



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Regina Reinaldin – Aleitamento materno

Amamentar o bebê é um gesto natural, de carinho e um estímulo a saúde do bebê e da mãe. No entanto, algumas mães enfrentam dificuldades na hora de amamentar, como: o bico do peito rachado ou invertido, as mamas inchadas e duras e até mesmo, a demora na descida do leite.

Esses problemas causam, muitas vezes, dor e desconforto para as mães, levando-as até mesmo a desistir da amamentação. Contudo, existem algumas técnicas simples, como a boa pega do bebê e cuidados com os seios, que ajudam a evitar essas situações e tornam esse momento muito especial para o vínculo entre mãe e filho.



Para entendermos mais sobre as principais dificuldades na hora de amamentar e como resolvê-las, conversamos com a enfermeira técnica da Pastoral da Criança, Regina Reinaldin.

Regina, quais são as maiores dificuldades que as mulheres encontram para amamentar?

Mastite, rachadura nos mamilos, ingurgitamento mamário, bicos dos seios planos ou invertidos, são alguns exemplos. As mães que têm essas dificuldades para amamentar, precisam ir ao posto de saúde para receber orientação, sobre a boa pega, como esgotar o excesso de leite e outros cuidados.

Nós sabemos que algumas mães podem ter dificuldades para amamentar, um desses problemas na amamentação é a mastite. O que é a mastite?

A mastite é uma inflamação da mama que pode ou não se transformar em uma infecção, ela é o resultado do ingurgitamento mamário ou rachadura. Na mastite a parte afetada da mama fica dolorida, avermelhada e quente. Nos casos em que há infecção a mãe pode apresentar: mal-estar, febre alta (acima dos 38 graus) e calafrios. Os principais cuidados para evitar isso são: amamentar com a boa pega e deixar o bebê mamar sempre que quiser, se o bebê não esvaziar a mama é preciso completar a retirada do leite com ordenha. Lembrando que quando a mãe tem mastite é preciso que ela vá ao médico para ser orientada quanto ao tratamento.

Outra dificuldade são as rachaduras nos mamilos. O que são essas rachaduras e como evitá-las?

As rachaduras nos mamilos são a causa mais comum de dor para amamentar, ela acontece pela posição errada do bebê no colo e pela má pega. Para que aconteça boa pega do bebê no peito e para que não provoque rachaduras, a boca do bebê deve abocanhar todo mamilo e aréola que é a parte escura em volta do mamilo, o lábio inferior deve estar virado para fora e o queixo do bebê deve estar encostado na mama.

Regina além de uma boa pega do bebê ao peito, o que mais pode ajudar a prevenir as rachaduras nos mamilos?

Para prevenir a rachadura a mãe deve passar o leite no mamilo após dar de mamar e deixar secar bem antes de se vestir. Ela não deve usar nenhum produto nos seios, não deixar o forro molhado junto aos seios e não usar protetor de mamilos antes de amamentar, se a mama estiver muito cheia é preciso ordenhar. Se a mãe apresenta rachadura, além dos cuidados acima, é necessário que o bebê seja colocado para mamar assim que der sinal que está com fome, a mama pode ser massageada antes de ser oferecido ao bebê.

Outro problema é o ingurgitamento mamário, o que é isso Regina?

O ingurgitamento mamário, que são os seios empedrados, podem aparecer em duas situações: quando a mãe produz mais leite do que o bebê precisa ou quando o bebê não mama o necessário para esvaziar a mama, isso pode ocorrer até vários dias após o parto. Quando o seio está empedrado as mamas ficam duras e cheias, isso dificulta a saída do leite e pode formar pequenos caroços. Com as mamas cheias o bebê não consegue fazer uma boa pega, causando dor

na mãe e irritação no bebê, nesse caso é preciso fazer a ordenha para retirar um pouco do leite.

Como prevenir o ingurgitamento mamário?

Para prevenir o ingurgitamento mamário, a mãe deve iniciar amamentação o mais cedo possível, amamentar o bebê sempre que ele solicitar, esvaziando o máximo possível dos seios um de cada vez, observar se o bebê está fazendo a boa pega, não dar outros alimentos ou líquidos para o bebê, antes dos 6 meses e sempre usar sutiã.

Algumas mães tem mamilos planos ou invertidos, elas podem amamentar mesmo assim?

Na maioria das vezes mamilos planos ou invertidos não impossibilitam a amamentação, as próprias mudanças do corpo por conta da gravidez, tendem a fazer com que os mamilos fiquem mais protuberantes do que de costume. Em algumas situações, no entanto, mamilos invertidos se voltam ainda mais para dentro quando os seios ficam cheios de leite e em quadros raros, podem até obstruir a passagem do leite. A melhor maneira de saber se a amamentação vai ser possível e simplesmente colocar o aleitamento em prática e pedir orientações para o profissional de saúde.

Por que o bebê deve ser colocado para mamar logo que nasce?

O bebê deve ser colocado para mamar logo depois do nascimento, porque essa ação estimula o hormônio que faz descer o leite, protege a criança contra doenças, intensifica as contrações uterinas, contribui para o vínculo mãe e filho, mantém o corpo aquecido do bebê e diminui o stress do pequeno.

O que pode impedir que a mãe amamente Regina?

Medo de não conseguir, falta de informação, desinteresse pelo filho, doenças maternas, medicamentos contra indicados, são alguns exemplos.

Regina, por que deve ser feito o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses?

O leite materno protege contra diarreia, infecções respiratórias e alergias. As crianças amamentadas no peito são mais inteligentes, possuem um menor risco de ter hipertensão, colesterol alto e diabetes, além de reduzir as chances de desenvolver a obesidade. Sugar o peito é um excelente exercício para desenvolvimento da face da criança, que também ajuda a ter dentes bonitos, a desenvolver a fala e ter uma boa respiração. Para mãe, ajuda o útero a recuperar o seu tamanho normal, diminuindo o risco de hemorragias, de ter anemia

pós-parto, do desenvolvimento de câncer de ovário e de mama, além de favorecer o vínculo da mãe com seu filho.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1381 - 14/05/2018 – Aleitamento materno