



## AMAMENTAÇÃO EM TODOS OS MOMENTOS. MAIS SAÚDE, CARINHO E PROTEÇÃO.

### Vantagens do aleitamento materno

#### Para a mulher:

- ✓ *facilita o estabelecimento do vínculo afetivo mãe-filho;*
- ✓ *previne as complicações hemorrágicas no pós-parto e favorece a regressão uterina ao seu tamanho normal;*
- ✓ *contribui para o retorno mais rápido ao peso pré-gestacional;*
- ✓ *é um método natural de planejamento familiar, entretanto somente antes de seis meses, quando a criança está em aleitamento materno exclusivo, em livre demanda, inclusive durante a noite, e que a mãe não tenha ainda menstruado (LAM – lactação e amenorréia como método);*
- ✓ *pode reduzir o risco de câncer de ovário e mama;*
- ✓ *e pode prevenir a osteoporose.*

#### Para a criança:

- ❖ *é o alimento completo para o lactente menor de seis meses, tanto no aspecto nutricional, como digestivo;*
- ❖ *facilita a eliminação de mecônio e diminui o risco de icterícia;*
- ❖ *protege contra infecções (especialmente diarreias e pneumonias), pela ausência do risco de contaminação e pela presença de anticorpos e de fatores anti-infecciosos;*
- ❖ *aumenta o laço afetivo mãe-filho, promovendo mais segurança ao bebê;*
- ❖ *colabora efetivamente para diminuir a taxa de desnutrição protéico-calórica e, conseqüentemente, para a diminuição dos índices de mortalidade infantil;*
- ❖ *diminui a probabilidade do desencadeamento de processos alérgicos, pelo retardo da introdução de proteínas heterólogas existentes no leite de vaca;*
- ❖ *melhor resposta às vacinações e capacidade de combater doenças mais rapidamente.*

#### Para a família e a sociedade:

- *o leite materno não custa nada;*
- *é limpo e não contém micróbios;*
- *já vem pronto e está na temperatura certa;*
- *diminui os custos de internações por problemas gastrointestinais, respiratórios e outras doenças;*
- *representa uma economia quanto ao uso de gás de cozinha, porque dispensa o aquecimento e preparo; e*
- *diminui o absenteísmo dos pais ao trabalho, uma vez que a criança se mantém mais saudável.*