

É FALSO QUE:

- Fissuras, peito gretado seja igual a Leite “encaroçado”
- Mastite (infecção na mama) signifique que “o leite está a secar”
- Dar de mamar faz cair os peitos .
- O leite materno é fraco e não sustenta o bebé, por isso ele chora com fome
- Criança que nasceu antes do tempo ou muito pequena não pode mamar

NÃO EXISTE LEITE FRACO

- ◆ O leite dos primeiros dias após parto chama-se colostro.
- ◆ É o que a criança precisa no início da vida

O colostro protege o bebe contra muitas doenças

QUANDO OFERECER O PEITO

- * Desde a sala de parto
- * Sempre que o bebé quiser, de dia ou noite
- * Em cada mamada, oferecer ambos os peitos , se o bebé desejar
- * Deixar o bebé mamar até soltar o peito

Horário da USF Arões

Segunda a Sexta

08h00 às 20h00

Sábados

09h00 às 13h00

Para um melhor atendimento

Marque antecipadamente o seu contacto preferencialmente por telefone

Visite o nosso site:

www.usf-aro.es.com

Faça sugestões de melhoria

Todos agradeceremos

Lto. Da Tapada, nº 21 Arões de S. Romão. 4820-758 FAFE

Email: usfaro.es@csfape.min-saude.pt

Tel: 253 490 110 Fax: 253 490 111

USFAPAN00 V2



ALEITAMENTO MATERNO MITOS E TABUS



MAIO 2015

ALEITAMENTO MATERNO

VANTAGENS PARA A MÃE E FAMÍLIA

- Aumenta os laços afectivos
- Dar o peito logo que o bebé nasce, diminui a perda de sangue da mãe pós parto
- Faz o útero voltar mais rápido ao normal
- É um método natural de planeamento familiar
- É pratico, está “sempre á mão”.
- **É GRÁTIS**

Vantagem para o bebé

- ◆ Alimento completo
- ◆ Protecção contra infecções
- ◆ Sempre pronto e na temperatura certa
- ◆ Aumenta os laços de Amor e carinho
- ◆ **A lei protege a mãe que trabalha e amamenta**
- ◆ O leite materno é de digestão fácil
- ◆ O leite do início da mamada protege o bebé contra infecções e mata a sede
- ◆ O leite do final da mamada engorda o bebé e é bom para a dentição

É BOM PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

TÉCNICA PARA BEBÉ ARROTAR



- Nos seis primeiros meses de vida o bebé só se deve alimentar pelo leite materno.
 - Após os seis meses deve-se manter a amamentação até pelo menos ao 1ºano de vida e só introduzir outros alimentos segundo orientação do seu médico ou enfermeiro
 - Mãe HIV positivo não pode amamentar o filho e deve secar o leite
- Deixar o bebé mamar até soltar o peito espontaneamente.**

POSIÇÃO DA MÃE - A mãe escolhe uma posição confortável

COMO DAR A MAMA – A barriga do bebé encostada ao corpo da mãe e dar completamente o mamilo ao bebé.

