



VERANÓPOLIS

Orientações de amamentação

Data de Publicação: 23 de agosto de 2023

Fonte: <https://www.fadc.org.br/noticias/dicas-boa-amamentacao-bebe>

Separamos algumas orientações para ajudar a promover uma boa experiência com a amamentação e também para otimizar a alimentação e nutrição do bebê e garantir o conforto para a mãe a cada mamada:

Posição do bebê para mamar: Alinhar o corpo do bebê próximo ao da mãe e manter o corpo e a cabeça do bebê alinhados. As posições devem ser avaliadas constantemente a cada mamada.

A “pega” correta: Com a boca bem aberta, lábios inferior e superior virados para fora e o queixo tocando a mama, o bebê deve abocanhar a maior parte da aréola e não somente o bico do seio.

Não exagere na limpeza das mamas durante o banho: Não é recomendado usar sabonete e outros produtos para lavar os mamilos, pois podem eliminar o óleo natural da pele responsável pela proteção e hidratação dos mamilos. Porém, é fundamental, higienizar as mamas com água durante o banho para evitar a candidíase mamária e outras infecções.

Não marque horário para dar de mamar: A amamentação deve ser feita em livre demanda, sempre que o bebê quiser ou apresentar sinais de fome e sede. A amamentação frequente também estimula a produção do leite materno.