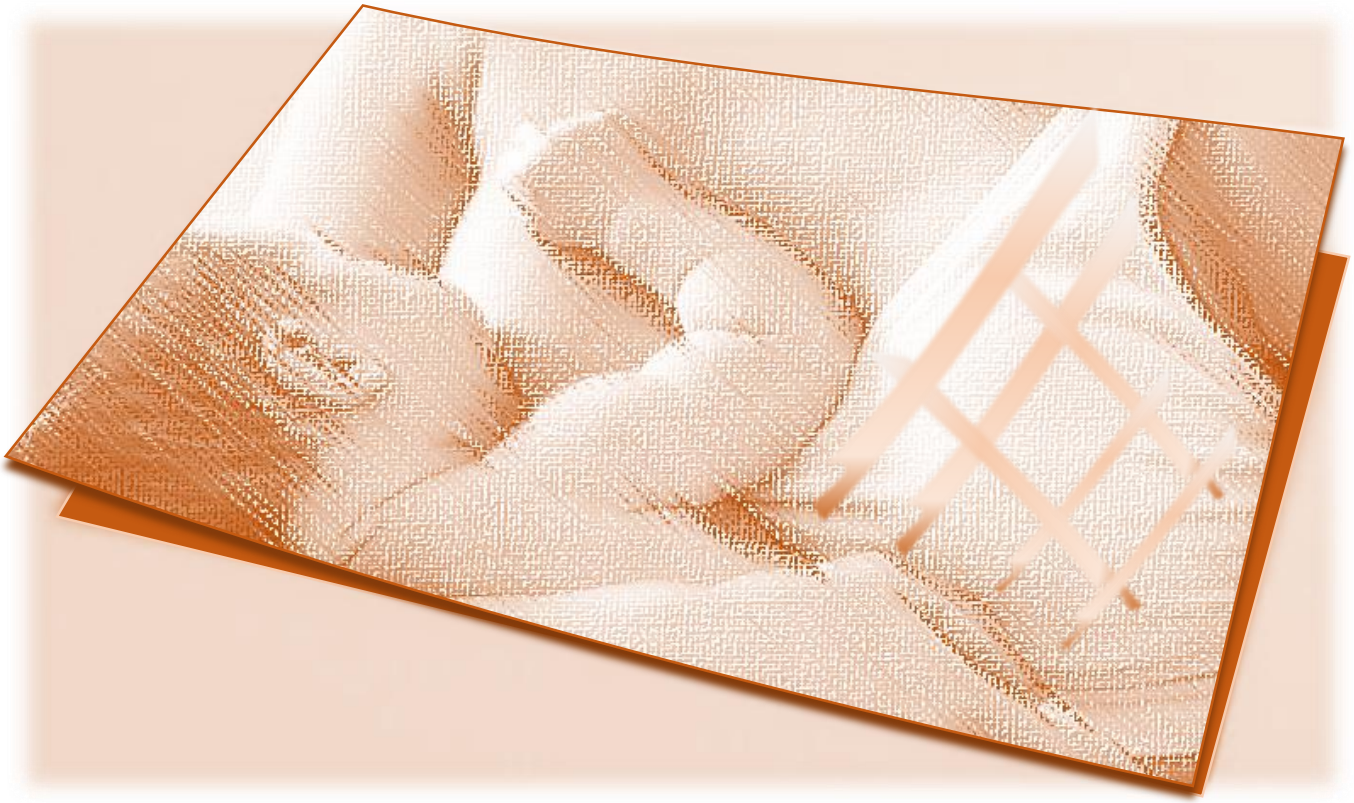
Mito! Cada bebê tem seu ritmo e sua necessidade de alimentação. A oferta de leite deve obedecer ao regime de livre demanda, ou seja, oferecer o seio sempre que o bebê quiser mamar. O tempo de cada mamada pode variar de um bebê para outro.

Mamilos planos ou invertidos inviabilizam o aleitamento.

Mito! O mamilo plano ou invertido pode dificultar um pouco as primeiras mamadas até o bebê entender como deve ser feito, "mas depois de um tempo a amamentação ocorre sem problemas.

As mães que têm anemia podem amamentar.

Verdade! Mas devem procurar um tratamento. O médico poderá receitar a medicação adequada, orientar a dieta e a mãe continuar amamentando.



Estresse e nervosismo podem atrapalhar a produção do leite.

Verdade! O estresse e o nervosismo podem diminuir a quantidade de leite. Em momentos como este, a mãe modifica o seu sistema endócrino-imunológico e, com isso, a quantidade de leite pode diminuir.

Mães diabéticas não pode amamentar.

Mito! Na verdade, o aleitamento materno pode reduzir o risco de desenvolvimento de diabetes após o parto, porque a própria produção de leite pelo corpo reduz os níveis de glicose no sangue.

Até a descida do leite é necessário oferecer leite artificial.

Mito! Logo após o parto já existe a produção de colostro, tipo de leite com características especiais para os primeiros dias de vida. A descida do leite ocorre geralmente por volta de 72 horas após o parto e o colostro é o suficiente para o bebê nesse período.

O leite materno pode ser congelado.

Verdade! Pode ser congelado por até 15 dias, sem a perda de suas qualidades nutricionais. Tomando os devidos cuidados, a mãe pode ordenhar o leite, deixá-lo na geladeira e dar ao bebê enquanto estiver fora. Caso o leite não seja consumido, pode doá-lo para um Banco de Leite Humano – BLH, que será processado e destinado a alimentar bebês prematuros e/ou de baixo peso internados em UTIs.

As fórmulas atuais são quase como o leite materno.

Mito! O leite materno é único! O colostro pode ser considerado a primeira vacina do bebê. As fórmulas não trazem os benefícios do leite materno, como o aumento da imunidade.

Mamadeira e chupeta interferem no aleitamento.

Verdade! A sucção do leite no peito requer um esforço maior do que na mamadeira, por exemplo. Isso pode implicar na diminuição do estímulo da produção do leite e, consequentemente, a mãe pode não ter a quantidade necessária para a nutrição da criança.

O tipo de parto interfere na amamentação.

Mito! Independentemente do tipo de parto, toda mulher pode amamentar! No caso da cesárea, a de4scida do leite pode demorar um pouquinho mais em comparação às mamães que tiveram o parto normal.

O bebê pode ficar mal-acostumado se não tiver horários para mamar.

Mito! A orientação do Ministério da Saúde é a amamentação sob livre demanda. Ou seja: o bebê deve mamar sempre que desejar.

O bebê que se alimenta exclusivamente pelo leite materno tem mais imunidade.

Verdade!. O leite materno possui anticorpos que propiciam imunidade para a criança contra doenças, até que o sistema imunológico esteja desenvolvido (em torno de seis meses).

A alimentação da mãe reflete no leite.

Verdade! É recomendável que a mãe tenha uma alimentação balanceada e saudável. Deve-se evitar bebida alcoólica, café em excesso e alimentos muito gordurosos, como o chocolate. No caso do café ou chocolate a questão não é comer, mas a quantidade consumida.

A mãe sente mais fome durante o período de amamentação.

Verdade! Lembre-se que o seu corpo ainda está "alimentando duas pessoas" e, por isso, a sua necessidade de nutrientes será tão alta quanto era no período gestacional.

É possível fazer regime durante a amamentação.

Mito! Durante a amamentação, a mãe tem um gasto calórico maior que uma mulher que não esteja amamentando. Nesse momento, não é indicado fazer nenhum tipo de dieta sem orientação de um profissional. O próprio gasto calórico com a amamentação ajuda a eliminar os quilos adquiridos durante a gravidez.

Simpatias e crendices podem alterar o leite.

Mito! Simpatias ou crendices não alteram o leite

Existe uma posição ideal para amamentar.

Mito! A melhor posição é aquela em que a mãe e o bebê se sentem confortáveis.

Estar descansada ajuda na produção de leite.

Verdade! O estresse influencia na amamentação, assim como a ansiedade. Especialmente nos primeiros dias, a mãe precisa repousar entre as mamadas, pois o cansaço interfere na produção do leite. Ela deve ser feita em um local calmo.

Toda mulher pode amamentar.

Parcialmente verdade. Anatomicamente, todas as mulheres têm condições de aleitar, mas nem todas conseguem. Fatores da saúde física e emocional são decisivos.

Amamentar é fácil.

Mito! Amamentar é cansativo e exige muita paciência, principalmente no início, até que a mãe se recupere do parto e ela e a criança se adaptem ao processo, mas vale a pena.

Amamentar fortalece o vínculo de mãe e bebê.

Verdade! Esse momento rende uma troca de carinho grande entre mãe e bebê e fortalece os laços entre os dois. Segundo as especialistas, mesmo mulheres que passaram por gestações difíceis, tendem a se apegar ao bebê quando começam a amamentar.

Quando a mãe produz muito leite, a doação pode interferir na amamentação do filho.

Mito! Pelo contrário, quanto mais a mãe estimular o peito a produzir leite, mais ela o terá e não faltará para o bebê. O leite é produzido na hora em que o bebê está sugando, mas se a mãe demorar muito tempo para ordenhar, ela vai sentir a mama mais cheia. O leite para de ser produzido, quando não há estímulo, quando o bebê não mama.

Cada mãe produz um tipo de leite diferente.

Verdade! O leite de cada mãe é produzido de acordo com suas características corporais e hábitos de vida.

A produção de leite é hereditária, se a mãe não conseguiu amamentar, a filha também terá dificuldade.

Mito! A produção de leite depende do estado de saúde da mãe e da estimulação do bebê.

O desmame precoce pode afetar o crescimento do bebê.

Verdade! A amamentação materna é essencial durante os primeiros meses de vida do bebê. Assim, é imprescindível que a mãe mantenha uma amamentação exclusivamente materna, até os seis meses de vida do pequeno. Isso ajuda o bebê a ter um crescimento adequado, além de prevenir o desenvolvimento de doenças.

Se a mãe não estiver com muito leite, pode deixar outra mulher amamentar o seu filho.

Mito! Cada mãe tem que amamentar o seu bebê. O melhor leite para o filho é o da sua mãe. O leite carrega as características de quem amamenta. Assim a amamentação cruzada, como é conhecida essa prática, há o risco de uma doença infecciosa ser transmitida pelo leite. A saída para a mãe que não consegue amamentar é procurar orientação no banco de leite humano.

A compressa de água quente ajuda na situação do leite empedrado.

Mito! A indicação nesses casos é massagem e ordenha do leite. A compressa de água quente piora a situação, pois aumenta a quantidade de leite retido na mama. Consequentemente, a mãe terá mais leite empedrado.

É possível "desempedrar" o leite materno.

Verdade! A maneira mais eficaz de "desempedrar" o leite é fazendo massagens circulares em toda a mama, dando atenção especial às regiões mais endurecidas. "Faça uma ordenha manual retirando apenas uma quantidade de leite que traga alívio. Compressas frias (não com gelo) podem ajudar muito a aliviar o desconforto do excesso de leite nas mamas.

Folha de repolho ajuda a cicatrizar o peito.

Mito! Não existe nenhuma comprovação científica de que isso seja verdade. Além disso existe o risco de infecção se as folhas não forem bem higienizadas. O melhor a se fazer nos casos de feridas nos seios é passar o próprio leite materno, que possui componentes cicatrizantes, e secar ao sol. Ou então usar pomada de lanolina. Mas é PRIMORDIAL uma consulta ao especialista.

O excesso de leite pode causar mastite.

Verdade! Como a mastite é a inflamação das glândulas mamárias, o ideal é não permitir o acúmulo do leite através de massagens e extração.

Tomei vacina contra a Covid-19, tenho que parar de amamentar o bebê e doar leite materno.

Mito! A mãe que tomar a vacina não precisa interromper a amamentação do bebê, nem a doação de seu leite. Tudo isso pode continuar ocorrendo normalmente. Pesquisas mostram que as vacinas não causam dados para a saúde do bebê.

Sintomas de gripe, doenças respiratórias ou Covid-19, é recomendado parar a doação de leite materno.

Verdade! Quando a mulher apresenta sintomas de doenças respiratórias, gripes ou Covid-19 é recomendado interromper a doação, mas assim que a saúde melhorar é possível voltar a doar imediatamente.

O Coronavírus pode ser detectado no leite materno.

Mito! Até o momento desta publicação, não há constatação científica significativa publicada que estabeleça nexo causal entre a transmissão do SARS-CoV-2 e a amamentação.

O aleitamento materno não é indicado em casos de consumo de drogas em abuso.

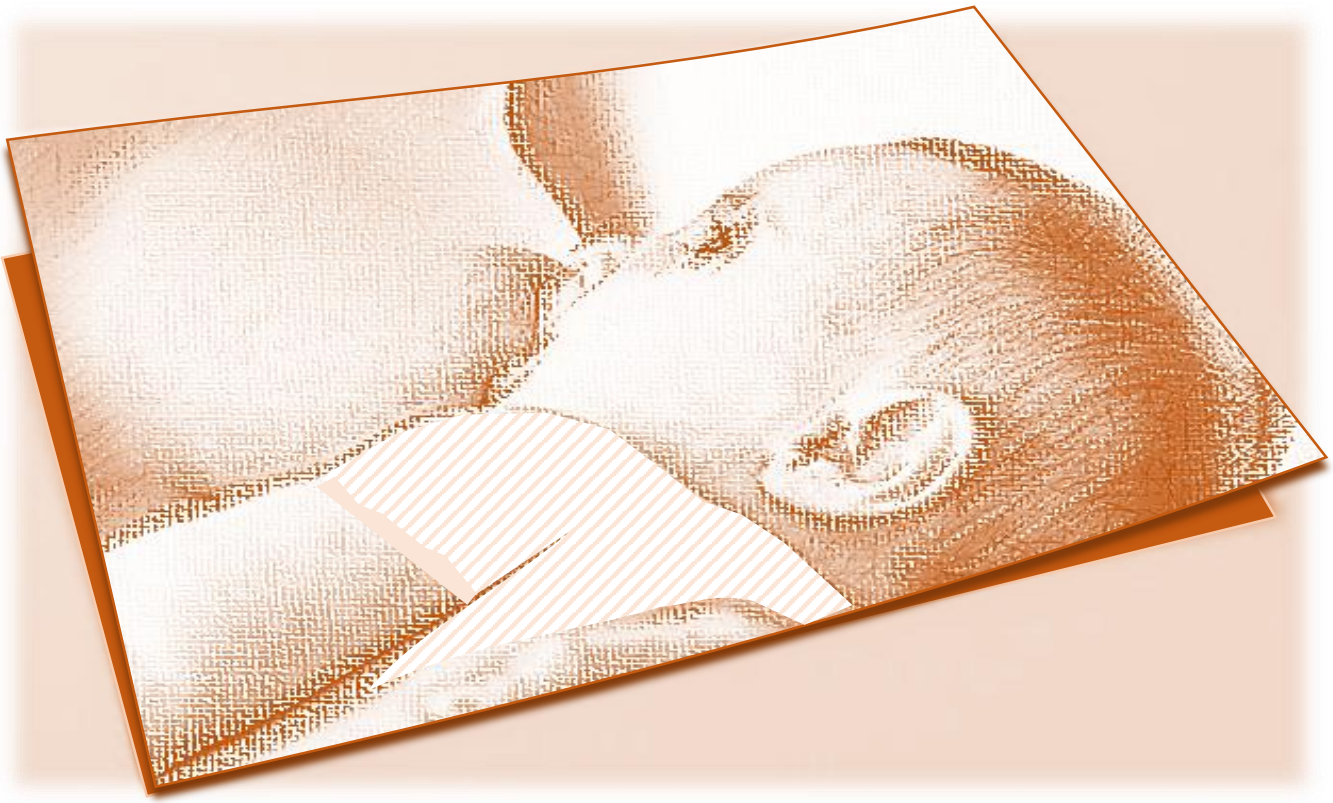
Verdade! É contraindicado o uso de drogas durante o período da lactação. Contudo, alerta que as mães que usam essas substâncias por períodos curtos devem considerar a possibilidade de evitar temporariamente a amamentação.

A química do cigarro e álcool podem ser transmitidas para o bebê pelo leite.

Verdade! Além do álcool e de substâncias presentes no cigarro, até mesmo medicamentos podem passar para o leite materno, e o uso de substâncias deve ser discutido com o médico de confiança.

Terapias alternativas, como floral, podem influenciar na qualidade do leite.

Mito! Não existem evidências científicas confiáveis sobre isso.



A mãe está *com* suspeita de Covid-19, é recomendado que ela continue amamentando.

Verdade! A transmissão do vírus SARS-CoV-2 pelo leite materno não foi detectado. Há evidências de alta qualidade mostrando que a amamentação reduz a mortalidade neonatal e infantil, inclusive em países de alta renda, além de melhorar os desfechos de saúde e desenvolvimento ao longo da vida. Esses benefícios são superiores aos potenciais riscos de contaminação.

Mães com dengue, hepatite B ou C precisam parar de amamentar.

Mito! Mães positivas para essas doenças não precisam suspender a amamentação.

Um dos sintomas que o bebê pode apresentar enquanto está doente é dificuldade para mamar.

Verdade! Porém isso vale para qualquer doença. Ainda não se sabe se há sintomas específicos para bebês com Covid-19 e a grande maioria permanece assintomático, mas para a maioria das doenças respiratórias no bebê, como pneumonia ou outras infecções, pode começar a manifestar cansaço ao mamar, assim como diminuição de apetite o fazendo diminuir a frequência das mamadas, principalmente na vigência de febre.

Próteses de silicone não afetam as glândulas mamárias e não interferem na amamentação.

Mito! Qualquer mulher pode realizar esse procedimento, mesmo se passou pela cirurgia plástica, feita seja antes ou depois da primeira gravidez.

Passar produtos nos seios previne rachaduras.

Mito! A limpeza deve ser feita apenas com água. A pomada a base de lanolina, deve ser utilizada sempre na aréola e mamilo, pois é utilizada para tratamento das feridas.

Apenas a pega incorreta pode desencadear fissura nos mamilos.

Mito! O uso incorreto de bombinhas para extrair o leite também pode causar o aparecimento de rachaduras, pois certos equipamentos, quando utilizados de forma mais brusca, podem ferir o tecido mamário e romper os capilares.

Para aferir temperatura enquanto amamenta não pode ser pela axila.

Verdade! Por conta da amamentação, as mamas apresentam uma temperatura mais elevada e podem dar uma falsa febre.

Tomar sol na mama ajuda a preparar o seio para a amamentação.

Verdade! O preparo da mama deve ser feito com banho de sol em aréola e mamilo. Esta é uma orientação do Ministério da Saúde.

Quem volta ao trabalho após a licença-maternidade precisa parar de amamentar.

Mito! Isso é relativo. A lei garante que a mãe pode sair uma hora antes do trabalho ou realizar um intervalo especial para amamentar até o sexto mês. Outra opção é retirar o leite anteriormente, armazená-lo em recipientes higienizados e refrigerá-lo e oferecer ao bebê ao retornar para sua residência.

É seguro o leite do banco de leite.

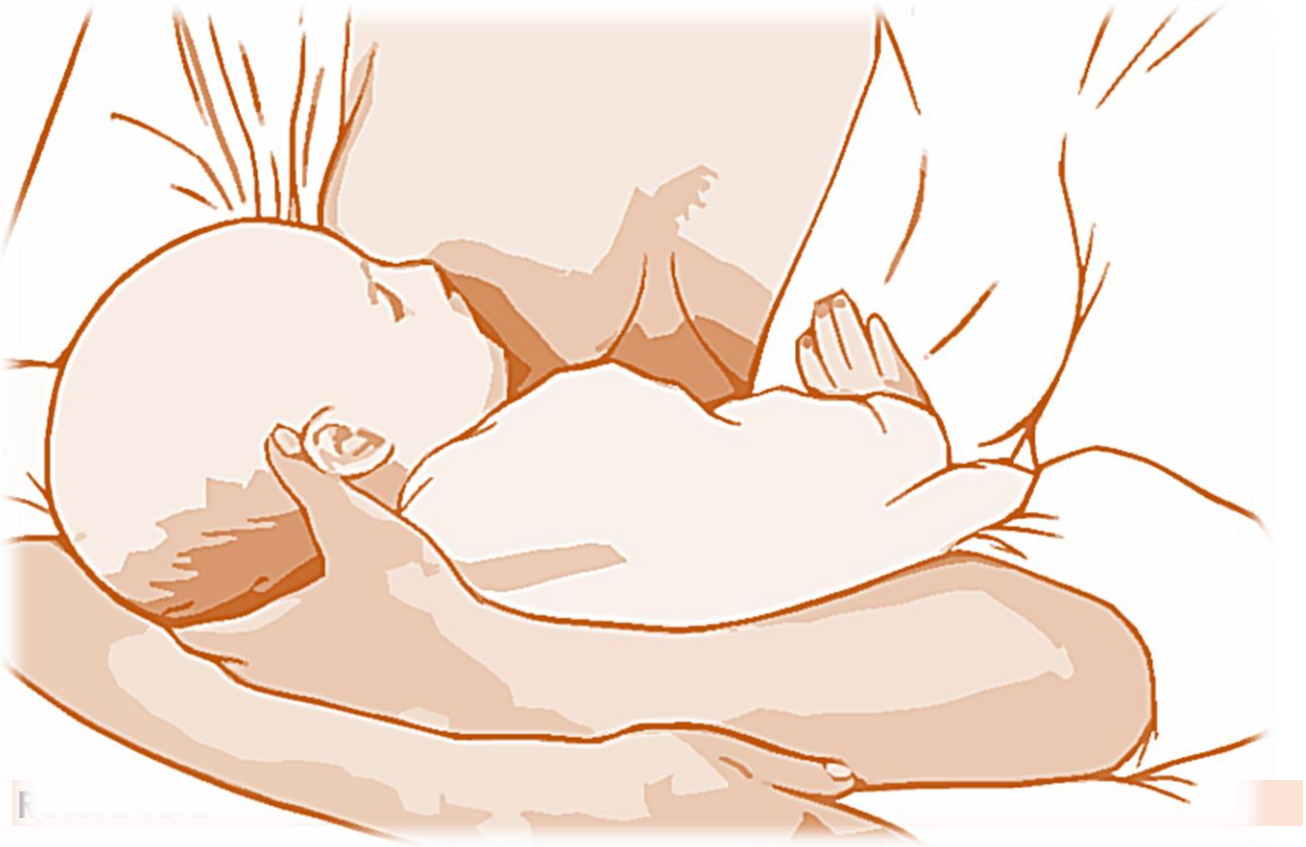
Mito! A principal diferença entre o leite do Banco de Leite Humano para o leite doado diretamente por uma outra mãe é que no Banco de leite é tratado, pasteurizado e, por isso, não há possibilidade de transmissão de doenças.

Como ajudar na doação de leite materno

A mãe que deseja doar leite humano deve entrar em contato pelo telefone gratuito 08000-268877 ou procurar o Banco de Leite Humano mais próximo de sua residência. A partir desse contato, é feito um cadastro e uma inscrição no BLH. Uma vez cadastrada como doadora, não há necessidade de ir ao Banco de Leite periodicamente. A coleta pode ser feita em casa, uma vez por semana. O leite, nesse caso, deve ficar armazenado no recipiente fornecido pelo próprio banco: pote de vidro com tampa de plástico. O leite materno coletado e processado é destinado a alimentar bebês prematuros e/ou de baixo peso internados em UTIs Neonatais durante seis meses. Mãe, você também pode encontrar mais informações no site: https://rblh.fiocruz.br/pagina-inicial-rede-blh .

Mães agora que você já sabe um pouco mais a respeito dos Mitos e Verdades sobre Amamentação, vale reforçar o quanto a amamentação é importante para a manutenção da vida.

E lembre-se, essa cartilha não é um regulamento, mas sim, um instrumento de consulta e apoio para tirar dúvidas a respeito de alguns Mitos e Verdades sobre Amamentação. Qualquer dúvida ou dificuldade durante o processo de amamentação, seja qual for, SEMPRE procure um profissional de saúde para receber as orientações adequadas.



Referências

SAÚDE da criança: aleitamento materno e alimentação complementar. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/banco- de-leite-humano/mitos-e-verdades. Acesso em: 29 fev. 2022.

MITOS e verdades: Brasília, Ministério da Saúde. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/banco- de-leite-humano/mitos-e-verdades. Acesso em: 10 fev. 2022.

RECOMENDAÇÃO técnica nº 0120.170320: assunto covid-19 e amamentação. Ministério da Saúde. Disponível em: https://rblh.fiocruz.br/amamentacao-e-doacao. Acesso em: 16 fe, 2022.

NOTA informativa nº 13/2020 0- SE/GAB/SE/MS: assunto manual de recomendações para a assistência à gestante e puérpera frente à pandemia de Covid-19. Ministério da saúde. Disponível em: https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/09/Manual-de-Recomenda-es-para-Gestante-1.pdf. Acesso em: 26 fev. 2022.

CODEVASF

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DOS VALES DO SÃO FRANCISCO E DO PARNAÍBA

www.codevasf.gov.br

BRASÍLIA - DF
2022