OS ENFERMEIROS E...

Açoriano Oriental
DOMINGO, 29 DE AGOSTO DE 2010

COORDENAÇÃO **LÚCIA FREITAS / LEONOR MELO / CARMEN ANDRADE** - sracores@ordemenfermeiros.pt

A AMAMENTAÇÃO

"Enfermeiros recomendam leite materno"

A amamentação promove uma relação entre mãe e filho, caracterizada por um vínculo, de tal modo forte, que reforça a afectividade entre ambos

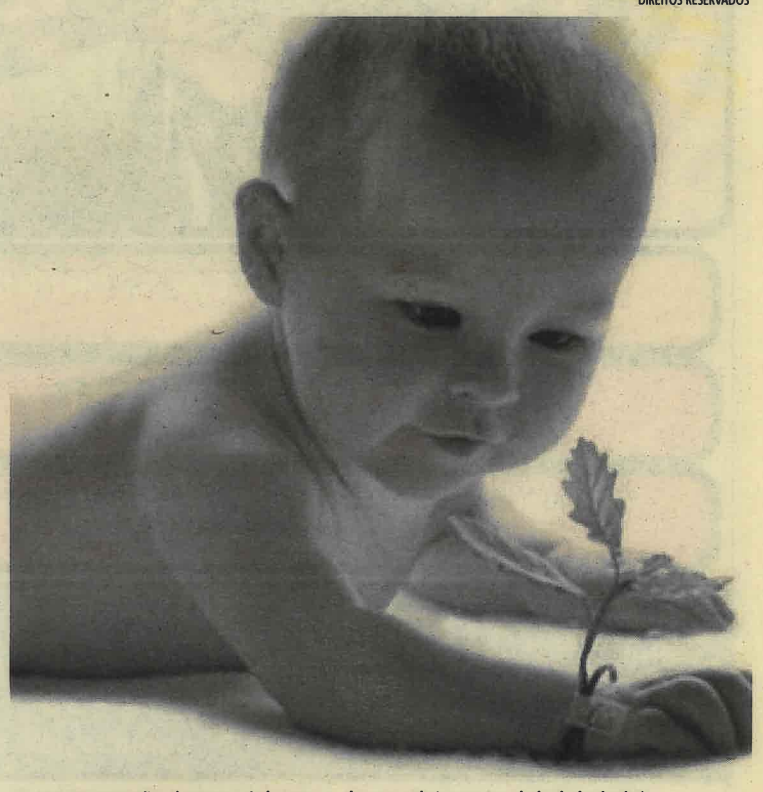
LÚCIA LUCAS
ENF.ª ESPECIALISTA EM SAÚDE MATERNA E OBSTETRÍCIA

DIREITOS RESERVADOS



O leite materno previne doenças, diminuindo a mortalidade infantil

DIREITOS RESERVADOS



A amamentação é essencial para o desenvolvimento global do bebé

Falar de aleitamento materno é falar de um assunto bastante frequente na prática clínica dos enfermeiros e de outros profissionais de saúde, especialmente no âmbito dos Cuidados de Saúde Primários, durante as consultas de Saúde Materna e Saúde Infantil.

Apesar do número crescente de mulheres que amamentam, ainda se verifica uma baixa adesão a este tipo de alimentação. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), cerca de 1,5 milhão de crianças poderiam sobreviver se fossem alimentadas pelas suas mães com leite materno exclusivo até aos seis meses, e de modo complementar até aos dois anos ou mais.

Ainda segundo esta organização, apenas 35% das crianças com idade de seis meses são amamentadas em regime de amamentação exclusivo. Esta terminologia de "exclusivo " significa que nem água é fornecida à criança para além do leite materno, uma vez que este contém a água necessária ao desenvolvimento seguro e adequado da criança.

O leite materno é considerado pela OMS como o alimento ideal para recém-nascidos e crianças pequenas, não só por ser seguro e oferecer todos os nutrientes que um bebé precisa para um desenvolvimento saudável, mas também por conter anticorpos que protegem a criança de doenças comuns na infância.

O leite materno contém ainda proteínas, vitaminas, ferro, sais, cálcio, fósforo e gordura nas medidas adequadas às necessidades da criança, para além de que possui uma enzima especial, chamada lipase, que ajuda o bebé a digerir as gorduras.

Deste modo, uma criança amamentada, além de se defender melhor contra as doenças, é uma criança com um desenvolvimento neuro-psicomotor e até cognitivo melhor do que as crianças que não são amamentadas. É, por isso, cada vez mais indiscutível que a amamentação é essencial para o bom desenvolvimento global do bebé, e apenas com um ano de idade já é possível observar, nos bebés que são amamentados, as vantagens que decorrem da amamentação, incluindo as do âmbito psicomotor e social.

DIREITOS RESERVADOS



Amamentar faz com que o lactente cresça e se desenvolva mais seguro, tranquilo e feliz

Apenas com um ano de idade já é possível observar, nos bebés que são amamentados, as vantagens que decorrem da amamentação, incluindo as do âmbito psicomotor e social.

Por todas estas vantagens, tanto para a mãe como para o bebé, consideramos a amamentação uma opção responsável... um acto natural e insubstituível

Para além destas vantagens, a nível imunológico proporciona uma maior e mais rápida recuperação do peso dos prematuros e de recém-nascidos de baixo peso.

Além disso, o leite materno previne a obesidade, evita a diarreia, diminui os riscos de alergia (especificamente sobre as proteínas do leite de vaca), evita as infecções respiratórias e otites, tem um efeito positivo na inteligência e na relação afectiva com a mãe, e proporciona um bom desenvolvimento da cavidade oral que se vai reflectir na fala e dentição. A longo prazo, previne a hipertensão, diabetes, colesterol elevado e linfomas. Assim, poderá dizer-se que a "Amamentação" contribui para a diminuição da morbi - mortalidade infantil, para além de que, mesmo na idade adulta, também se usufrui dessa mais-valia adquirida pelo facto de se ter sido amamentado.

Para a mãe as vantagens também são inúmeras. Entre elas salientamos as seguintes: maior facilidade na involução uterina, diminuindo o risco de hemorragia e de anemia pós-parto; diminuição do risco para o cancro da mama e dos ovários; prevenção da diabetes; e promoção do estabelecimento de uma relação entre mãe e filho, desenvolvendo um vínculo de tal modo forte que reforça a afectividade entre ambos.

É neste sentido que muitos estudos provam ser muito menos provável que uma mãe que amamente abandone ou maltrate o seu filho.

Outros estudos científicos apontam até para o benefício que a "amamentação exclusiva" pode trazer no espaçamento das gravidezes, melhor qualidade de vida de toda a família, maior comodidade e menor custo económico.

Por todas estas vantagens, tanto para a mãe como para o bebé, consideramos a amamentação uma opção responsável... um acto natural e insubstituível na vida do ser humano. ◆