

*Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente
Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz)*



PROGRAMA
INOVA FIOCRUZ

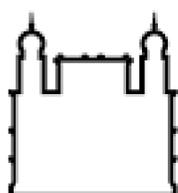


*Alimentando meu
bebê, o que preciso
saber?*



IFF

INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE DA MULHER, DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE | FERNANDES FIGUEIRA



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz

SUS



Expediente:

Autores:

Mariangela Bartha
Polyanna N. Mendes

Revisão Técnica:

Brenda Mendonça, Luma Almeida,
Danielle Aparecida da Silva, Karla
Pontes e Suyen Heizer Villela

Revisão de Conteúdo:

Everton de Lima Miranda

**Todas as fotos
utilizadas neste
documento possuem
autorizações de
imagens conforme as
normas jurídicas da
Fiocruz e do IFF.**

**FICHA CATALOGRÁFICA NA FONTE
INSTITUTO DE COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO
CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA EM SAÚDE
BIBLIOTECA DA SAÚDE DA MULHER E DA CRIANÇA**

B284

Bartha, Mariangela.

Alimentando meu bebê, o que preciso saber? / Mariangela Bartha, Polyanna
N. Mendes. – Rio de Janeiro: Fiocruz, Instituto Nacional de Saúde da Mulher,
da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira, 2022.

20 p. : il.

1. Recém-Nascido. 2. Leite Humano. 3. Fonoaudiologia. 4. Aleitamento
Materno. 5. Transtornos de Deglutição. 5. Alta do Paciente. I. Mendes, Polyanna
N. II. Título.

CDD 22.ed. 612.3

**Rio de Janeiro,
2021/2022.**

Sumário:

1-Apresentação _____	4
2-Informação e Apoio: Cada uma tem a sua história _____	5
3-A função do seio materno na amamentação _____	6
4-Doação de leite materno _____	7
5-Cultura da amamentação _____	8
6-Benefícios da amamentação _____	9
7-Quando amamentar _____	10
8-Postura para amamentação _____	11
9-Experiências sensoriais orais _____	12
10-Bebês vivendo com condição crônica de saúde, deficiências e necessidades de adaptação na amamentação _____	13
11-Disfagia _____	14
12- Adaptações na alimentação _____	15
12-Sinais de alerta _____	16
13-Caderneta de saúde da criança _____	17
14-Referências Bibliográficas _____	18



*Oba! Eu _____
nasci no IFF/Fiocruz na data ____/____/____
e hoje ____/____/____ estou indo para casa!*

*E agora? O que minha família precisa saber sobre a minha
alimentação?*

APÓS A ALTA HOSPITALAR, CONTINUAMOS AQUI PARA LHE APOIAR E ORIENTAR, ASSIM SEGUIREMOS EM UM BOM CAMINHO PARA A SUA SAÚDE E PARA A ALIMENTAÇÃO DO SEU BEBÊ.

SE ESTAMOS FALANDO DA ALIMENTAÇÃO DE BEBÊS, ESTAMOS FALANDO DE ALEITAMENTO!

NO PEITO O BEBÊ TEM SEU MELHOR ALIMENTO.

A ALIMENTAÇÃO É UM APRENDIZADO.

SENDO ASSIM, O QUE PRECISAMOS PARA FAVORECER O SUCESSO DA AMAMENTAÇÃO?



Informação e Apoio: Cada uma tem a sua história!

A alimentação é um aprendizado diário que ocorre ao longo do desenvolvimento. É um desafio especial e diferente a cada mamada.

Por isso, a importância de receber informação e apoio!

Outras histórias encorajam ou desmotivam. Lembre-se que sua história de amamentação é única, está sendo construída agora e não depende só de você e do bebê.

Para que a amamentação seja possível é importante pensar:

- 1) Saúde da mãe e bebê;**
- 2) Rede de apoio;**
- 3) Tempo para se dedicar ao aleitamento;**
- 4) Divisão do trabalho doméstico;**
- 5) Profissionais amigos da amamentação;**
- 6) Escolha, incentivo e acolhimento.**



BUSQUE AJUDA ESPECIALIZADA:

SETOR DE FONOAUDIOLOGIA

Telefone: (21) 2554-1739

BANCO DE LEITE HUMANO

Telefones: (21) 2554-1703 ou 0800 026 88 77

WhatsApp (21) 98508-6576



www.rblh.fiocruz.br

[@bancodeleite_iff](https://www.instagram.com/bancodeleite_iff)

Os serviços funcionam de 8h às 16h.

O que precisamos destacar?

A função do seio materno na amamentação é produzir o leite humano e não armazenar.

Então, o que fazer quando as mamas estiverem muito cheias?

Em caso de dor, evite usar compressas mornas ou quentes. Faça massagens e ordenhas de alívio.

Sabe o que é ordenha de alívio?

A ordenha de alívio antes das mamadas é uma estratégia importante para favorecer a amamentação. Peito muito cheio, com aspecto duro, pode dificultar a pega do bebê.

Massageie as mamas e retire um pouco do leite até que as mamas se tornem macias, facilitando a pega do bebê.

A ordenha de alívio também evita dores, ingurgitamento (mamas "empedradas") e mastites (inflamação das mamas).

Em casos de alteração nas mamas, procure um profissional especialista para avaliação.

O que fazer com o leite ordenhado e não consumido pelo seu bebê?

Doe leite materno!



Já falamos aqui do Banco de Leite Humano (BLH), certo?

O BLH além de orientar e incentivar a amamentação, tem uma importante iniciativa na coleta do leite de doadoras para serem processados e ofertados aos bebês pré-termos internados e que não podem ser alimentados diretamente pelas próprias mães.

Essa atitude pode salvar muitas vidas!
Já pensou em fazer parte dessa rede de solidariedade?

**Entre em contato com o Banco de Leite Humano e
saiba mais!**

Quais são os benefícios do leite humano?



Rico em nutrientes

Ação anti-infecciosa

Anticorpos

Fator de proteção
para doenças futuras

e muito mais!

O leite materno preenche totalmente todas as necessidades do bebê até os 6 meses de vida, portanto ele não precisa de água ou chás.

Atenção: não existe leite materno fraco!

Importante!

Você sabia que amamentar também é cultural?

**PRECISAMOS RESGATAR A CULTURA DA
AMAMENTAÇÃO!**

**CONVERSE COM QUEM AMAMENTA, AMAMENTOU
OU DESEJA AMAMENTAR!**

O LUGAR DE AMAMENTAR É AONDE QUISER!

Em cada momento da vida e com as mudanças no corpo, nas rotinas e desenvolvimento, existem transformações e novos aprendizados na dinâmica e necessidades de alimentação dos bebês e crianças.

Precisamos vencer o pensamento que favorece o desmame de bebês e crianças, que desencoraja mulheres a amamentar por desamparo e falta de informação.

SEJA REDE DE APOIO PARA QUEM AMAMENTA!



*Que alegria poder contribuir
com a sua história!*

Amamentar é bom para a saúde do bebê e da mulher!

Benefícios da amamentação

Proteção da vida do bebê

Nutrição do bebê

*Favorece a maturação do
sistema imunológico do bebê*

*Saúde digestiva e
respiratória do bebê*

*Favorece a introdução de outros
alimentos a partir dos 6 meses*

*Previne câncer de mama
para mãe*

*É econômico.
É de graça!*

*Ajuda os ajustes do corpo da
mãe após a gravidez*



Favorece vínculo mãe e bebê

e muitos mais!

Quando amamentar meu bebê?

A oferta do leite materno é em livre demanda!

A livre demanda é importante para o bebê e para quem amamenta.

Na livre demanda, a produção do leite humano regula com a demanda de alimentação do bebê, não é incrível?

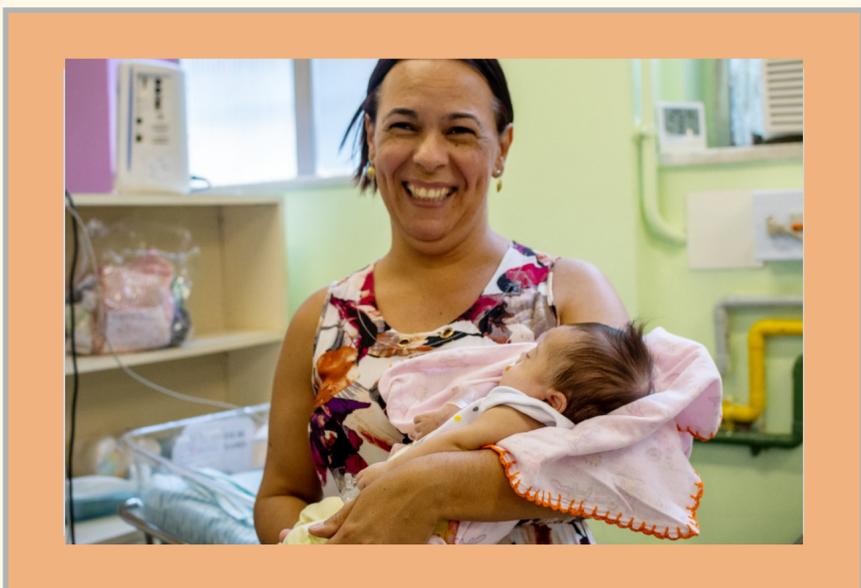
O que é a livre demanda?

Livre demanda é estar disponível sempre que o bebê demonstrar necessidade de mamar.

Mas o bebê mama muito!

O bebê não mama só para se alimentar, mamar também é importante para acolhimento, se sentir protegido, acalmar.

Olá, rede de apoio, precisamos de você!



Para a mãe estar disponível para a livre demanda da amamentação é preciso apoio e divisão com as demais tarefas.

Qual a postura ideal para amamentar?

A melhor postura é a confortável para a mãe e para o bebê!

Quais as principais dicas para um bom encaixe da mãe e bebê?

- 1) Mãe em posição confortável
- 2) Barriga do bebê voltada para o corpo da mãe, bem juntinho
- 3) Cabeça do bebê alinhada ao tronco. Sustentar as mamas com a mão ou rolinhos podem ajudar o bebê
- 4) Bebê conduzido ao peito com sustentação do pescoço

E como é a pega ideal da boca do bebê no peito?



Lábios virados para fora;
Não pega só o mamilo;
Boca abre e cobre bem a parte mais escura do peito (Aréola);
Nariz liberado;
Bochechas enchem;
Queixo no peito;
O bebê suga algumas vezes com força e faz uma pausa para engolir.

Vamos falar sobre as experiências sensoriais orais do bebê?

Evite usar bicos artificiais

Os bicos artificiais (chupetas, mamadeiras e outros) favorecem o desmame e a confusão de bicos.

Podem confundir a maneira de sugar e prejudicar a eficiência para se alimentar no peito, pois a sucção e a forma bucal são bem diferentes.

Esse hábito também pode impactar na livre demanda da amamentação, no crescimento da face, dos dentes, deformação do céu da boca (palato) e, mais tarde, alterar a articulação da fala.

Sendo necessário complementação ao seio materno, procure um especialista para o devido acompanhamento!

A boca do bebê é um universo de muitas experiências sensoriais!

Você sabia que levar a mão à boca é uma importante fase do seu bebê?

Levar tudo à boca é uma das primeiras estratégias do bebê em conhecer o mundo!

Então, menos chupeta, mais objetos apropriados e mãos na boca.



É os bebês pré-termo, vivendo com condição crônica de saúde, deficiências e necessidade de adaptação da amamentação?

A AMAMENTAÇÃO E O LEITE MATERNO SÃO PRIORIDADES SEMPRE QUANDO POSSÍVEL.

O APRENDIZADO CONTINUA SENDO ÚNICO COMO DE TODAS AS FAMÍLIAS E BEBÊS!

O APOIO É POSSÍVEL E NECESSÁRIO EM TODAS AS HISTÓRIAS!



A avaliação da Fonoaudióloga é fundamental para a segurança da alimentação.

Algumas adaptações na alimentação podem ser necessárias:

- 1) Orientação materna para a manutenção da produção do leite humano;
- 2) Uso de vias alternativas de alimentação, como copinho, sondas e gastrostomia;
- 3) Complemento da alimentação *;
- 4) Orientação quanto ao tempo, frequência e postura na oferta da alimentação;
- 5) Mudanças na consistência do leite;
- 6) Atenção aos sinais de fome e saciedade do bebê.



Você sabe o que é a Disfagia?

Para uma boa alimentação é preciso muitos movimentos e habilidades.

Parece fácil, mas é complexo.

O alimento para seguir de maneira segura da boca até o estômago precisa de boa coordenação de muitas partes e funções do nosso corpo.

No caso do bebê, é muito importante observar o ato de SUGAR, ENGOLIR E RESPIRAR, que devem estar coordenados na hora de mamar.

A disfagia é quando tudo isso **não** acontece de maneira coordenada e segura, colocando em risco a saúde do bebê!

E agora, como fica a alimentação do bebê?

As adaptações e restrições recomendadas podem ser fundamentais para a segurança do bebê.*

**Seguindo as razões médicas aceitáveis para uso de substitutos do leite materno (OMS, 2009)*

Quais podem ser as adaptações?

Copinho

Método de transição ou complemento até que o recém-nascido consiga mamar exclusivamente no peito.

Ofertar com bebê alerta, em postura sentada ou semissentada, cabeça e corpo alinhados.

Translactação ou Relactação

Método de transição ou complemento para via oral no peito ou para o aumento da produção de leite materno.

Mamadeira

Caso o uso de mamadeira seja a sua realidade, não abra o furo do bico e use um bico com tamanho adequado para a boca do bebê.

Gastrostomia

A gastrostomia pode ser indicada em caso de impossibilidade total ou parcial de alimentação pela boca.

A gastrostomia pode ser uma via transitória até que seja possível a alimentação totalmente pela boca.

Sigam sempre as orientações recebidas pelas (os) fonoaudiólogas, nutricionistas, enfermeiras, médicas e demais profissionais que os acompanham.

**Seguindo as razões médicas aceitáveis para uso de substitutos do leite materno (OMS, 2009)*

Procure um especialista se:

- 1) Tiver dúvidas;
- 2) Sentir dores para amamentar;
- 3) Dificuldade do bebê em ganhar peso;
- 4) Diminuição na quantidade de urina;
- 5) Bebê muito sonolento ou irritado mamando poucas vezes;
- 6) Bebê engasgando ou com tosse durante as mamadas;
- 7) Orientação para continuidade e/ou retirada das vias alternativas de alimentação.

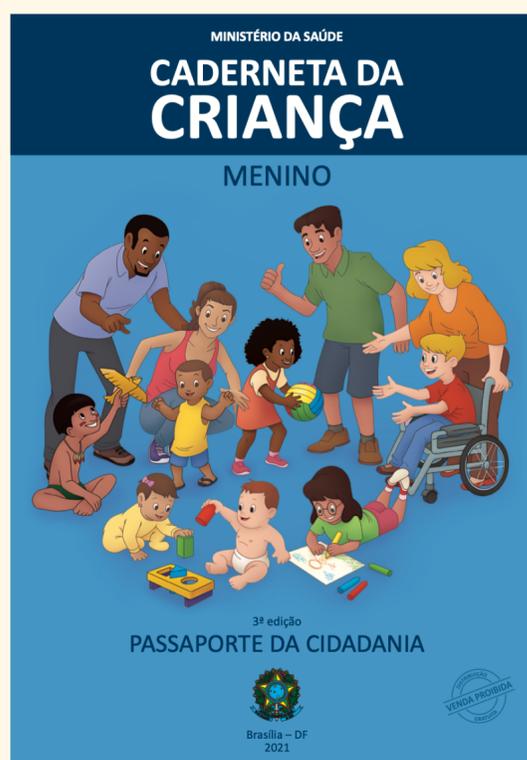
A Fonoaudióloga pode te ajudar!



Na caderneta de saúde da criança vocês também podem encontrar informações sobre:

- 1) Cuidados com a saúde do bebê e sinais de perigo;
 - 2) Amamentação;
 - 3) Alimentação adequada e saudável;
 - 4) Importância da estimulação do desenvolvimento com afeto;
 - 5) O que esperam que o bebê esteja aprendendo em cada idade;
 - 6) Percepções de alterações no desenvolvimento;
 - 7) Acompanhamento do crescimento;
 - 8) Prevenção de acidentes;
 - 9) Proteção contra violência;
 - 10) Vacinação
- e muitas outras informações importantes!

Não deixe de consultar a caderneta e apresentar aos profissionais de saúde que os acompanham.



De onde foram tiradas todas essas informações?

Referências Bibliográficas

1) Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia Alimentar para Crianças brasileiras menores de 2 anos / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

2) CARVALHO, Marcus Renato; TAVARES, Luis Alberto. Amamentação: bases científicas. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014

3) LEVY DS. Disfagia Infantil. Deborah Salle Levy & Sheila Tamanini de Almeida. 1. ed. Rio de Janeiro: ThiemeRevinter Publicações, 2018.

4) Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Atenção humanizada ao recém-nascido de baixo peso. Método Canguru: manual técnico. 2ª ed. Brasília (DF); 2013.

Disponível em:

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_humanizada_recem_nascido_canguru.pdf

5) Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Atenção humanizada ao recém-nascido. Método Canguru: Manual Técnico [Internet]. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2017. Disponível em:

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_humanizada_metodo_canguru_manual_3ed.pdf

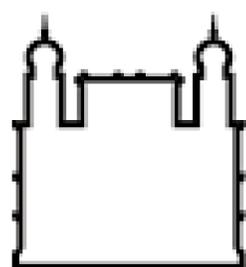
6) Organização Mundial da Saúde (OMS). Razões médicas aceitáveis para uso de substitutos do leite materno. Atualização OMS, 2009. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/69938/2/WHO_FCH_CAH_09.01_por.pdf.

7) PERILO, Tatiana. Tratado do especialista em cuidado materno-infantil com enfoque em amamentação. Belo Horizonte: Mame Bem, 2019. 426p.



IFF

INSTITUTO NACIONAL | **FERNANDES FIGUEIRA**
DE SAÚDE DA MULHER, DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz

SUS

