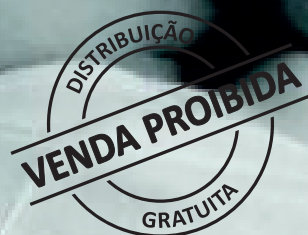


Ministério da Saúde

ALEITAMENTO MATERNO PARA MULHERES PRIVADAS DE LIBERDADE



2014

Ministério da Saúde

ALEITAMENTO MATERNO PARA MULHERES PRIVADAS DE LIBERDADE



2014

© 2014 Ministério da Saúde.

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial. Venda proibida. Distribuição gratuita. A responsabilidade pelos direitos autorais de textos e imagens desta obra é da área técnica.

Tiragem: 1ª edição - 2014 - 5.000 exemplares

Elaboração, distribuição e informações

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Secretaria de Atenção à Saúde

Departamento de Ações Programáticas Estratégicas

Coordenação de Saúde no Sistema Prisional

Setor Comercial Sul, Trecho 02, Lote 05/06

Edifício Premium Torre II - Térreo - Sala 15

CEP: 70.070-600 - Brasília - DF BRASIL

Tel. 55 61 33159136

Site: <<http://www.saude.gov.br/penitenciario>

E-mail: sprisional@saude.gov.br

Coordenação e Elaboração de texto:

Carla Conceição Ferraz

Francisco Job Neto

Karoline Simões Moraes

Marden Marques Soares Filho

Melquia da Cunha Lima

Raquel Lima de Oliveira e Silva

Colaboração:

Aline Yamamoto

Ana Teresa Iamarino

Gisele Peres

Renara Araújo

Thais Oliveira

Capa, projeto gráfico e diagramação:

Marcos Paulo dos Santos de Souza

Editora:

Revisão Técnica:

Marden Marques Soares Filho

Impresso no Brasil

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Coordenação de Saúde no Sistema Prisional.

Aleitamento Materno para Mulheres Privadas de Liberdade/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, Coordenação de Saúde no Sistema Prisional – 1. Ed – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

32 p.

1. Aleitamento materno. 2. Mulheres Privadas de Liberdade.

Títulos para indexação:

Em inglês: *Breastfeeding for inmate mothers*

Em espanhol: *Lactancia materna para mujeres privadas de libertad*

Sumário

1. Apresentação.....	4
2. O que preciso saber para que meu bebê tenha uma alimentação saudável?.....	6
3. Qual é a importância de fazer o pré-natal?	8
4. Que exames devo fazer no pré-natal?	10
5. Por que é importante amamentar?.....	12
6. Posso dar para meu filho outros alimentos como leite de vaca?	14
7. Como sei se o leite materno é suficiente para o meu bebê, se depois de alimentado ele quer mamar logo em seguida?	16
8. Em quais casos as mulheres não podem amamentar?	18
9. E seu eu não tiver leite?	20
10. Existe leite fraco?	22
11. Caso eu não possa/ não consiga amamentar, o que acontece? ...	24
12. Por quanto tempo devo amamentar?	26
13. Se eu tiver dificuldades, a quem devo recorrer?	28
14. Posicionamento do bebê e características da boca em uma pega ideal	30
Referências Bibliográficas	32

- 1 - Apresentação

A questão da amamentação tem sido grande foco de atenção no cenário mundial de saúde, em especial com os objetivos do milênio, que dialogam diretamente com mortalidade infantil, saúde da gestante e combate à fome. Um ponto, entretanto, a ser considerado é que, para além da amamentação em si, o aleitamento precisa ser discutido de forma aberta e saudável.

Podemos nos perguntar qual a diferença entre amamentação e aleitamento. A amamentação é ligada ao ato de amamentar, de a criança mamar diretamente do seio. O aleitamento, por sua vez, diz respeito à alimentação de crianças através do leite, seja de sua mãe, seja de outra pessoa, vindo do seio ou da mamadeira. Quando falamos de aleitamento, englobamos no discurso todas as crianças que, pelos mais diversos motivos, não podem mamar em suas mães.

Esta publicação tem como objetivo orientar mulheres que se encontram em privação de liberdade, com seus bebês ou gestantes. Consiste em um apanhado de perguntas e respostas que passam correntemente pela cabeça de qualquer mulher responsável pela alimentação de crianças pequenas, mesmo que a amamentação em si não seja possível.

Aqui você terá informações sobre os testes realizados no pré-natal, a importância de uma alimentação saudável, casos em que a amamentação não é possível, orientações sobre alimentação suplementar (que substitui o leite materno), a importância do vínculo entre a mãe e o bebê e sugestões para preservar a sua saúde e de suas crianças.



- 2 -

O que preciso saber para que meu bebê tenha uma alimentação saudável?

Primeiramente, é de extrema importância que você tenha informações sobre o seu estado de saúde e sobre a saúde do seu bebê. Para isso, um pré-natal adequado deve ser feito e devem ser seguidas as recomendações dos profissionais que a tiverem atendido ao longo de toda a gestação e no período após o parto.

- 3 -
**Qual é a importância de
fazer o pré-natal?**

O período anterior ao parto é de transformação do corpo da mulher, que não só gera a criança como também se prepara para alimentá-la. O volume de sangue do corpo aumenta e muitos hormônios circulam em altas quantidades. Com todas as alterações, é normal que alguns desconfortos apareçam, mas também é importante que estes sejam relatados ao profissional de saúde que acompanha a sua gestação, pois podem indicar que a sua gestação precisa de mais atenção para que o bebê e você cheguem ao fim do processo seguros e saudáveis.

Os exames pré-natais fornecerão informações sobre possíveis problemas fetais, sendo que, em alguns casos, pode-se iniciar o tratamento adequado ainda dentro do útero. Adicionalmente, os exames pré-natais podem indicar a existência de doenças transmissíveis da mãe para a criança durante a gestação, parto e amamentação; sobre a existência de condições que fazem uma gestação ser de alto-risco; identificar a pré-eclâmpsia (elevação da pressão arterial da gestante, que pode levar ao comprometimento das funções renais e cerebrais), entre outros.

- 4 -

Que exames devo fazer no pré-natal?

- Teste rápido de gravidez (β -HCG);
- Teste de sífilis (VDRL);
- Teste de HIV (anti-HIV);
- Teste de toxoplasmose;
- Teste de hepatite B;
- Exame de urina (urina 1);
- Glicemia;
- Grupo sanguíneo e fator RH;
- Teste indireto para antglobulina (TIA), para gestantes que apresentarem RH negativo;
- Ultrassonografia obstétrica - exame de imagem conhecido como ultrassom, que permite acompanhar o desenvolvimento do bebê de acordo com a idade gestacional.

Esses testes serão feitos com retirada de sangue e urina.

O resultado de todos esses exames e testes permitirá que a equipe que te acompanha escolha, junto com você, os caminhos e procedimentos adequados para que a sua saúde e a saúde de seu bebê sejam preservadas durante toda a gestação e o período após o parto. É importante que você seja sincera com os profissionais que te acompanham sobre a existência de doenças ou condições anteriores, assim como sobre o uso de álcool ou outras drogas. Responda a todas as perguntas corretamente. Caso seu pré-natal seja realizado pela equipe de saúde prisional, pergunte sobre a realização de exames e não deixe questionar suas dúvidas.

- 5 - Por que é importante amamentar?

A amamentação vai suprir as necessidades do seu bebê, ela é importante para determinar seu crescimento e desenvolvimento. O leite materno tem tudo o que a criança precisa para se desenvolver até os seis meses, para a evolução de seu sistema imune, que é um sistema de estruturas e processos biológicos que protege o organismo contra doenças.

Além disso, o consumo precoce de alimentos complementares interfere na manutenção do aleitamento materno, fazendo muitas vezes com que o bebê pare de “querer o peito”. Além disso, como as crianças crescem muito rápido nessa idade, os alimentos não suprem as necessidades nutricionais.

Ressalta-se também que a amamentação é muito importante para o estabelecimento do vínculo entre a mãe e o bebê, proporcionando à criança a sensação de segurança e estabilidade, bem como para estabelecimento do equilíbrio hormonal pós-parto de forma mais rápida e reduz o risco de alguns tipos de câncer.”



- 6 -

Posso dar para meu filho outros alimentos como leite de vaca?

A introdução de outros alimentos como papinhas e leite de vaca pode atrapalhar a produção do seu leite, além de causar alergias, diarreias e problemas no crescimento e desenvolvimento do seu bebê. Não introduza outro alimento além do leite materno a menos que seja indicado pela equipe de saúde.

- 7 -

Como sei se o leite materno é suficiente para o meu bebê, se depois de alimentado ele quer mamar logo em seguida?

Pelo peso e altura. O leite materno garantirá que seu bebê ganhe peso e cresça saudável. Na primeira semana de vida o seu bebê perderá peso, por causa do parto, mas, com o leite materno, logo ele ganhará novamente, por isso é importante que solicite a equipe de saúde o acompanhamento do crescimento e do desenvolvimento de seu bebê.

Nas primeiras mamadas, o bebê vai querer o peito durante muitas vezes no dia, isso não quer dizer que seu bebê não está se alimentando direito! Isso ocorre porque todo recém-nascido tem um estômago pequeno, e, para que ele esteja satisfeito e cresça saudável, ele precisará mamar várias vezes no dia.



- 8 -

Em quais casos as mulheres não podem amamentar?

Existem algumas doenças que são transmissíveis pelo leite materno como, por exemplo, o vírus do HIV/AIDS, doença que impede que as mulheres amamentem seus bebês. No entanto, destaca-se que, apesar de algumas doenças serem transmissíveis pelo leite, não há a contraindicação da amamentação na maioria dos casos como, por exemplo, a hepatite B, inflamação das mamas (mastite), a gripe, dentre outras. Lembramos também que, caso o bebê esteja doente, você não deve interromper a amamentação, pois nada melhor do que essa alimentação saudável para combater infecções.

É muito frequente o uso de medicamentos por mulheres que estão amamentando. A maioria não impede a amamentação, mas alguns medicamentos não devem ser usados durante o período de amamentação ou implicam a interrupção da mesma.

É importante que você tenha seus exames em dia, que seu médico sempre esteja informado sobre a utilização de medicação e sobre você estar ou não amamentando, de forma que ele te oriente a fazer o que for melhor para você e para seu bebê. Caso tome algum medicamento, peça informações à equipe de saúde e comunique o médico que realiza seu pré-natal ou o pediatra que acompanha seu bebê.

- 9 -
E seu eu não tiver leite?

Grande parte do leite produzido na mama é produzida na hora em que seu bebê está mamando e a quantidade que é produzida depende da fome de seu bebê, por isso é importante que seu bebê mame quando e quanto quiser, pois quanto mais ele suga o peito, mais leite é produzido.

Dessa forma, seu corpo produz um leite fresco, cheio de nutrientes e de acordo com a necessidade de seu filho.

O período logo após o parto é de adaptação, podendo ser muito cansativo e estressante. Por isso, você pode sentir dificuldades para amamentar. Mas é importante saber que manter uma alimentação equilibrada, ingerir bastante líquido (em especial água) e descansar o máximo possível ajudam na produção de leite, que varia, naturalmente, de mulher para mulher.



- 10 - Existe leite fraco?

Não. O leite pode ser claro, amarelo, grosso ou ralo, mas ele terá todos os nutrientes que o seu bebê necessita. Não se preocupe!

A coloração do leite depende dos nutrientes existentes nele, por exemplo: o primeiro leite que é secretado pela mama é chamado de colostro. Ele é rico em proteína, células protetoras e água para suprir a sede (hidratar) de seu bebê.

O seu corpo produziu ao longo de sua vida vários anticorpos para proteger você das doenças e, quando você amamenta, essas células protetoras também vão proteger seu bebê contra doenças infecciosas e contra o desenvolvimento de alergias.

Nas próximas mamadas, seu leite estará mais grosso, isso porque o leite passa a ter a quantidade em lipídeos, proteínas, vitaminas, sais minerais e células protetoras que seu bebê necessita para o crescimento e desenvolvimento.

Após o sexto mês, a equipe de saúde que acompanha o seu bebê e você indicarão quando e como iniciar a introdução de outros alimentos.

- 11 -

Caso eu não possa/não consiga amamentar, o que acontece?

O leite materno é a fonte de nutrição mais adequada para o bebê até seis meses, mas são muitas as mulheres que não podem amamentar. Nesse caso, pode-se recorrer à alimentação suplementar através de leite sintético. A alimentação artificial é a mais parecida possível com o leite humano, mas não é idêntica. É importante que o leite usado esteja de acordo com a idade da criança e que a proporção entre a quantidade de pó e água seja sempre respeitada. Qualquer alteração pode causar diarreia ou prisão de ventre no seu bebê. A água deve ser potável e as mamadeiras, sempre esterilizadas. Quanto mais novo o bebê, mais sensível seu organismo, então a alimentação suplementar deve ser manipulada com extremo cuidado, para evitar contaminações.

- 12 -
**Por quanto tempo devo
amamentar?**

O Ministério da Saúde e a Sociedade Brasileira de Pediatria recomendam que a alimentação do bebê seja exclusivamente o leite materno até os seis meses de idade, devendo ser oferecida sempre que o bebê quiser. Após os seis meses, continuar a amamentação, mas começar a introduzir outros alimentos é importante e você será orientada pela equipe de saúde.

- 13 -

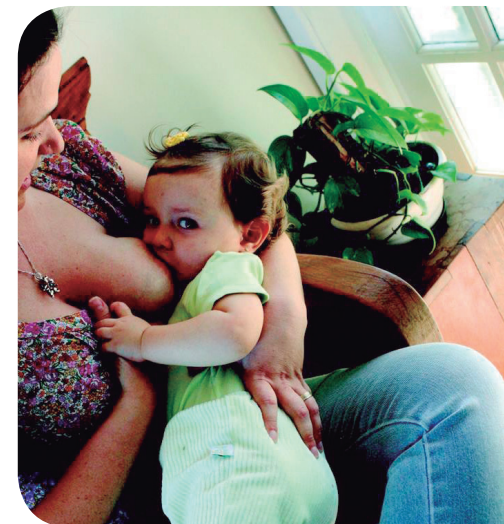
**Se eu tiver dificuldades,
a quem devo recorrer?**

Você pode pedir ajuda para os profissionais da equipe de saúde da sua unidade, que poderão esclarecer suas dúvidas e ajudar com as técnicas de amamentação como, por exemplo, a “pega” do bebê ao seio. Não deixe de se alimentar adequadamente, pois a saúde do seu bebê depende da sua alimentação. Caso você tenha mais dúvidas, pergunte aos profissionais de saúde que te acompanham.

- 14 -

Posicionamento do bebê e características da boca em uma pega ideal

1. Rosto do bebê de frente para a mama, com nariz na altura do mamilo;
2. Corpo do bebê próximo ao da mãe;
3. Bebê com cabeça e tronco alinhados (pescoço não torcido);
4. Bebê bem apoiado.
5. A boca do bebê deve cobrir todo o mamilo e parte da auréola, mas deve haver mais aréola visível;
6. Boca bem aberta;
7. Lábio inferior virado para fora, como se fosse um peixinho;
8. Queixo tocando a mama.





Referências Bibliográficas

Ministério da Saúde. *Caderno de Atenção Básica, nº 23. Saúde da Criança: nutrição infantil. Aleitamento Materno e Alimentação Complementar*, Brasília DF, 2009.

Departamento Científico de Nutrologia. Sociedade Brasileira de Pediatria. *Manual de Orientação do Departamento de Nutrologia: alimentação do lactante ao adolescente, alimentação na escola, alimentação saudável e vínculo mãe filho, alimentação saudável e prevenção de doenças, segurança alimentar*, 3ª edição, Rio de Janeiro, 2012.

Brasil. Portaria Interministerial MS/MJ 001 de 02 de janeiro de 2014, publicado dia 03 de janeiro de 2014.

_____. Decreto Presidencial de 31 de outubro de 2003, publicado no diário oficial da união em 3/11/2003.



Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
www.saude.gov.br/bvs

Legislação em Saúde
www.saude.gov.br/saudelegis



**Ministério da
Saúde**

**Governo
Federal**