Banco de Leite Humano orienta mães sobre o valor nutricional do leite materno

Date : 27-06-2017

Pense em um alimento com composição nutricional balanceada, rico em vitaminas, cálcio, ferro e zinco, além de proteínas, lipídios, carboidratos e outros nutrientes? E o melhor, de graça! Esse alimento existe: é o leite materno.

Estudos apontam inúmeros benefícios da amamentação como forma exclusiva de alimentar bebês de 0 a 6 meses. Entre essas vantagens está a imunidade, pois o leite materno possui células de defesa e fatores anti-infecciosos capazes de proteger o organismo dos recém-nascidos. Os bebês também são mais resistentes a alergias, doenças e até mesmo complicações mais simples, como a cólica e o estresse.

“Aquela conversa dos nossos avós de que o leite materno salva vidas é verdade”, afirmou a nutricionista Renata Lebrão. Renata, que compõe a equipe de Vigilância Nutricional, ligada a Secretaria Municipal de Saúde, explicou ainda que as características bioquímicas variam durante as diferentes fases da amamentação e até mesmo durante a mesma mamada.

“O colostro, que é aquela primeira substância que sai do leite da mãe, é rico em vitaminas A e E, carotenóides e imunoglobulinas que protegem contra vírus e bactérias”, informou. Já o leite maduro, disponível 14 dias depois do parto, contem, além das vitaminas A,D e B6, cálcio, ferro e zinco.

O modo como as mães amamentam, também influencia a aquisição de nutrientes. “As mães devem esvaziar um peito e só depois oferecer o outro para a criança, pois o leite do final da mamada é rico em gorduras e é ele que influencia o ganho de peso dos bebês”, disse Renata.

Mês dedicado ao aleitamento - Por causa de sua importância, a Presidência da República sancionou, em abril deste ano, a Lei nº 13.435/17, que institui o mês de agosto como o Mês do Aleitamento Materno. “Até o ano passado, tínhamos a Semana Mundial da Amamentação, lembrou a coordenadora do Banco de Leite do Hospital Municipal Esaú Matos, Adriana Vasconcelos.

A coordenadora também explicou que atividades de incentivo à amamentação, inclusive como único alimento do bebê até os seis meses de vida é incentivado no hospital, que tem o título de Amigo da Criança.

“Claro que durante o mês de agosto vamos intensificar nossas atividades, com visitas às maternidades credenciadas ao Sistema Único de Saúde (SUS), palestras nas unidades de saúde e no Hospital promoveremos algumas ações, entre elas um dia especial onde as mães doadoras de leite materno terão momentos para o cuidado da beleza”, concluiu Adriana.