

"Investir na amamentação é investir no capital humano da próxima geração" - Cesar Victora.

Estratégia Amamenta Alimenta Brasil - vamos ampliar o alcance!

As conquistas recentes relacionadas ao aleitamento materno, como o direito de amamentar em público, são motivo para irmos cada vez mais longe na luta por esse direito humano.

Devido aos inúmeros benefícios que o aleitamento materno proporciona, tanto às mães quanto aos seus bebês, a Pastoral da Criança, assim como o Ministério da Saúde e a Organização Mundial da Saúde (OMS), recomenda o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. A partir desse período, deve ser iniciada a introdução da alimentação complementar, com a manutenção do aleitamento materno até os 2 anos de idade ou mais, de acordo com a vontade da mãe e da criança.

A partir da metodologia da Pastoral da Criança de VER, JULGAR, AGIR, AVALIAR E CELEBRAR, utilize este Dicas para ampliar o alcance do aleitamento materno em sua comunidade.

VER

- As crianças brasileiras são amamentadas no peito?

Apesar das recomendações, uma pesquisa realizada nas capitais brasileiras e no Distrito Federal em 2009, mostrou que a duração média do aleitamento materno exclusivo é de menos de dois meses (1,8 meses), e a da amamentação com outros alimentos chega perto de 1 ano (11,2 meses). De acordo com essa mesma pesquisa, 41% das crianças menores de 6 meses estavam em aleitamento materno exclusivo, quando o desejado seria 90% a 100% (BRASIL, 2009). Dados do 1º trimestre de 2015 indicam que 68,7% das crianças com 6 meses de idade, acompanhadas pela Pastoral da Criança estavam em aleitamento materno exclusivo.

- Como está a alimentação das crianças menores de 2 anos de idade?

Além da falta de aleitamento materno, a introdução precoce de alimentos - antes dos 6 meses - e o consumo de alimentos não saudáveis (biscoitos recheados, refrigerantes, salgadinhos, doces)

por crianças pequenas também é preocupante. Observou-se que 2 em cada 10 bebês (20,7%) entre 3 e 6 meses de idade consumiam comida salgada, e uma quantidade semelhante, (24,4%) comiam frutas. Na faixa etária entre 9 a 12 meses, 7 em cada 10 crianças (71%) consumiram bolachas e salgadinhos (BRASIL, 2009).

JULGAR

- Qual a relação entre o aleitamento materno, a alimentação complementar e a saúde da criança?

O aleitamento materno é um ato de amor, que aproxima ainda mais a mãe e o bebê. Até os 6 meses, o único alimento de que o bebê precisa é o leite materno - sem o complemento com água, suco ou chá. Ele possui todos os nutrientes que o bebê necessita para se desenvolver, além de substâncias (anticorpos) que o defendem contra doenças. O leite em pó, de caixinha ou de pacote não tem as mesmas vantagens que o leite materno.

As práticas alimentares inadequadas - falta de aleitamento materno e introdução dos alimentos antes dos 6 meses - estão relacionadas a muitos problemas de saúde, como alergias, desnutrição, excesso de peso, anemia, complicações por carência de vitamina A, entre outros. Como consequência, muitas crianças menores de 5 anos não atingem seu potencial de crescimento e desenvolvimento.

Com base nessas informações, devemos refletir sobre quais motivos podem afetar a conduta de milhares de mães em relação à alimentação de seus filhos. Os desafios são muitos: influência da cultura local, crenças repassadas de geração para geração, insegurança e falta de informação das mães, pouco tempo para o preparo de refeições saudáveis, falta de apoio da família ou da comunidade, falta de preparação e incentivo por parte dos profissionais de saúde e empresas.

As crianças pequenas dependem do alimento oferecido pelos adultos, que devem assumir a responsabilidade nas escolhas dos alimentos para a criança. Os exemplos dos pais e familiares tem forte impacto na construção de hábitos alimentares saudáveis nas crianças. A presença da família, com seu cuidado e afeto, é uma necessidade do bebê.

AGIR

A promoção do aleitamento materno faz parte da história de dezenas de entidades como a Pastoral da Criança, e instituições como o Ministério da Saúde. Ao longo dos últimos 30 anos as campanhas utilizaram materiais para divulgar os benefícios para as mães e para os bebês.

- O que o Ministério da Saúde propõe?

Preocupados com essa situação, a Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN) e a Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno do Ministério da Saúde, lançaram em 2012 a "Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no SUS - Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil". Essa estratégia tem como objetivo

qualificar o trabalho dos profissionais da atenção básica para que esses possam auxiliar mães, crianças e suas famílias no processo da amamentação e da alimentação complementar saudável para crianças menores de dois anos, respeitando a identidade cultural e alimentar das diversas regiões brasileiras.

As ações da nova estratégia são elaboradas juntamente pelas Secretarias Estaduais e Municipais de Saúde. Para a efetivação da estratégia, os estados e municípios deverão se organizar para formar os profissionais da atenção básica por meio de duas ações: formação de tutores e oficinas de trabalho na Unidade Básica de Saúde (UBS).

O objetivo dessas oficinas é que todas as pessoas que trabalham na UBS tenham conhecimento sobre a importância do aleitamento materno e estejam envolvidas com as atividades propostas. Alguns temas que podem ser discutidos segundo a realidade de cada UBS são: manejo do aleitamento materno, prática da alimentação complementar, desenvolvimento infantil, Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), entre outros.

A Pastoral da Criança é colaboradora nessa iniciativa e incentiva os líderes a acompanhar o avanço da Estratégia Amamenta Alimenta junto aos municípios.

Para a estratégia chegar às Unidades de Saúde, o pedido deve partir dos municípios para o Ministério da Saúde.

A lista de municípios que já contam com a Estratégia está disponível em nosso site: www.pastoraldacrianca.org.br/amamenta-alimenta

AVALIAR

Avalie com a coordenação de ramo e outros líderes iniciativas que podem acontecer na comunidade. Você, líder da Pastoral da Criança, pode contribuir para a melhoria dos indicadores de aleitamento materno e alimentação em crianças menores de 2 anos:

- Use o Guia do Líder durante as visitas domiciliares e baseado nas informações de aleitamento materno e alimentação saudável, oriente as famílias de acordo com a idade da criança.
- Ao acompanhar uma gestante, converse com ela sobre os benefícios que o leite materno proporciona quando oferecido logo na primeira hora de vida do bebê.
- Incentive as gestantes e mães de crianças menores de 2 anos a buscarem informações sobre aleitamento materno e alimentação complementar nas Unidades Básicas de Saúde. Os profissionais da estratégia são preparados para orientar todas as mães, inclusive aquelas que estão com alguma dificuldade na amamentação.
- Oriente as mães que trabalham fora, como pode ser feita a ordenha e armazenamento do leite materno. Dessa forma é possível manter a produção de leite, reduzir a sensação de desconforto nas mamas e continuar amamentando mesmo após o período de licença maternidade terminar.

- Quando visitar uma criança que esteja completando 6 meses de idade, use a cartela 15B do Laços de Amor para orientar a mãe ou responsável a fazer a introdução da alimentação complementar de maneira adequada.
- Crie uma relação de confiança com os profissionais de saúde da Unidade Básica mais próxima da sua comunidade.
- Verifique se no seu município já existe a Estratégia Amamenta e Alimenta.
- Caso na UBS da sua comunidade ainda não tenha a estratégia, converse com o articulador da Pastoral da Criança para que ele leve essa sugestão ao Conselho de Saúde. Nos municípios sem a atuação do articulador, solicite apoio da coordenação de ramo e se informe sobre como levar o assunto para o conselho de saúde.
- Se houver a estratégia no seu município, ou após ela ser implantada, divulgue essa informação para as famílias acompanhadas.

CELEBRAR

A cada conquista para a promoção do aleitamento materno alcançada no seu município, divulgue e compartilhe as boas novas ao reunir-se com as coordenações da Pastoral da Criança, líderes e famílias acompanhadas. Partilhe as informações nas redes sociais e na página da Pastoral da Criança na Internet.

“Vocês mães dêem leite às suas crianças e mesmo agora, se elas chorarem por estarem com fome, amamentem, não se preocupem”

– disse o Papa Francisco, durante sua homilia em um batizado coletivo, que continha a frase “dar leite às crianças” e que ele modificou para o termo para amamentar.

Referências:

BRASIL. *Estratégia nacional para promoção do aleitamento materno e alimentação complementar saudável no Sistema Único de Saúde – Manual de Implementação*. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2015. 152 p.: il.

BRASIL. *II Pesquisa de Prevalência de Aleitamento Materno nas Capitais Brasileiras e Distrito Federal*. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009. 108 p.: il. – (Série C. Projetos, Programas e Relatórios)

PASTORAL DA CRIANÇA. *Guia do líder da Pastoral da Criança: para países de língua portuguesa*. / Pastoral da Criança. - 15.ed. - Curitiba, 2015 . - 312 p. : il.color .

DICAS é um informativo técnico dirigido às Equipes de Coordenação da Pastoral da Criança.

Se tiver alguma sugestão de tema ou dúvida, escreva para:

Coordenação Nacional da Pastoral da Criança

Rua Jacarezinho, 1691 • Curitiba – PR • 80810-900

Fone: (41) 2105 0250 • Fax: (41) 2105-0299 • E-mail: contato@pastoraldacrianca.org.br