Agosto Dourado

Categoria: Saúde
Data de Publicação: 2 de agosto de 2021

O mês de agosto é conhecido como Agosto Dourado por simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação. A cor dourada está relacionada ao "padrão ouro" de qualidade do leite materno. O aleitamento materno é a mais sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução de problemas de saúde infantis. O leite materno é o melhor alimento que um bebê pode ter. É de fácil digestão e promove um melhor crescimento e desenvolvimento, além de proteger contra doenças. Mesmo em ambientes quentes e secos, o leite materno supre as necessidades de líquido de um bebê. Por meio do leite materno, o bebê recebe os anticorpos da mãe que o protegem contra doenças como diarreia e infecções, principalmente as respiratórias. O risco de asma, diabetes e obesidade é menor em crianças amamentadas, mesmo depois que elas param de mamar. A amamentação é, ainda, um excelente exercício para o desenvolvimento da face da criança, importante para que ela tenha dentes fortes, desenvolva a fala e tenha uma boa respiração. A OMS, endossada pelo Ministério da Saúde, recomenda o aleitamento materno por dois anos ou mais, sendo exclusivo nos primeiros seis meses. Não há vantagens em se iniciar os alimentos complementares antes dos seis meses, podendo, inclusive, haver prejuízos à saúde da criança É muito importante conhecer e utilizar as definições de aleitamento materno adotadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e reconhecidas no mundo inteiro. Assim, o aleitamento materno costuma ser classificado em: Aleitamento materno exclusivo – quando a criança recebe somente leite materno, direto da mama ou ordenhado, ou leite humano de outra fonte, sem outros líquidos ou sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos. Aleitamento materno predominante – quando a criança recebe, além do leite materno, água ou bebidas à base de água (água adocicada, chás, infusões), sucos de frutas, etc. Aleitamento materno – quando a criança recebe leite materno (direto da mama ou ordenhado), independentemente de receber ou não outros alimentos. • Aleitamento materno complementado – quando a criança recebe, além do leite materno, qualquer alimento sólido ou semissólido com a finalidade de complementá-lo, e não de substituí-lo. Aleitamento materno misto ou parcial – quando a criança recebe leite materno e outros tipos de leite. Amamentação é proteção para a vida inteira!