

LEMBRE-SE

Para o bebê, é ideal receber leite materno até dois anos de idade ou mais.

Até o 6º mês de vida do bebê, é importante receber somente o leite materno!

O leite materno mata a sede do bebê, e não é necessário e nem indicada a oferta de água, chá ou qualquer outro líquido.

Evite oferecer chupeta e mamadeira ao seu bebê, pois a forma como ele chupa o bico é diferente da sucção na mama, podendo causar confusão de bico e machucar o mamilo.

Os protetores de silicone não são indicados, pois o bebê não consegue pegar o seio da forma certa e tem o risco de diminuir a produção de leite.

Nunca deixe outra mãe amamentar seu filho, pois através do leite pode ser transmitidas várias doenças.

Não existe leite fraco. No início ele tem mais água (satisfaz a sede do bebê) e no final da mamada ele é mais gorduroso (satisfaz a fome do bebê).

Observe e sinta se o bebê esvaziou totalmente uma mama para iniciar a mamada no outro peito.

Caso você tenha alguma dificuldade para amamentar seu bebê, tanto durante a internação quanto após a alta, existe o Banco de Leite Humano no Hospital Fêmima. Nós estamos aqui para ajudar você!



Grupo Hospitalar Conceição
Ministério da Saúde



HORÁRIOS DE ATENDIMENTO

Segunda a Sexta
7h15 às 22h30

FINAIS DE SEMANA E FERIADOS

Manhã: 7h15 às 12h
Tarde: 13h30 às 18h



@bancodeleitehf



Banco de Leite Humano Fêmima



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



DISQUE-AMAMENTAÇÃO E DOAÇÃO DE LEITE MATERNO
(51) 3314.5362
3314.5353

SOBRE A AMAMENTAÇÃO

Nos primeiros dias, o leite é chamado de colostro, e funciona como a primeira vacina do bebê.

Fornece nutrientes importantes para o crescimento e desenvolvimento saudáveis da criança;

Combate infecções, protege contra bactérias e vírus e evita problemas respiratórios e diarreias.

Amamentação não é algo que a mulher deve saber naturalmente! É uma experiência nova tanto para a mãe como para o bebê, e precisa ser aprendida.

QUANDO OFERECER O SEIO AO BEBÊ?

Quando mostrar “que quer mamar”:

- abrir a boca;
- esticar a língua;
- virar a cabeça para procurar a mama;
- chupar ou morder as mãos;
- levar objetos à boca.

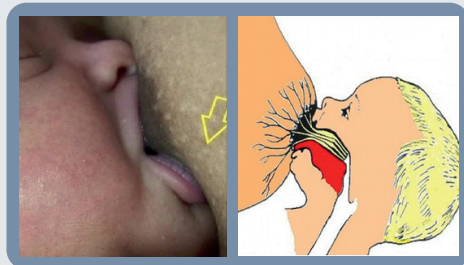
O choro é o último sinal dado pelo bebê! Assim tente perceber os primeiros sinais para evitar que o bebê fique nervoso, pois isso dificulta a pega no seio.

Para satisfazer as necessidades, o seu bebê precisa mamar sempre que tiver vontade e por quanto tempo quiser (amamentação guiada pelo bebê!)

Nas primeiras semanas, as mamadas serão mais frequentes, com intervalos curtos entre uma e outra!

PASSOS PARA POSIÇÃO ADEQUADA

- 1) Posicione-se confortavelmente;
- 2) Utilize apoios (travesseiros, almofadas, cobertores) para posicionar o bebê;
- 3) Retire cobertas ou excesso de roupas do bebê. Se estiver frio, coloque a coberta apenas por cima de vocês;
- 4) Encoste a barriga do bebê na sua barriga! O bebê deve estar voltado bem de frente para a mãe;
- 5) Passe o bico do peito na parte que fica entre a boca e o nariz do bebê, para ele abrir bem a boca;
- 6) O queixo do bebê deve tocar na mama;
- 7) O lábio inferior deve estar voltado para fora;
- 8) Perceba se o bebê abocanhar a parte escura ao redor do bico do seio, pois assim ele vai sugar o leite com sucesso.



CUIDE DE VOCÊ MESMA

As cólicas são normais?

Quando o bebê suga o seio, isto ajuda o útero a contrair e voltar ao normal depois do parto, protegendo a perda de sangue em grande quantidade. Por isto, é normal você sentir cólica quando o bebê estiver mamando.

COMO CUIDAR DOS SEIOS?

Após o bebê mamar, passe o próprio leite no mamilo. O leite limpa, protege e hidrata a pele;

Use sutiã sem bojo para dar sustentação às mamas;

Cascas de frutas ou outros alimentos e cremes não devem ser colocados no seio, pois podem aumentar as lesões e causar infecções.

Não utilize bolsas de água quente, compressas quentes ou água quente no banho, pois o calor faz suas mamas encherem e pioram o empedramento.

COMO PREVENIR O “FIGO”/FISSURA?

Ensinar o bebê a abrir bem a boca na boca de abocanhar o seio é o mais importante para prevenir e evitar rachaduras (“figo”).

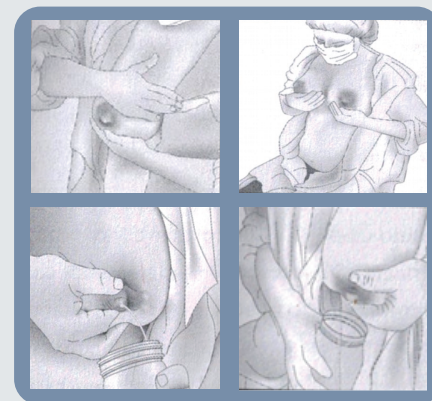
Quando o bebê pega o peito de forma adequada, a amamentação não deve doer.

O QUE FAZER PARA TER BASTANTE LEITE?

Quanto mais o bebê, suga o seio. mais aumenta a produção de leite! Massagem e esvaziamento manual das mamas também estimulam a produção!

O QUE EU FAÇO SE A MINHA MAMA FICAR MUITO CHEIA E EMPREDAR?

- 1) Massageie ao redor da aréola;
- 2) Ordenhe para amaciar a aréola;
- 3) Coloque o bebê para mamar;
- 4) Se for necessário, coloque o polegar acima e o indicador abaixo da linha onde acaba a aréola (como na figura);
- 4) Firme os dedos e empurre para trás em direção ao corpo;
- 5) Lembre-se de não colocar água quente nas mamas para retirar o leite.



POR QUE O BEBÊ ESTÁ CHORANDO?

O bebê chora por vários motivos e esta é uma das formas do bebê se comunicar. Se ele chorar, fique calma, pois é normal.