

Evolução que
TRANSFORMA

NUTRIÇÃO materno infantil Lactação e Amamentação

PROF^a PAULA UESSUGUE



Fisiologia da Lactação

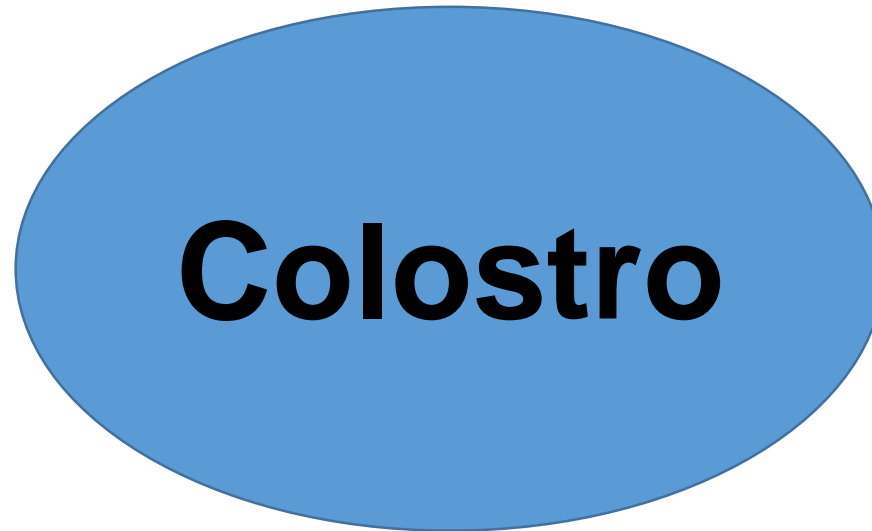
- 3º trimestre de gravidez: prolactina é secretada níveis crescente durante toda a gestação
- ✓ PROLACTINA (ADENO HIPOFISE) :síntese e secreção do leite está inibida pelo estro. e progesterona.

SÍNTESE E SECREÇÃO DO LEITE ESTÁ INIBIDA:
PROLACTINA

- ✓ OCITOCINA (NEURO HIPÓFISE): ejeção do leite (alvéolos para os mamilos), involução do útero estrogênio e progesterona



Fisiologia da Lactação



PTN e CHO
menor
GORDURA

A blue arrow pointing upwards and to the right, indicating a comparison or relationship between the text above and the "Colostro" oval.

PROLACTINA: produz leite materno (LM) após queda abrupta estrogênio e progesterona.

PROLACTINA: é capaz de estimular células glandulares a secretar o LM ao invés de colostro (2 A 3 após o parto).

Fisiologia da Lactação

FASE I
LACTOGÊNESE
E
Durante a
gestação

FASE II
LACTOGÊNESE
Logo após a
retirada da
placenta

FASE III
LACTOGÊNESE
(GALACTOPOIES
E) 3 A 4 DIAS DO
PARTO –
DESCIDA DO
LEITE

Lactação

- Produção e secreção do leite materno

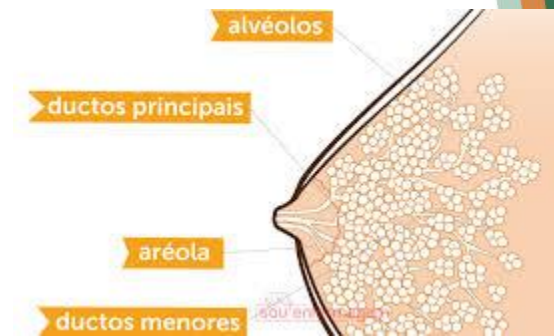


LACTAÇÃO

- Mamas (estrutura)
- Progesterona e estrógeno : inibem a secreção do leite.
- Prolactina: estimula a produção
- Há formação do colostro
- Ocitona: favorece a ejeção do leite.

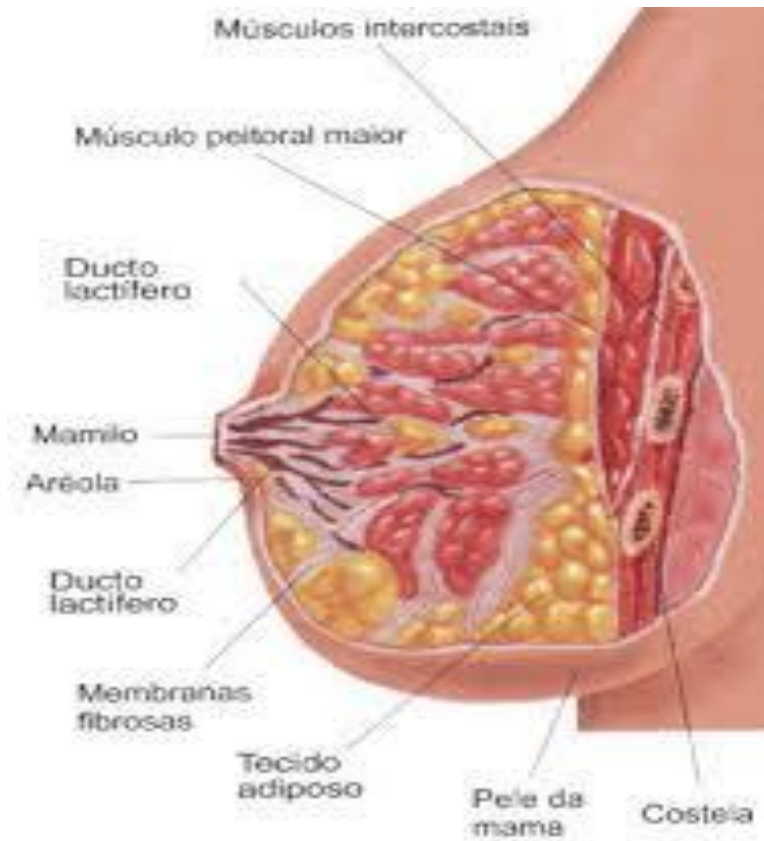


Papel do leite materno: proteção para a criança.



LACTAÇÃO

- Mamas (estruturas)



LACTAÇÃO

- PROLACTINA : ESTIMULA A PRODUÇÃO



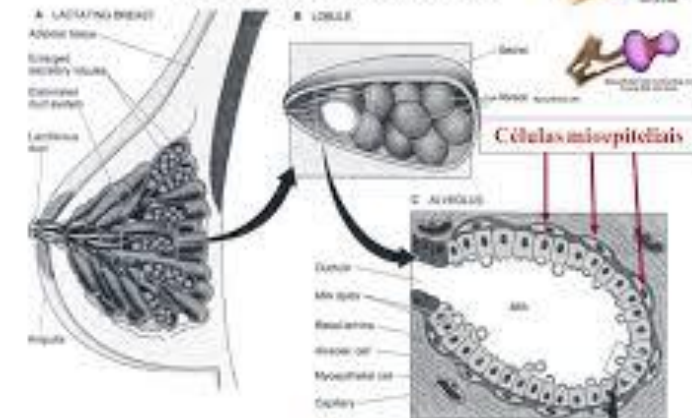
LACTAÇÃO

- Ocitocina

Impulsos sensoriais dos mamilos desencadeiam sinais neurais que promovem a secreção da ocitocina .

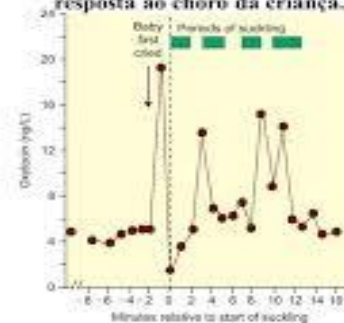
Ela é transportada do sangue para as mamas fazendo as células mioepiteliais se contraírem, transportando o leite dos alvéolos para os ductos

Ocitocina na lactação
Estimula as células mioepiteliais determinando a "alvéolos mamários e, portanto, promovendo a galacto (ou ainda a "descida") do leite



Ocitocina na lactação

Na lactante, a secreção de Ocitocina pode ser condicionada em resposta ao choro da criança.



Evolution of blood oxytocin concentrations in lactating mice that the initial rise in oxytocin preceded the initial period of suckling. P. S. M. B. A. S., H. G. B. S. L., A. M. G. S. L., M. J. S. L. et al. (1982) FORMATION OF OXYTOCIN AND Prolactin response to suckling in rats. J. 234, 25-31. Downloaded from www.physoc.org at University of Cambridge on 02/02/2015

Produção e secreção do LM

- Prolactina

Cada vez que a mãe amamenta os sinais neurais do mamilo causam pico de 10 a 20 vezes de secreção – prolactina- duração- 1 hora.

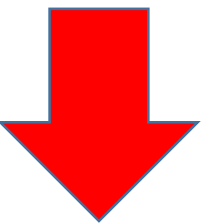
Age nas mamas mantendo as glândulas mamárias secretando leite nos alvéolos para os períodos de amamentação subsequente




Produção e secreção do LM

- Prolactina

Obs: progesterona placentária: inibe a prolactina, logo abaixa a produção

Retirada da placenta após o parto:  progesterona

 prolactina

Amamentação

• Vantagens para o bebê

**ALIMENTO
COMPLETO**

**PROTEGE CONTRA
INFECÇÕES E
ALERGIAS**

**SEMPRE PRONTO E
NA TEMPERATURA
CERTA**

AMOR E CARINHO

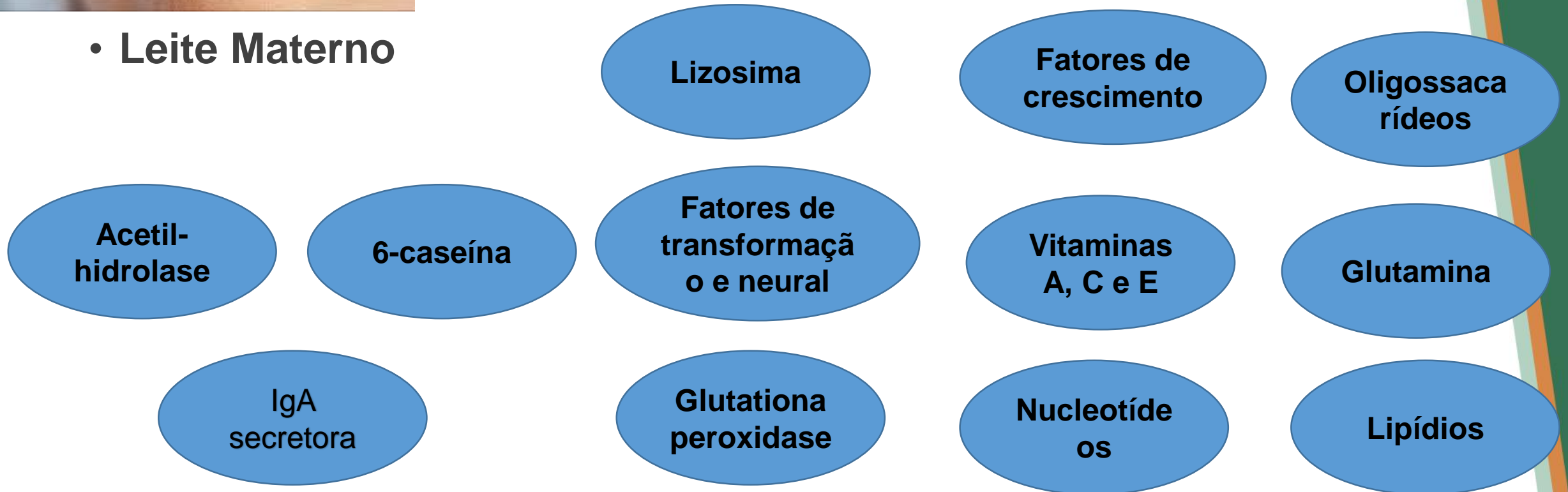
**BOM PARA
DENTIÇÃO E FALA**

**BOM PARA O
DESENVOLVIMENTO
INFANTIL**

Amamentação



• Leite Materno



Amamentação

- Vantagens para o bebê



Amamentação

- Vantagens para o bebê

A pega correta



Amamentação

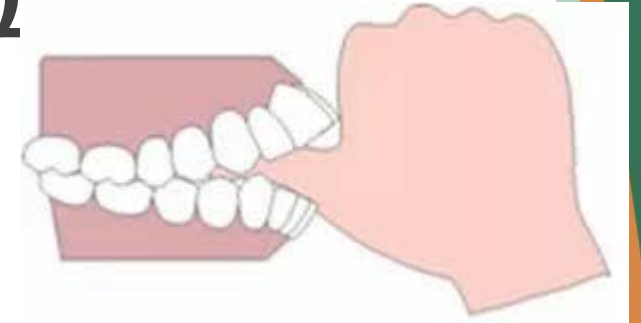
- Vantagens para a mãe, o pai e a família

- ✓ ↑ laços afetivos
- ✓ ↓ o sangramento da mãe após o parto
- ✓ Faz o útero voltar mais rápido ao normal
- ✓ Diminui os riscos de câncer de mama e ovários
- ✓ É Econômico e prático. Não precisa ser comprado

Amamentação

- Por que não usar mamadeira, chupeta, chUCA ou protetor de mamilo (bico intermediário)

- ✓ Risco de contaminar o leite
- ✓ Atrapalha o aleitamento materno
- ✓ Modificar posição dos dentes, fala e respiração prejudicada
- ✓ Mais caro e preparação dá mais trabalho
- ✓ Diminui o contato entre mãe e filho.



Amamentação



- **Não existe leite fraco**

- ✓ 1º leite = colostro (imunoglobulinas, lactoferrina, células brancas(leucócitos)
- ✓ Facilita a liberação do mecônio (efeito laxante)
- ✓ Consistência espessa amarelo ou transparente
- ✓ Diminui o risco de icterícia
- ✓ 4 a 5 dias o colostro se transforma em leite de transição
- ✓ 15 dias após o parto o leite de transição evolui para leite maduro

Amamentação

Evolução que
TRANSFORMA



- Não existe leite fraco

- ✓ Leite materno = fácil digestão
- ✓ Leite do início da mamada = defende o bebê contra infecções e mata a sede.
- ✓ Leite do final da mamada = engorda o bebê

Amamentação

COMO TORNAR
A AMAMENTAÇÃO UM
MOMENTO PRAZEROSO
PARA A MÃE E PARA O BEBÊ

- Como amamentar- posicionamento e pega

- ✓ Posição da mãe

A MÃE ESCOLHE A POSIÇÃO

- ✓ PEGA DO BEBÊ

BARRIGA DO BEBÊ ENCOSTADA NO CORPO DA MÃE



Amamentação

- Como amamentar-técnicas



✓ COMO COLOCAR O BEBÊ NO PEITO
DEIXAR QUE O PRÓPRIO BEBÊ PEGUE O PEITO.



Amamentação

- Como amamentar- quando oferecer o peito

1º) DESDE A SALA DE PARTO

2º) SEMPRE QUE O BEBÊ QUISER, DE DIA OU DE NOITE;

3º) EM CADA MAMADA, OFERECER AMBOS OS PEITOS, SE O Bebê DESEJAR. DEIXAR O BEBÊ MAMAR ATÉ SOLTAR O PEITO

Amamentação

- Como terminar a mamada

1º) DEIXAR O BEBÊ MAMAR ATÉ SOLTAR O PEITO ESPONTANEAMENTE.

2º) SE NECESSÁRIO, COLOCAR O DEDO MINDINHO NA BOCA NO BEBÊ PARA ELE SOLTAR O PEITO.

POSIÇÕES PARA ARROTAR

Amamentação

- As mamas durante a gestação

Tipos de bico

- ✓ TODOS OS TIPOS DE BICOS PERMITEM A AMAMENTAÇÃO
- ✓ CRIANÇA MAMA O PEITO E NÃO O BICO
- ✓ NÃO HÁ NECESSIDADE DO CUIDADO COM O BICO DURANTE A GESTAÇÃO

PROTUSO

PLANO

INVERTIDO



Mamilo Normal



Mamilo Plano

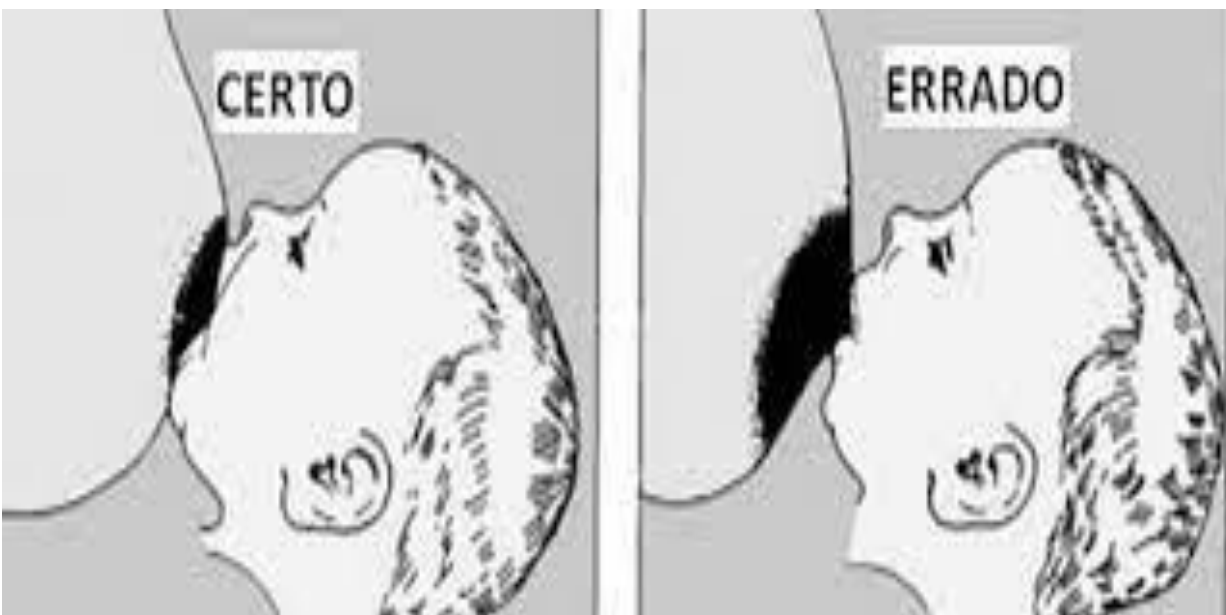


Mamilo Invertido

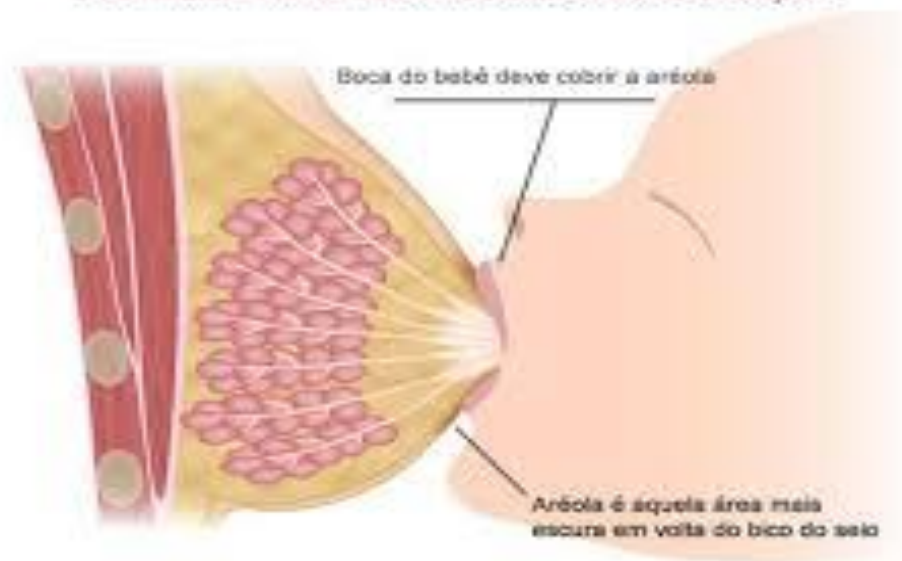
Amamentação

- Preparando a gestante para amamentar
 - ✓ NÃO USAR CREMES, POMADAS OU SABONETES NOS MAMILOS;
 - ✓ NÃO ESPREMER O PEITO DURANTE A GESTAÇÃO
 - ✓ AVALIAR SE O BICO FICA SALIENTE, NÃO TEM IMPORTÂNCIA PARA A AMAMENTAÇÃO
 - ✓ USAR SUTIÃ AJUDA NA SUSTENÇÃO DO PEITO

AMAMENTAÇÃO-”PEGA CORRETA”



Para evitar sentir dor durante a amamentação:



Quando o bebê abocanha a aréola, todo o bico do seio fica no interior da boca e não é "mordiscado", ele é apenas sugado com mínimo atrito.

Amamentação

- Retirada do leite das mamas (ordenha)

- EXTRAÇÃO MANUAL

- ✓ FACILITA A AMAMENTAÇÃO

- ✓ QUANDO O PEITO ESTIVER CHEIO OU EMPEDRADO

- ✓ PREFERIR A RETIRADA DO LEITE COM AS MÃOS

- ✓ AMAMENTAR SOMENTE O SEU FILHO

- ✓ QUANDO A MÃE É HIV POSITIVO NÃO PODE AMAMENTAR O FILHO E O SEU LEITE DEVE SER SECADO.

ARMAZENAMENTO DO LEITE MATERNO

ARMAZENAMENTO DE LEITE MATERNO

maternidade simples

CONGELADO a menos de -3°C { Por até 15 dias

REFRIGERADO a menos de 5°C { Por até 12 horas

DESCONGELAR em banho-maria { Adicione a água sem ferver, deixe o frasco na água aquecida até descongelar completamente.

Funil Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano

Amamentação

• TIPOS DE ALEITAMENTO MATERNO

- ✓ **ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO** = QD CRIANÇA RECEBE APENAS LEITE MATERNO, DIRETO DA MAMA OU ORDENHADO, OU DE OUTRA FONTE, SEM OUTRO LÍQUIDOS OU SÓLIDOS, COM EXCEÇÕES DE GOTAS OU XAROPES CONTENDO VITAMINAS, SAIS DE REIDRATAÇÃO ORAL, SUPLEMENTOS MINERAIS OU MEDICAMENTOS
- ✓ **ALEITAMENTO MATERNO PREDOMINANTE** = QD A CRIANÇA RECEBE ALEM DO LEITE MATERNO, AGUA, BEBIDAS A BASE DE AGUA (SUCOS, CHÁS, INFUSOES)
- ✓ **ALEITAMENTO MATERNO** = QD CRIANÇA RECEBE APENAS LEITE MATERNO, DIRETO DA MAMA OU ORDENHADO, INDEPENDENTE DE RECEBER OU NÃO OUTROS ALIMENTOS.

Amamentação

- **TIPOS DE ALEITAMENTO MATERNO**

- ✓ **ALEITAMENTO MATERNO COMPLEMENTADO** = QD A CRIANÇA RECEBE, ALÉM DO LEITE MATERNO, QUALQUER ALIMENTO SÓLIDO OU SEMI-SÓLIDO COM A FINALIDADE DE COMPLEMENTA-LÓ E NÃO DE SUBSTITUI-LÓ.
- ✓ **ALEITAMENTO MATERNO MISTO OU PARCIAL** = QUANDO A CRIANÇA RECEBE LEITE MATERNO E OUTROS TIPOS DE LEITE.

Amamentação

- Amamentação exclusiva

- ✓ OFERECER SOMENTE LEITE DO PEITO DURANTE OS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA
- ✓ APÓS SEIS MESES CONTINUAR COM LEITE MATERNO ATÉ 2 ANOS DE IDADE OU MAIS E INTRODUIZIR A ALIMENTAÇÃO.

Amamentação



• Problemas mais frequentes da amamentação

- ✓ FISSURAS (RACHADURAS)
- ✓ LEITE EMPEDRADO
- ✓ MASTITE E ABCESSO
- ✓ “ O LEITE ESTÁ SECANDO”.



Amamentação

- Mitos e tabus que prejudicam a amamentação

Falso

“Dar de mamar faz os peitos caírem”

“meu leite é fraco e o bebê chora com fome”

“só o meu leite não sustenta, e o bebê chora com fome”

“criança que nasceu antes do tempo ou muito pequena não pode mamar”

“se o bebê arrotar mamando, o peito pode inflamar ou o leite secar”

“Mãe que trabalha fora não pode amamentar”.

Amamentação

- a legislação brasileira protege a amamentação
- 1º) REDUÇÃO DE 1 HORA DE JORNADA DE TRABALHO PARA A AMAMENTAÇÃO
- 2º) ALOJAMENTO CONJUNTO (APÓS O PARTO, MÃE E FILHO JUNTOS NO MESMO QUARTO OU ENFERMARIA. 24 HORAS POR DIA.
- 3º) licença gestante 120 dias
- 4º) licença paternidade de 5 dias

Amamentação

- a legislação brasileira protege a amamentação

Norma brasileira para comercialização de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância, bicos, chupetas e mamadeiras.

Amamentação

Como os serviços de saúde podem apoiar a amamentação

- ✓ Implementando normas e rotinas
- ✓ Formação de grupos de gestantes e mães
- ✓ Participação da família (pré-natal, parto e pós-parto)
- ✓ Realizar acompanhamento após a alta da maternidade
- ✓ Estimular a visitas domiciliares
- ✓ Avaliar o jeito de amamentara em todos os contatos
- ✓ Monitorar o crescimento e desenvolvimento da criança

Amamentação



- **A família e a amamentação**

O que é importante?

- ✓ Participação do pai, avós
- ✓ Participação em casa, na presença de outros filhos
- ✓ Encorajar e incentivar a mãe a amamentar
- ✓ Não trazer para casa produtos que prejudiquem: leite artificial, mamadeiras chupetas
- ✓ Não fumar na presença do bebê
- ✓ Procurar o posto de saúde: dúvidas sobre a amamentação.

Amamentação

- Alimentação da nutriz
- ✓ O bebê já pode sentir os sabores e aromas dos alimentos consumidos pela mãe por meio do leite
- ✓ Necessidade energética elevada
- ✓ PERDA DE PESO NA ORDEM DE 0,5 A 1 KG AO MÊS



Amamentação



que
RMA

- Alimentação da nutriz
- ✓ MENOS INDUSTRIALIZADOS
- ✓ BOA INGESTÃO DE ÁGUA
- ✓ FRACIONAMENTO DAS REFEIÇÕES E INGESTÃO DE ALIMENTOS FONTES DE NUTRIENTES (PROTEÍNAS, CARBOIDRATOS, GORDURAS, FIBRAS, VITAMINAS, FERRO, CÁLCIO E OUTROS MINERAIS)

PRODUÇÃO DO PRIMEIRO SEMESTRE DE AMAMENTAÇÃO, = 600 A 900 ML DE LEITE POR DIA, SENDO QUE 80% DO VOLUME É COMPOSTO POR ÁGUA

Amamentação



que
RMA

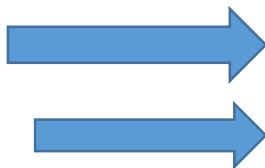
• ALIMENTAÇÃO DA MÃE X CÓLICA DO BEBÊ

- ✓ SUBSTÂNCIA CONSUMIDAS PELA MÃE EM ESPECIAL PROTEÍNAS PODEM PASSAR PARA O LEITE E DESENCADEAR QUADRO ALÉRGICOS EM BEBÊS SUCEPTIVEIS

PARECE CONTRIBUIR PARA O CASO

- ✓ CRUCÍFERAS: BROCÓLIS, REPOLHO, COUVE-FLOR
- ✓ CAFÉ, CHÁ MATE, CHOCOLATE, FRUTAS CÍTRICAS, REFRIGERANTE E LEITE DE VACA
- ✓ AEROFAGIA : DESCONFORTO ABDOMINAL PELA FORMAÇÃO DOS GASES E CONSEQUENTE CÓLICAS NO BEBÊ

CÓLICA



FISIOLÓGICO

INTERVALO PEQUENO ENTRE AS MAMADAS

Amamentação

Diferenças entre o Leite Humano, Fórmula Infantil e Leite de Vaca



Nutriente	Leite Humano	Fórmula Infantil	Leite de Vaca
Proteínas	Quantidade Adequada, Fácil de Digerir	Modificado para quantidade adequada, risco de alergia	Excesso, difícil digestão, risco de alergia
Vitaminas	Quantidade suficiente	Geralmente suplementadas	Deficiente em Vit. A e C.
Minerais	Quantidade suficiente, equilibrado	Suplementadas, parcialmente equilibradas	Excesso de alguns nutrientes, desequilibrado
Água	Fácil absorção	Difícil absorção	Difícil absorção
Fatores de proteção imunológica	Suficiente (se em AME)	Necessário oferecer	Necessário oferecer
Fatores de Crescimento	Presentes	Ausentes	Ausentes
	Presentes	Ausentes	Ausentes

Amamentação

- Referência bibliográfica
- Ministério da saúde. Caderno de atenção básica.saúde da criança.aleitamento materno e saúde complementar.2015.

