



Estimular o aleitamento materno significa, antes de tudo, evitar a mortalidade infantil. Estima-se que a amamentação pode evitar 13% das mortes de crianças com menos de cinco anos em todo o mundo, além de diminuir os riscos de alergias e doenças respiratórias, evitar a desnutrição e a obesidade infantil. A professora da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (USP) Anna Chiesa acrescenta que introduzir alimentação complementar nos primeiros meses de vida do bebê aumenta os riscos de diarreia e contribui para diminuir a produção de leite, processo que pode culminar na interrupção da amamentação.

Para a criança

» Quanto maior o tempo que a criança for amamentada, menor será a chance de ela apresentar sobrepeso. Isso ocorre graças ao desenvolvimento de mecanismos de autorregulação de ingestão de alimentos das crianças amamentadas.

» A amamentação protege contra infecção respiratória, principalmente

quando ela é exclusiva nos primeiros seis meses, e diminui

a gravidade dos episódios de infecção respiratória.

» Estudos mostram que a amamentação exclusiva nos primeiros meses de vida diminui o risco de alergia à proteína do leite de vaca, de dermatite atópica e outros tipos de alergias, incluindo asma e sibilos recorrentes.

» O esforço da criança ao sugar o leite é muito importante para o desenvolvimento adequado de sua cavidade oral, que influenciará no alinhamento da dentição.

» O desmame precoce pode levar à ruptura do desenvolvimento motor-oral adequado, podendo prejudicar as funções de mastigação, deglutição, respiração e articulação dos sons da fala, ocasionar má-oclusão dentária, respiração bucal e alteração motora-oral.

Para a mãe » Estima-se que o risco de desenvolver câncer de mama e ovário diminua 4,3% a cada 12 meses de duração de amamentação. A proteção independe de idade, etnia e presença ou não de menopausa.

» O aleitamento é um excelente método anticoncepcional nos primeiros seis meses depois do parto, com 98% de eficácia, desde que a amamentação seja exclusiva e a mãe ainda não tenha menstruado.

» Amamentar o filho ajuda a contrair o útero materno, reduzindo o risco de sangramento

intenso ou de infecções comuns no período pós-parto.

Fonte: S. plena