

COLOSTRO-LEITE

O Colostro é um líquido transparente ou amarelo, que pode sair pelo peito durante a gravidez e que sai nos primeiros dias do parto.

O Colostro é muito rico em proteínas e anticorpos (soldadinhos de defesa) que além de alimentar o bebê, protege-o das infecções. Por isso, não se deve pensar que o colostro é um "leite fraco". Não existe leite-fraco.

O Leite pode, as vezes, levar alguns dias para aparecer. Quanto mais o bebê sugar o peito, mais leite será produzido.

O bebê não precisa de outra coisa.

NÃO DAR ChÁ, CHUPETA, MAMADEIRA...



Se tem alguma dúvida, consulte seu médico ou a enfermeira ANTES de dar outras coisas para o bebê.

Melhoria
Assistência
Materno
Infantil
Hospital de Caridade São Pedro D'Alcântara
PROJETO BID

HCS Hospital de Caridade
São Pedro d' Alcântara
Rua Dr. Couto Magalhães s/nº - Cidade de Goiás-GO
CGC: 01857822/0001-01 - Fones: (62) 371-1417 / 371-1373
Fax: (62) 371-1954 - E-mail: saopedro@persogo.com.br

GOIÁS
Prefeitura Municipal
Secretaria Municipal de Saúde

AMAMENTAR

CAMINHO DE AMOR E DE SAÚDE



Porque Amamentar

- * É o melhor alimento para seu bebê.
- * O seu leite faz seu filho ficar forte, inteligente, andar e falar mais cedo.
- * É de fácil digestão.
- * Protege seu bebê contra várias doenças (as diarreias, as alergias, etc.)
- * Transmite amor e carinho, fortalecendo a relação entre mãe e filho.
- * Não precisa ferver, nem esfriar.
- * Está sempre pronto, em qualquer hora e lugar, na temperatura ideal.
- * É de graça.
- * Reduz o risco de câncer de mama e ovário.
- * Diminui o risco de hemorragia e favorece a volta ao seu corpo normal.

ATENÇÃO !

**PAPAI, PADRINHOS, VOVÓS OU OUTROS
AJUDEM NA ALIMENTAÇÃO DA MAMÃE E
DÊEM INCENTIVO PARA QUE ELA AMAMENTE**



Ela precisa de apoio, tranquilidade e tempo para amamentar o seu bebê.



PREPARAÇÃO DAS MAMAS

Durante a gravidez:

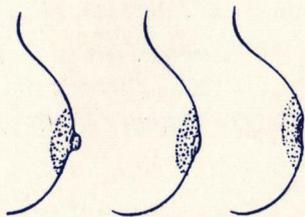
As mamas aumentam de tamanho porque estão se preparando para a produção de leite.

Para fortalecer as mamas, você pode fazer o seguinte:

* tomar banho de sol durante 15 minutos antes das 10 horas ou depois das 17 horas.

* se os mamilos são invertidos ou planos, fazer exercícios até o quinto mês e usar um sutiã com buraco no meio.

Pedir para o médico ou enfermeira examinar seus mamilos. Eles podem explicar os exercícios

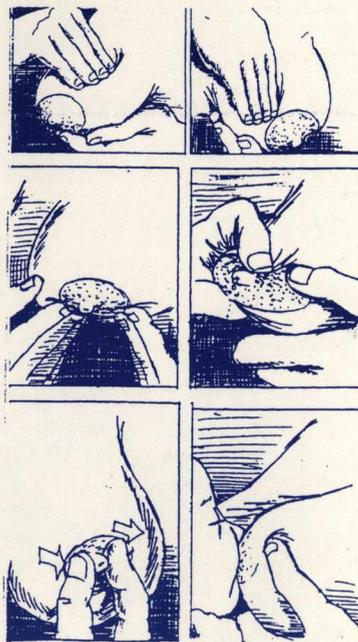


Depois do Parto:

* continuar a tomar banho de sol

* Fazer ordenha manual

- antes de dar o peito para evitar engurgimento e as rachaduras.
- após as mamadas, se o bebê não esgotou todo leite.



O TEMPO DE AMAMENTAR

O tempo de amamentar deve ser o tempo de prazer. Por isso, é importante encontrar uma boa posição para vocês.



Sentada



Deitada



Com o corpo do Bebê apoiado no braço

Para que seu bebê sugue bem, ele deve estar em posição de poder abocanhar não só o mamilo (bico do peito), maior parte da auréola (parte escura do peito), com o corpo totalmente voltado para o da mãe (barriga com barriga).

Quando a criança pega o peito corretamente, com boca bem aberta, o leite sai em quantidade suficiente, seu bebê engole tranquilamente e você não sentirá dor.

Dê de mamar à vontade, a qualquer hora e quantas vezes o seu bebê quiser. Oferece sempre os dois peito.

O bebê deve mamar no primeiro até esvaziá-lo e depois passar para o outro peito.

Na próxima mamada, comece com o peito que o bebê mamou por último. Não há necessidade de limpar o peito antes das mamadas. Basta o seu banho diário.

Não use cremes, óleos e hidratantes na região de auréola e mamilo.

