

Aleitamento materno

Qualidade ouro
para a criança



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA SAÚDE



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Aleitamento materno [livro eletrônico] : qualidade ouro para a criança / [Secretaria da Saúde do Estado do Ceará ; organização Secretaria Executiva de Atenção Primária - SEAPS, Coordenadoria de Políticas da Gestão do Cuidado Integral à Saúde - COGEC ; coordenação Luciene Alice da Silva...[et al.]. -- Fortaleza, CE : Secretaria da Saúde do Estado do Ceará, 2024. -- (Instrumentos técnicos e informativos para implantação e fortalecimento das políticas de saúde do Estado do Ceará ; 6)
PDF

Outros coordenadores: Marley Carvalho Feitosa Martins, Diva de Lourdes Azevedo Fernandes, Rejane de Brito Santana Machado, Rosy Denyse Pinheiro de Oliveira, Helga Rackel Sousa Santos.
ISBN 978-85-5326-086-7

1. Aleitamento materno 2. Amamentação 3. Bebês - Nutrição 4. Leite humano 5. Recém-nascido - Nutrição
I. Secretaria Executiva de Atenção Primária - SEAPS.
II. Coordenadoria de Políticas da Gestão do Cuidado Integral à Saúde - COGEC. III. Silva, Luciene Alice da. IV. Martins, Marley Carvalho Feitosa.
V. Fernandes, Diva de Lourdes Azevedo. VI. Machado, Rejane de Brito Santana. VII. Oliveira, Rosy Denyse Pinheiro de. VIII. Santos, Helga Rackel Sousa.
IV. Série.

24-222536

CDD-649.33

Índices para catálogo sistemático:

1. Aleitamento materno : Puericultura 649.33

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

Secretária da Saúde do Estado
Tânia Mara Silva Coelho

Secretária Executiva de Atenção Primária
e Políticas de Saúde (Seaps)
Maria Vaudelice Mota

Secretário Executivo de
Vigilância em Saúde (Sevig)
Antonio Silva Lima Neto

Secretária Executiva de
Planejamento e Gestão Interna (Sepgi)
Carla Cristina Fonteles Barroso

Secretário Executivo de Atenção à Saúde
e Desenvolvimento Regional (Seade)
Lauro Vieira Perdigão Neto

Secretário Executivo Administrativo-financeiro (Seafi)
Luiz Otávio Sobreira Rocha Filho

Agradecimento especial a todos os profissionais que integram a Rede de Banco de Leite Humano do Ceará que prestam esse relevante serviço para a população, contribuindo para a redução da mortalidade infantil.

ELABORAÇÃO

Coordenadora de Políticas da Gestão do
Cuidado Integral à Saúde (Cogec/Seaps)
Luciene Alice da Silva

Assessora Técnica da Coordenadoria de
Políticas da Gestão do Cuidado Integral à
Saúde (Cogec/Seaps)
Marley Carvalho Feitosa Martins

Médica Pediatra da IBFAN (International
Baby Food Action Network)/Ceará
Diva de Lourdes Azevedo Fernandes

Médica Pediatra do Hospital Geral Dr.
César Cals
Rejane de Brito Santana Machado

Enfermeira Obstetra e Neonatal do
Hospital Geral Dr César Cals/Banco de
Leite Humano da Maternidade Escola Assis
Chateaubriand (MEAC)/QualiNEO Ceará
Rosy Denyse Pinheiro de Oliveira

COLABORAÇÃO

Secretaria Executiva de Atenção Primária e Políticas de Saúde (Seaps)

Coordenadoria de Políticas da Gestão do
Cuidado Integral à Saúde (Cogec)
Isabella Costa Martins
Isley Nayra de Lima Negromonte Barreto
Priscilla Cunha da Silva
Poliana de Queiroz Martiniano
Thalita Helena Christian Oliveira

Coordenadoria de Atenção Primária em
Saúde (Coaps)
Ana Beatriz Ferreira Pinheiro
Isabel Maria Nobre Vitorino Kayatt
Talyta Alves Chaves Lima

Coordenadoria de Política de Educação,
Trabalho e Pesquisa em Saúde (Coepts)
Maria do Socorro de Sousa

Secretaria Executiva de Atenção à Saúde e Desenvolvimento Regional (Seade)

Ana Amélia Lins Cavalcante
Ana Maria Martins Pereira
Sarah Posso Lima

Rede Estadual de Banco de Leite Humano

Hospital Infantil Albert Sabin (Hias)
Iraneide Pereira S. Valença
Erandy de Freitas Cordeiro e Souza

Hospital Geral de Fortaleza (HGF)
Ana Márcia Bustamante de Moraes
Lúcia Virginia Reis Aragão de Carvalho

Maternidade Escola Assis Chateaubriand (Meac)
Bárbara Osório Xavier Montezuma

Hospital Geral Dr. César Cals (HGCC)
Gleydiane Barroso Cavalcanti
Maria Cristina Rabelo Joca

Hospital Municipal Dr. João Elísio
de Holanda - Maracanaú/Ceará
Maria do Socorro Nogueira Sousa

Hospital Maternidade Jesus Maria José -
Quixadá/ Sertão Central
Maria Gomes Pereira Gildo

Coordenadora de Comunicação
Helga Rackel Sousa Santos

Diagramação
Iza Machado



Sumário

Apresentação	5
1. Benefícios da amamentação	7
2. Fatores de proteção à amamentação	9
3. Primeiro encontro com o bebê.....	11
1. Contato Pele a pele.....	11
2. Clampeamento do cordão umbilical	11
3. Aleitamento na primeira hora de vida.....	11
4. Produção do leite humano.....	12
5. Orientações e cuidados para amamentação segura	14
6. Algumas dificuldades enfrentadas na amamentação	17
7. Armazenamento seguro do leite.....	22
8. Doação do leite humano.....	24
9. Hora do desmame	26
Como posso saber se estamos preparados para iniciar o desmame?.....	26
Como fazer o desmame	28
10. Direitos da gestante e da lactante.....	29
11. Rede Estadual de Banco de Leite Humano	32
Anexos.....	34
Rede Estadual de Bancos de Leite Humano	34
Postos de coleta de leite humano	36
Referências.....	42

Apresentação

A Campanha “Agosto Dourado” foi criada em 1992 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em parceria com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) e simboliza a luta pelo incentivo à amamentação¹.

A cor dourada está relacionada com o padrão ouro de qualidade do leite materno, por ser o alimento mais completo para a criança se desenvolver de forma saudável até os seis meses de vida.

No Brasil, o mês de agosto foi instituído como o mês do Aleitamento Materno, por meio da Lei nº 13.435, de 12 de abril de 2017, que intensifica as ações intersetoriais de conscientização e esclarecimento sobre a importância do aleitamento materno.

No Ceará, a Secretaria da Saúde do Estado, por meio da Secretaria Executiva de Políticas de Saúde, instituiu em 2021, a Rede Estadual de Banco de Leite Humano do Ceará e o Comitê Estadual de Incentivo ao Aleitamento Materno, por meio da Portaria Nº 1043/2021.

Importante ressaltar que a amamentação ultrapassa as situações-limites do gênero e afirma que outros corpos, outras identidades também amamentam. Assim sendo, reconhecer a diversidade de gênero e sexual entre as práticas de lactação é um importante marco para justiça social e reprodutiva. Uma vez que o gestar, cuidar e amamentar não são intrínsecos às mulheres cis e podem ocorrer em famílias não cis-heteronormativas, como

na homoparentalidade feminina e na paternidade trans, sendo necessário (re)pensar a biopolítica no contexto do aleitamento.

Respeitar o direito de amamentar exige um cuidado multissetorial, multiprofissional e intersetorial, para criação de ambiente favorável para o incentivo à amamentação, o que requer compromissos, e implementação de políticas de promoção da amamentação.

Este documento é parte integrante da Série: Instrumentos técnicos e informativos para implantação e fortalecimento das Políticas de Saúde do Estado do Ceará, produzidos e organizados pela Secretaria Executiva da Atenção Primária e Políticas de Saúde (Seaps), por meio da Coordenadoria de Políticas e Gestão do Cuidado Integral à Saúde (Cogec), com o objetivo de orientar mães, pais, famílias, sobre a importância da amamentação.

Tânia Mara Silva Coelho

Secretária da Saúde do
Estado do Ceará



1

Benefícios da amamentação

O aleitamento materno traz benefícios à saúde da criança e da lactante. É um alimento completo, com os nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento da criança, além de contribuir para o fortalecimento do vínculo afetivo entre a mãe e a criança.



1.1. Benefícios para a criança²

- Promove maior contato com a mãe, maior segurança e proteção para a criança.
- Contribui para o melhor desenvolvimento da criança.
- Fortalece o sistema imunológico.
- Protege contra várias doenças: infecções digestivas e respiratórias, otite, diarreia, alergias, diabetes, sobrepeso/obesidade.
- Desenvolve os músculos da face e favorece a respiração normal pela sucção.

1.2. Benefícios para a pessoa que amamenta

- Favorece a contração do útero no pós-parto.
- Reduz o risco de hemorragia e previne a anemia.
- Fortalece os laços afetivos.
- Promove a sensação de autoconfiança.
- Maior rapidez na perda de peso pós-parto.
- Reduz os riscos de desenvolvimento de várias doenças.



2

Fatores de proteção à amamentação

Alguns fatores podem contribuir para o bem-estar na amamentação:

2.1. Bem-estar emocional

A chegada de um filho traz profundas mudanças na vida da família e exige tempo para adaptação. É importante considerar que os aspectos emocionais fazem da maternidade uma experiência única e um período de extrema sensibilidade. O bem-estar emocional de quem amamenta é fundamental para estimular os hormônios ocitocina e prolactina, responsáveis pela produção e descida do leite.

2.2. Rede de apoio

Devido à absoluta dependência do bebê no início da vida e cuidados exigidos em tempo integral, a pessoa que amamenta precisará de auxílio, bem como de se sentir cuidada e valorizada, o que evidencia a importância da rede de apoio.

2.3. Participação do pai/ companheiro(a)

A participação do pai/companheiro(a) deve ser presente em todas as etapas da vida, desde o planejamento da gravidez, pré-natal e demais períodos do ciclo de vida. Dessa forma, a lactante se sente acolhida e segura para amamentar e cuidar do bebê.

2.4. Autoconfiança

A sensação de que o corpo produz leite na quantidade necessária para o desenvolvimento da criança, deixa a lactante mais segura e autoconfiante.



3 Primeiro encontro com o bebê

A primeira hora de vida da criança, conhecida como “Hora de Ouro”, apresenta três práticas: contato pele a pele, clampeamento tardio do cordão umbilical e aleitamento na primeira hora.



1. Contato Pele a pele

Realizado imediatamente após o parto, ajuda na adaptação da criança, promove a amamentação, pois aproveita o primeiro período de alerta e o comportamento natural da criança durante a primeira hora de vida.



2. Clampeamento do cordão umbilical

O momento ideal para realizar o corte do cordão umbilical dos recém-nascidos é depois de parar as pulsações.³



3. Aleitamento na primeira hora de vida

A sucção precoce estimula a produção dos hormônios responsáveis pelo aumento da produção de leite pelo organismo. Em boas condições de nascimento, a criança deve ser colocada em contato pele a pele para facilitar a mamada na primeira hora de vida.

4

Produção do leite humano

Na amamentação, o volume de leite é produzido de acordo com a quantidade de vezes que a criança mama. A produção também pode ser estimulada por meio da retirada do excesso de leite nos intervalos das mamadas.



4.1. Livre demanda

A sucção do bebê é um estímulo para a produção do leite. Por isso a importância da “livre demanda”, isto é, amamentar o bebê toda vez que ele solicitar, sem restrições de horários e de duração das mamadas.

- Nos primeiros meses é normal que a criança mame com frequência e sem horários regulares.
- É normal uma criança em aleitamento exclusivo mamar com mais frequência devido a rápida digestão.
- O tamanho da mama não tem relação com a produção do leite, ou seja, as mamas grandes e pequenas em geral têm a capacidade de produzir o mesmo volume de leite em um dia.
- É importante observar os sinais de fome e saciedade, respeitando o ritmo da criança. Tem crianças que sugam lentamente e até dormem durante as mamadas e outras são mais vorazes. Logo, a criança irá estabelecer sua própria rotina alimentar.

4.2. Colostro: primeira imunização

O colostro é um líquido espesso e amarelado, rico em anticorpos que desempenham um papel fundamental na imunidade e desenvolvimento saudável do bebê. Geralmente, dura em torno de três a cinco dias, sendo substituído pelo leite maduro após esse período.



5 Orientações e cuidados para amamentação segura

5.1. Orientações práticas para amamentação

- Manter-se em uma posição confortável e em estado de calma.
- A criança deve estar virada para a lactante, junto ao seu corpo, apoiada e com os braços livres.
- O rosto da criança deve estar de frente para a mama, com o nariz na altura do mamilo.
- A criança deve ser colocada para sugar quando ela abrir bem a boca.
- Observar se a criança vai abocanhar a maior parte da aréola (parte escura da mama) e não apenas o mamilo. Isto facilita a amamentação e evita provocar ferimento.
- Se necessário, pode-se colocar suavemente o dedo mínimo no canto da boca da criança, ao retirá-la do peito, para que ela solte o bico do seio sem machucá-lo.
- Deixar a criança no peito até a pessoa que amamenta sentir a mama mais vazia e a criança soltar o peito.
- Ao próximo sinal de fome, oferecer a outra mama que estará mais cheia.

Quando a mama está muito cheia, a aréola pode estar tensa, endurecida, dificultando a pega. Em tais casos, recomenda-se, antes da mamada, retirar um pouco de leite.

5.2. Alimentação da pessoa que amamenta

- Consumir alimentação variada, incluindo pães e cereais (de preferência integrais), frutas, legumes, verduras, derivados do leite e carnes.
- Aumentar o consumo de água.
- Consumir com moderação café e outros produtos cafeinados.
- Alimentar-se diversas vezes ao dia, em porções pequenas, evitando alimentos industrializados, ricos em açúcar, gordura e sal.

A orientação alimentar da pessoa que amamenta deve ser feita levando-se em consideração, além das preferências e dos hábitos culturais, a acessibilidade aos alimentos.



5.3. Uso de mamadeira

- Seu uso está associado ao desmame precoce.
- Algumas crianças, depois que experimentam a mamadeira, passam a apresentar dificuldades quando vão mamar no peito, pois a sucção é diferente.

5.4. Uso de chupeta

- Crianças que usam chupetas, em geral, são amamentadas com menos frequência, o que pode comprometer o peso da criança, a produção de leite e a interrupção da amamentação.
- Não exercita os músculos e ossos da face relacionados ao posicionamento correto de língua e lábio, o que pode comprometer o formato do céu da boca da criança.

5.5. Uso de medicamentos

Não utilizar medicamento sem consultar um profissional de saúde.

5.6. Cirurgias plásticas

A prótese de silicone nos seios não interfere na capacidade de amamentação, desde que os mamilos não tenham sido removidos e que as glândulas mamárias não tenham sido retiradas, o que as práticas médicas atuais têm evitado. Entretanto, pode aumentar a chance de ingurgitamento mamário (peito empedrado).

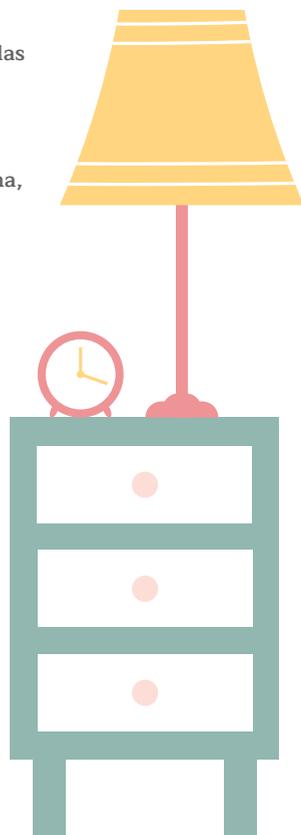
5.7. Depressão pós-parto

Pessoas em tratamento com antidepressivo não devem interromper a amamentação. No entanto, uma avaliação risco-benefício individual deve ser realizada⁴. A amamentação pode ter um efeito protetor sobre a saúde mental, pois reduz o estresse.

5.8. Contraindicações à amamentação

- Pessoas infectadas pelo HIV (vírus da Aids).
- Pessoas infectadas pelo HTLV (vírus que afeta a imunidade das pessoas).
- Uso de antineoplásicos e radiofármacos.
- Pessoas usuárias regulares de álcool e outras drogas (maconha, cocaína, crack, anfetamina e outras).
- Pessoas com doenças que causam distúrbios da consciência.
- Outras doenças que devem ser avaliadas pelo médico⁵ (FEBRASGO, 2019).

A interrupção da amamentação por qualquer motivo, como doenças da lactante ou da criança, necessariamente deve ser feita por orientação médica. É importante buscar o Banco de Leite Humano mais próximo para avaliação com a equipe de saúde.



4. Berle JO, Spigset O. Anti depressant Use During Breastf eeding. Curr Womens Health Rev. 2011 Feb; 7(1):28–34. doi: 10.2174/157340411794474784. PMID: 22299006; PMCID: PMC3267169.

5. Publicação oficial da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia Volume 47, Número 8, 2019.

6 Algumas dificuldades enfrentadas na amamentação

Alguns problemas enfrentados pelas pessoas que amamentam durante o aleitamento precisam ser precocemente identificados e tratados.

Todas as dificuldades poderão ser superadas com acompanhamento de profissionais do Banco de Leite Humano/ posto de coleta e/ou da Equipe de Saúde da Família.



Mamilo plano ou invertido



Não necessariamente impedem a amamentação, pois a criança necessita abocanhar a aréola (parte escura do peito). Com a sucção e pega correta em boa parte da aréola a amamentação se estabelece.

O que fazer:

- Realizar uma boa massagem, deixando a aréola amolecida o que facilita a pega da criança.

Ingurgitamento mamário (leite empedrado)



A mama fica excessivamente inchada, às vezes acompanhada de febre e mal estar. Pode haver áreas avermelhadas e brilhantes.

O que fazer:

- Amamentar em livre demanda, iniciar o mais cedo possível, sem uso de complementos (água, chás e outros leites);
- Massagear delicadamente as mamas com movimentos circulares, acompanhadas de ordenha mamária;
- Usar sutiã com alças largas e firmes.



Fissura nos Mamilos (Rachadura no bico do peito)



Os mamilos se apresentam doloridos e machucados.

O que fazer:

- Adequar posicionamento e pega;
- Manter os mamilos sempre secos, expondo-os ao ar livre;
- Não usar produtos que retiram a proteção natural do mamilo, como sabões, álcool ou qualquer produto secante;
- Ordenhar manualmente a aréola antes da mamada, se ela estiver ingurgitada;
- Iniciar a mamada pela mama menos afetada;
- Usar diferentes posições para amamentar.
- Passar um pouco do próprio leite em todo o bico e deixar secar naturalmente, sem tapar, pois, o leite materno é hidratante e tem tudo o que a pele precisa para cicatrizar sozinha.

Em caso de lesão mamilar muito extensa ou não conseguir amamentar por causa da dor, procurar orientação de um Banco de Leite Humano, pois pode ser necessária a interrupção temporária da amamentação na mama afetada. Neste caso, a mama deve ser esvaziada por ordenha manual e o leite oferecido à criança com o uso do copinho ou colher.

Mastite



Processo inflamatório da mama que pode progredir ou não para uma infecção bacteriana. Pode ser causada pelos fatores:

- Mamadas com horários rígidos;
- Redução súbita no número de mamadas;
- Longo período de sono da criança;
- Uso de chupetas ou mamadeiras;
- Freio de língua curto;
- Não esvaziamento completo das mamas;
- Criança com sucção fraca;
- Produção excessiva de leite;
- Separação entre lactante e criança;
- Desmame abrupto.

O que fazer:

- Realizar o esvaziamento da mama;
- Caso haja indicação médica, iniciar tratamento com antibióticos;
- Ter suporte emocional;
- Repouso da pessoa que amamenta;
- Ingerir líquidos de forma abundante;
- Iniciar a amamentação na mama não afetada;
- Usar sutiã bem firme.

Se não houver regressão dos sintomas após 48 horas do início do tratamento com antibiótico, será necessário buscar assistência em uma unidade de saúde, para eventual avaliação diagnóstica especializada. (Brasil, 2015)

Crianças com alterações na língua



Condição na qual uma pequena estrutura de ligamento, localizada abaixo da língua, restringe seus movimentos.

O que fazer:

Todos os recém-nascidos devem passar por avaliação ao nascimento com o **teste da linguinha** para verificar se possuem língua presa. Em alguns casos, é indicada a cirurgia de soltura do freio lingual o mais breve possível, para que não haja prejuízos na amamentação nem o desmame precoce.⁶

Crianças com malformações orofaciais



Alterações de desenvolvimento na face, dentre as quais fissuras labiopalatinas são as mais comuns.

O que fazer:

É importante que as crianças com malformações orais, como a fissura labiopalatina, sejam amamentadas para promover o equilíbrio da musculatura da boca e face, favorecendo o adequado desenvolvimento das estruturas orais, que estão afetadas nessas crianças. É possível desenvolver adaptações posturais a fim de compensar as alterações que comprometem a função de sucção, podendo ser necessário buscar orientações terapêuticas de equipe multiprofissional.

Nos primeiros meses, o choro é uma das principais formas de comunicação da criança, mas nem sempre significa que ele esteja com fome. Ela chora também por estar com sono, frio, calor, sentindo algum desconforto, ou simplesmente, querendo carinho e colo. O tempo e o estabelecimento de vínculo afetivo, serão aliados para a família reconhecer a linguagem sensorial da criança.

7 Armazenamento seguro do leite



A retirada e o armazenamento correto do leite humano podem ajudar a pessoa que amamenta no retorno ao trabalho ou caso precise se ausentar por qualquer outra razão. Para isso, alguns procedimentos devem ser seguidos:

7.1. Preparo do frasco

1. Separar copos de vidro para coleta e um frasco de vidro incolor, como os de vidros de café solúvel, de boca larga e com tampa plástica para armazenamento.
2. Retirar os adesivos do vidro e papelão da tampa.
3. Lavar bem o frasco com água e sabão, ferver a tampa e o frasco por 15 minutos, contando o tempo a partir do início da fervura.
4. Colocar o frasco e a tampa para secar com a boca para baixo em um pano limpo, não enxugar com pano. Fechar bem o frasco, depois de seco.





7.2. Extração do leite

1. Procurar um local tranquilo para extrair o leite.
2. Retirar anéis, pulseiras e relógio.
3. Prender os cabelos e usar touca ou um lenço limpo na cabeça.
4. Usar máscara ou lenço na boca e evitar falar, espirrar ou tossir enquanto estiver ordenhando o leite.
5. Lavar as mãos e antebraços até a altura do cotovelo com água e sabão e secar com toalha limpa.
6. Limpar as unhas com sabão e água corrente.
7. Para a higiene das mamas utilizar somente água e não secar.
8. Fechar a torneira com a própria toalha.
9. Estar relaxada, em posição confortável.
10. Pensar na criança pode auxiliar na ejeção do leite.
11. Massagear as mamas com movimentos circulares no sentido aréola (parte escura ao redor do mamilo) - tórax (costelas).
12. Com os dedos da mão em forma de “C”, colocar o polegar na aréola acima do mamilo e o dedo indicador abaixo do mamilo na transição aréola mama, em oposição ao polegar, sustentando o seio com os outros dedos.
13. Desprezar os primeiros jatos de leite para reduzir a contaminação do leite ordenhado.
14. Posicionar um copo previamente higienizado e de uso exclusivo, abaixo da aréola.
15. Ao finalizar, transferir o leite coletado para os frascos de vidro (com boca larga e tampa plástica).
16. Não preencher toda a capacidade do frasco, deixar sempre dois dedos abaixo da borda.
17. Fechar o frasco, identificar com o nome e a data da primeira coleta e colocar imediatamente no freezer ou no congelador.

Armazenamento do leite materno

Na geladeira

Por até 12 horas

Não conservar na porta da geladeira.

No freezer

Por até 15 dias

Após o leite descongelado, não recongelar.

Para mais informações, procure um Banco de Leite Humano ou Posto de Coleta.

8 Doação do leite humano

Toda lactante é uma possível doadora de leite humano, desde que seja saudável e não faça uso de produtos que interfiram na amamentação.

Para realizar a doação, é necessário entrar em contato com um Banco de Leite Humano ou algum Posto de Coleta de Leite Humano, realizar o cadastro e enviar a cópia dos exames solicitados.

O leite é destinado a recém-nascidos prematuros, com baixo peso ou gravemente doentes. Por isso, é preciso seguir instruções sobre preparo, cuidados de higiene pessoal antes de iniciar a coleta e armazenamento.

8.1. Quem pode doar leite humano

- Pessoa que amamenta e que está saudável.
- Pessoa que produz leite acima da necessidade de seu filho e que queira doar este excedente.
- Pessoa que está de luto pela perda de seu filho, desde que seja respeitada a sua vontade e liberdade de escolha.



8.2. Critérios que impedem a doação de leite humano

- Uso de drogas ilícitas e de medicamentos incompatíveis com a amamentação.
- Além de algumas doenças que impedem a doação.

RECOMENDA-SE: Informar ao Banco de Leite Humano, em até 7 dias após a primeira coleta, para realizar a busca em domicílio do leite humano ordenado.



9 Hora do desmame

Assim como amamentar, decidir parar é um processo que necessita tempo, não acontece do dia para a noite. Depende de como lactante e criança se sentem em relação a si mesmos, ao ambiente e ao vínculo formado entre ambos. Pode ocorrer da criança, por si mesma, decidir não mamar mais.

Como posso saber se estamos preparados para iniciar o desmame?

1. Observe seus sentimentos:

- Você já não sente mais vontade de amamentar?
- Sente irritação quando a criança pede o peito?
- Sente prazer ao amamentar?



2. Observe sinais na criança:

- É maior que um ano de idade?
- Apresenta desinteresse nas mamadas?
- Aceita alimentos variados?
- A criança se sente segura no vínculo com a pessoa que amamenta?
- Aceita ser acalmada de outras formas?
- Aceita não ser amamentada em ocasiões e locais diferentes?
- Às vezes dorme sem mamar no peito?
- Se mostra menos angustiada quando você informa que naquele momento não vai amamentá-la?
- Às vezes, escolhe brincar ou fazer outra atividade em vez de mamar?

Por que observar esses sinais é tão importante?

Se estiverem presentes, significa que a criança adquiriu habilidades fundamentais para compreender melhor essa fase sem ansiedade e traumas, e você está emocionalmente preparada para fechar esse ciclo da sua vida. Se ainda tem dúvida de que chegou a hora do desmame, melhor esperar e desmamar gradualmente.



Como fazer o desmame

- Planejar o desmame: propor horários, combinar os locais para amamentar, propor uma data para o dia final (caso a criança seja maior).
- Compartilhar com os familiares envolvidos as atividades para participação no processo do desmame.
- Estabelecer uma rotina visual (tipo um mapa) com as atividades do dia como: hora da leitura, da brincadeira, da alimentação etc.
- Dispor de mais tempo com a criança ajuda você a identificar as necessidades do momento e atendê-las sem que ela necessite pedir o peito.

Ao término da amamentação, a pessoa que amamenta precisa reorganizar suas emoções e sua nova rotina, por isso deve ser vivenciado com muito amor e afeto.

Fatores que facilitam o processo do desmame:

- Segurança quanto a decisão sobre o desmame.
- Compreender que o processo pode ser lento e demanda tempo, dedicação e energia.
- Respeitar o seu tempo e o tempo da criança com paciência.

Se no momento está acontecendo alguma mudança que afete física e emocionalmente a lactante, o filho e a família, como por exemplo desfralde, separações, mudanças de residência, criança doente, mudança ou adaptação da escola, sugere-se que o desmame seja adiado para outro momento.



10 **Direitos da gestante e da lactante**

É muito importante que as pessoas que amamentam e seus familiares recebam informações para assegurar e respeitar os direitos de proteção ao aleitamento.

Acompanhamento pré-natal – Lei nº 9.263, de 12 de janeiro de 1996

Determina que as instâncias do Sistema Único de Saúde (SUS) têm obrigação de garantir, em toda a sua rede de serviços, atenção integral à saúde, em todos os seus ciclos vitais, que inclua, como atividades básicas, a assistência à concepção e contracepção, o atendimento pré-natal e a assistência ao parto, ao puerpério e ao neonato.

Ampliação da assistência à gestante e à mãe no período da gravidez, do pré-natal e do puerpério – Lei n.º 14.721, de 8 de novembro de 2023

A lei obriga hospitais e estabelecimentos de saúde, públicos ou privados, a desenvolverem atividades de conscientização sobre a saúde mental de gestantes. Um parágrafo define que “a assistência psicológica à gestante, a parturiente e à puérpera deve ser indicada após avaliação do profissional de saúde no pré-natal e no puerpério, com encaminhamento de acordo com o prognóstico”.

Vinculação à maternidade – Lei n.º 11.634, de 27 de dezembro de 2007

Determina que toda gestante assistida pelo SUS tem direito de conhecer antecipadamente a maternidade na qual será realizado seu parto e a maternidade na qual ela será atendida nos casos de intercorrência pré-natal.

Acompanhante – Lei n.º 11.108, 7 de abril de 2005

Garante que a gestante tenha o direito de indicar um acompanhante durante todo o período de trabalho de parto, parto e pós-parto imediato.

Licença-maternidade – Lei n.º 13.467, de julho de 2017

A CLT - Consolidação das Leis do Trabalho afirma no Art. 392 o seguinte: “a empregada gestante tem direito à licença-maternidade de 120 (cento e vinte) dias, sem prejuízo do emprego e do salário”.

Programa Empresa Cidadã e Órgãos Públicos – Lei n.º 13.257, de 2016

Garante à empregada a prorrogação da licença-maternidade por mais 60 dias, totalizando 180 dias. Ao empregado em licença-paternidade, esta prorrogação será de 15 dias, além dos cinco já estabelecidos (Lei n.º 11.770/2008).

Intervalos para amamentação – Lei n.º 13.872/2019. Art. 396 CLT

Para amamentar o bebê, a pessoa que amamenta terá direito, durante a jornada de trabalho, a dois descansos especiais de meia hora cada um, até que este complete seis meses de idade, além dos intervalos normais para repouso e alimentação (Art.396). O direito de amamentar é garantido aos adotantes ou que estiverem no processo de adoção, desde que já tenha sido deferida a guarda provisória.

Art. 400 da CLT enumera os locais considerados apropriados à guarda dos filhos das pessoas empregadas: “os locais destinados à guarda dos filhos das operárias, durante o período da amamentação, deverão possuir, no mínimo, um berçário, uma sala de amamentação, uma cozinha dietética e uma instalação sanitária”.

Descumprimento do direito de intervalo para a pessoa que amamenta o filho:

se não forem concedidos os descansos legais previstos, a jurisprudência entende que são devidas horas extras do período. Dessa forma, além do intervalo suprimido de uma hora diária em hora extra, é devido adicional de hora extra e seus reflexos, conforme aplicação por analogia dos efeitos previstos no artigo 71, §4º, da CLT e na Súmula 343 do Tribunal Superior do Trabalho.

Amamentação durante realização de concursos públicos – Lei nº 13.872, de 17 de setembro de 2019

A Lei estabelece o direito das pessoas amamentarem seus filhos durante a realização de concursos públicos na administração pública direta e indireta dos Poderes da União.

Gestantes e lactantes em atividades insalubres – Lei 13.467, de 13 de julho de 2017

É direito da pessoa gestante ou lactante ser afastada, enquanto durar a gestação ou o período de amamentação, de quaisquer atividades ou operações em locais insalubres, independentemente do grau de insalubridade, devendo ser realocada a atividades que não sejam capazes de interferir em sua saúde integral e de seu filho.

11 Rede Estadual de Banco de Leite Humano

Banco de Leite Humano (BLH) é um serviço especializado que apresenta como missão incentivar, proteger e promover a amamentação. É responsável pela execução das atividades de coleta, seleção, classificação, processamento e controle de qualidade do leite humano doado, para posterior distribuição às unidades neonatais, além de realizar orientações e apoio à amamentação.

11.1. Rede de Bancos de Leite Humano do Ceará (rBLH-CE)

A Secretaria da Saúde do Estado instituiu, em 2021, a Rede de Banco de Leite Humano do Ceará e o Comitê Estadual de Incentivo ao Aleitamento Materno, por meio da Portaria N° 1043/2021.

11.2. Atividades dos Bancos de Leite Humano

- Assistência às gestantes, puérperas e lactantes com dificuldades na amamentação.
- Campanhas de doação de leite humano.
- Campanhas de doação de frascos para armazenamento de leite humano.
- Orientações de extração, coleta e armazenamento do leite ordenhado em domicílio.
- Realização de visitas domiciliares facilitando a busca da doação de leite humano.
- Processamento e controle da qualidade do leite humano coletado e armazenado.

- Armazenamento de Leite Humano Pasteurizado (LHP) até a sua distribuição.
- Educação em Saúde para profissionais, gestantes e lactantes.
- Distribuição de LHP às unidades neonatais.

11.3. Postos de Coleta de Leite Humano

Os Postos de Coleta de Leite Humano (PCLH) são unidades vinculadas técnica administrativamente a um Banco de Leite Humano.

Apresentam como objetivos desenvolver atividades de promoção, proteção e apoio à amamentação, além de executar atividades de coleta e estocagem da produção láctea da lactante para posterior encaminhamento ao Banco de Leite Humano, para processamento e controle de qualidade.

11.4. Atividades dos Postos de Coleta de Leite Humano

- Assistência à gestante, puérpera e lactante na prática do aleitamento.
- Campanhas de doação de leite humano.
- Campanhas de doação de frascos para armazenamento de leite humano.
- Realização de visitas domiciliares facilitando a busca da doação de leite humano.
- Incentivo e sensibilização acerca da doação do leite humano.
- Orientar sobre extração, coleta e armazenamento do leite humano ordenhado em domicílio.
- Coleta, armazena e encaminha o leite humano extraído para o Banco de Leite Humano (BLH) ao qual está vinculado.
- Manutenção de cuidados na utilização do leite humano ordenhado cru (LHOC) e do leite humano ordenhado pasteurizado (LHOP).

Anexos

Rede Estadual de Bancos de Leite Humano

Município	Estabelecimentos de saúde
Fortaleza	Banco de Leite Humano do Hospital Geral Dr. César Cals – HGCC Telefone: 0800 2865678 e (85) 99421-9941 Av. Imperador, 545 – Centro CEP: 60015-052
Fortaleza	Banco de Leite Humano da Maternidade Escola Assis Chateaubriand Telefone: (85) 3366-8509 e (85) 99229-3340 Rua Papi Júnior S/N – Rodolfo Teófilo CEP: 60430-235
Fortaleza	Banco de Leite Humano do Hospital Geral De Fortaleza – HGF Unidade Ambulatorial Régis Jucá, 2º andar, ilha 12 Telefone: (85) 3457-9155 Entrada pelo ambulatório: Rua André Dall’Olio S/N Entrada principal: Rua Ávila Goulart N° 900 CEP: 60150-160
Fortaleza	Banco de Leite Humano do Hospital Infantil Albert Sabin – Hias Telefone: (85) 3101-4189 e 0800 2804169 Rua Tertuliano Sales, 595 – Vila União CEP: 60410-790

Rede Estadual de Bancos de Leite Humano

Município	Estabelecimentos de saúde
Maracanaú	Banco de Leite Humano do Hospital Municipal Dr. João Elísio De Holanda Telefone: (85) 3521-5545, 08002751012 e (85) 98166-6732 Rua João Alencar S/N - Centro CEP: 61900-000
Sobral	Banco de Leite Humano do Hospital Regional Norte - HRN Telefone: (88) 3677 9525 Av. John Sanford, 1505 - Dr. José Euclides Ferreira CEP: 62030-340
Quixadá	Banco de Leite Humano do Hospital Maternidade Jesus Maria José Telefone: (88) 3412.0681 Rua Francisco Almeida Pinheiro, 2268 - Planalto Universitário CEP: 63902-125
Juazeiro do Norte	Banco de Leite Humano do Hospital e Maternidade São Lucas Rua São Benedito, 243 - São Miguel CEP: 63020-080 Telefone: (88) 2131-5035
Barbalha	Banco de Leite Humano do Hospital Maternidade São Vicente de Paulo Telefone: (88) 3533.7100 Av. Coronel João Coelho, 299 - Centro CEP: 63180-000

Postos de coleta de leite humano

Município	Posto de Coleta
Aracati	<p>Sistema de S. V. M. Naseau – Hospital e Maternidade Santa Luiza de Marilac</p> <p>Rua Cônego João Paulo, 1.026 CEP: 62800-000 Telefone: (88) 3421-1007</p>
Baturité	<p>PCLH do Hospital e Maternidade José Pinto do Carmo</p> <p>Rua Nossa Senhora de Palma, 1.264 – Centro CEP: 62760-000 Telefone: (85) 3347-1124</p>
Eusébio	<p>Posto de Coleta de Leite Humano do Hospital Municipal Dr. Amadeu Sá-CE</p> <p>Rua Carmelita Rebouças, 508 – Tamatanduba CEP: 61.760-00 Telefone: (85) 3260-1327</p>
Canindé	<p>PCLH da Sociedade Hospitalar São Francisco De Canindé</p> <p>Praça Frei Aurélio, 1.397 – Centro CEP: 62700-000 Telefone: (85) 3343-2110</p>
Fortaleza	<p>PCLH Hospital Distrital Gonzaga Mota Barra do Ceará</p> <p>Av. Dom Aloísio Lorscheider, 1.130 – Barra do Ceará – CEP: 60347-780 Telefone: (85) 3452-2409</p>
Fortaleza	<p>Posto de Coleta de Leite Humano do Hospital Regional Unimed – Fortaleza</p> <p>Av. Almirante Maximiniano da Fonseca, 44 – Engenheiro Luciano Cavalcante CEP: 60811-020 Telefone: (85) 99177-7296 e (85) 3277-6489</p>

Postos de coleta de leite humano

Município	Estabelecimentos de saúde
Fortaleza	Posto de Coleta de Leite Humano Hospital Nossa Senhora da Conceição Rua 1018, 148 – Conjunto Ceará CEP: 60532-690 Telefone: (85) 4042-6750
Fortaleza	Sociedade Beneficente São Camilo – Hospital Cura D’ars Rua Costa Barros, 833 – Centro CEP: 60160-280 Telefone: (85) 3464-7037 e (85) 3464-7142
Fortaleza	Hospital Distrital Gonzaga Mota José Walter Av. D, 440 – José Walter CEP: 60750-030 Telefone: (85) 3452-9399
Fortaleza	Posto de Saúde Dr. Francisco Monteiro Chico Passeata Av. dos Eucaliptos, S/N – Dendê CEP: 60810-670
Fortaleza	Posto de Saúde Gothardo Peixoto Figueiredo Lima Rua Irmã Bazet – Damas CEP: 60410-222 Telefone: (85) 3433-5084
Fortaleza	Posto de Saúde Meton Alencar Rua Padre Perdígão Sampaio, 820 – Antônio Bezerra CEP: 60527-450 Telefone: (85) 3488-3271

Postos de coleta de leite humano

Município	Posto de Coleta
Fortaleza	Posto de Saúde Cassimiro Lima Filho Av. Francisco Sá, 6449 - Barra do Ceará CEP: 60346-164 Telefone: (85) 3452-5876
Fortaleza	Posto de Saúde Dom Aloísio Lorscheider Rua Betel, 1.895 - Itaperi CEP: 60714-315 Telefone: (85) 3131-1945
Fortaleza	Posto de Saúde Dr. Licínio Nunes de Miranda Posto Coleta: Rua 6, 212 - Quintino Cunha CEP: 60351-760 Telefone: (85) 3452-6940
Fortaleza	Posto de Saúde Jurandir Picanço Rua Duas Nações, 00 - Granja Portugal CEP: 60545-241 Telefone: (85) 3452-2480
Fortaleza	Posto de Saúde Luis Franklin Pereira Rua Alexandre Vieira, 000 - Coaçu CEP: 60871-750 Telefone: (85) 3433-5969
Fortaleza	Sociedade de Assistência e Proteção à Infância de Fortaleza-SOPAI Av. Francisco Sá, 5036 - Carlito Pamplona CEP: 60310-002 Telefone: (85) 4005-0707

Postos de coleta de leite humano

Município	Estabelecimentos de saúde
Fortaleza	UAPS Oliveira Pombo Travessa Rio Grande do Sul, 000 - Jardim Guanabara CEP: 60440-805 Telefone: (85) 3482-2856
Fortaleza	UAPS Virgílio Távora- Secretaria de Saúde de Fortaleza Av. Monsenhor Hélio Campos, S/N - Cristo Redentor CEP: 60336-30 Telefone: (85) 3286-2219
Fortaleza	PCLH do Hospital e Maternidade do Hapvida Eugênia Pinheiro Heraclito Graça , 500 - Centro CEP: 60140-060 Telefone: (85) 40023633
Fortaleza	PCLH do Hospital e Maternidade José Martiniano de Alencar Rua Princesa Isabel, 1526 Centro CEP: 60015-061 Telefone: (85) 3101-4976
Fortaleza	Posto de Coleta de Leite Humano Aída Santos Av. Trajano de Medeiros, 813 - Vicente Pinzon CEP: 60132-080 Telefone: (85) 3433-273
Fortaleza	Posto de Coleta do Hospital Gênesis Av. Santos Dumont, 1.168 - Aldeota CEP: 60150-160 Telefone: (85) 4011-0100

Postos de coleta de leite humano

Município	Posto de Coleta
Fortaleza	PCLH do Hospital e Maternidade Zilda Arns Rua George Rocha, 50 - Demócrito Rocha CEP: 60520-100 Telefone: (85) 99836-0172 e (85) 3233-3896
Fortaleza	PCLH do Hospital Geral Dr. Waldemar Alcântara Rua Pergentino Maia, 1.559 - Messejana CEP: 60864-040 Telefone: (85) 3216-8300
Cascavel	PCLH Hospital e Maternidade Nossa Senhora das Graças Cascavel Rua Bia Coelho, 2.205 - Centro CEP: 62850-000 Telefone: (85) 3334-1475
Horizonte	PCLH do Hospital Maternidade Venâncio Raimundo Venâncio de Sousa Rua Maria Luiza Noronha, 45 - Zumbi CEP: 62880-000 Telefone: (85) 3336-1544
Pacajus	Hospital José Maria Philomeno Gomoês Rua Joaquim Nogueira Lopes, 463 - Centro CEP: 62870-000 Telefone: (85) 9230-5889

Postos de coleta de leite humano

Município	Estabelecimentos de saúde
Itapipoca	PCLH do Hospital e Maternidade São Vicente De Paulo São Camilo Rua Urbano Teixeira de Menezes, 01 - Fazendinha CEP: 62500-000 Telefone: (88) 3631-5158
Sobral	PCLH da Santa Casa de Misericórdia de Sobral Rua Antônio Crisóstomo de Melo, 919 - Centro CEP: 62010-550 Telefone: (88) 3112-0400
Crateús	Posto de Coleta Hospital São Lucas Rua Ubaldino Souto Maior, 1052, 1052 - Centro CEP: 63700-200 Telefone: (88) 3691-2019
Quixeramobim	Posto de Coleta de Leite Humano do Hospital Regional do Sertão Central Rodovia - CE 060 Km 198 - Estrada do Algodão CEP: 63800-000 Telefone: (88) 3406-1300
Tianguá	Hospital e Maternidade Madalena Nunes Rua Assembléia de Deus - Centro CEP: 62320-029 Telefone: (88) 3671-2100

Referências

Brasil. Banco de leite humano: funcionamento, prevenção e controle de riscos/ Agência Nacional de Vigilância Sanitária. – Brasília: Anvisa, 2008. 160 p.

_____. Além da sobrevivência: práticas integradas de atenção ao parto, benéficas para a nutrição e a saúde de mães e crianças / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. – 1. ed., 1. reimp. – Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 50p: il. ISBN 978-85-334-1774-

_____. Guia para implantação de salas de apoio à amamentação para a mulher trabalhadora / Ministério da Saúde, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.16 p. : il.ISBN 978-85-334-2281-0

_____. Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 28 p. : il.

_____. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 184 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23)

_____. Bases para a discussão da Política Nacional de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

_____. Atenção humanizada ao recém-nascido: Método Canguru: manual técnico / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – 3. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2017. 340 p.: il.

_____. Presidência da República. Lei nº 13.435, de 12 de abril de 2017. Institui o mês de agosto como o Mês do Aleitamento Materno. Brasília, 2017. Disponí-

vel em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/L13435.htm>.

____. rBLH. Rede Global de Bancos de Leite Humano. Como coletar o leite humano para doação. Ministério da Saúde. Disponível em: <<https://rblh.fiocruz.br/doacao-de-leite-humano-O>>. Acesso em: 15 ago 2021.

BERLE JO, SPIGSET O. Antidepressant Use During Breastfeeding. *Curr Womens Health Rev.* 2011 Feb;7(1):28-34. doi: 10.2174/157340411794474784. PMID: 22299006; PMCID: PMC3267169.

FIGUEIREDO, B., Dias, C. C., Brandão, S., Canário, C., & Nunes-Costa, R..Ama-
mentação e depressão pós-parto: revisão do estado de arte. *Jornal De Pediatria*,
89(4), 332-338. <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2012.12.002> , 2013.

GIUGLIANI ERJ. Problemas comuns na lactação e seu manejo. *J Pediatr (Rio J)*.
2004; 80 (Supl. 5): S14

KLAUS & KENNEL. Pais/ Bebês - A Formação do Apego. Pais/ Bebês - A Formação
do Apego. Artes Médicas. Porto Alegre, 1993.

MALDONADO, Maria Tereza P. Psicologia da Gravidez, Parto e Puerpério Psicolo-
gia da Gravidez, Parto e Puerpério, Ed. Vozes, Petrópolis, 1991.

NASCIMENTO, V.C., et.al. Associação entre as orientações pré-natais em alei-
tamento materno e a satisfação como apoio para amamentar. *Rev. Bras. Saúde
Matern. Infant.*, Recife, 13 (2): 147-159 abr. / jun., 2013.

VICTORA, C. G. et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mecha-
nisms, and lifelong effect. *The Lancet*, [S.l.], v. 387, n. 10017, p. 475-489, 2016.

WINNICOT, D.W. O bebê e suas mães. Editora Martins Fontes. São Paulo:2002.



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA SAÚDE

www.saude.ce.gov.br

@saudeceara     