



UNILAB



AGOSTO
DOURADO

MÊS DO
INCENTIVO AO
ALEITAMENTO
MATERNO



O QUE É O AGOSTO DOURADO?

O Agosto Dourado é o mês dedicado à promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno. A cor dourada representa a qualidade do leite materno, considerado um alimento de padrão ouro para o bebê.

No Brasil, o mês de agosto foi instituído **oficialmente pela Lei no 13.435, de 12 de abril de 2017**, que também prevê a realização de palestras, eventos, ações educativas e divulgação sobre a importância da amamentação.



POR QUE O LEITE MATERNO É TÃO IMPORTANTE?

O leite materno oferece os nutrientes necessários para o bebê nos primeiros meses de vida e contém componentes que contribuem para sua proteção contra diversas infecções e doenças.

A recomendação é:

- Aleitamento materno exclusivo até os 6 meses, sem oferecer água, chás, sucos ou outros alimentos;
- A partir dos 6 meses, iniciar a alimentação complementar adequada e saudável;
- Continuar amamentando até os 2 anos ou mais.



BENEFÍCIOS PARA **O BEBÊ**

A amamentação:

- Contribui para o crescimento e desenvolvimento adequado;
- Ajuda na proteção contra infecções, como diarreia e doenças respiratórias;
- Contribui para o desenvolvimento saudável;
- Está associada a menor risco de sobrepeso e obesidade;
- Fortalece o vínculo entre mãe e bebê.





BENEFÍCIOS PARA **A MÃE**

A amamentação também traz benefícios para a saúde materna. Está associada à redução do risco de câncer de mama e de ovário, além de contribuir para o vínculo afetivo entre mãe e bebê.

O PAPEL DA ENFERMAGEM E DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Os profissionais de saúde desempenham papel fundamental na promoção e proteção do aleitamento materno, especialmente por meio de:

- Orientação sobre pega e posicionamento;
- Escuta qualificada das dificuldades da mãe;
- Identificação e manejo de dificuldades relacionadas à amamentação;
- Orientação para manutenção do aleitamento;
- Incentivo ao apoio familiar e à criação de uma rede de suporte;
- Encaminhamento para serviços especializados quando necessário.



COMO A FAMÍLIA **E A SOCIEDADE** **PODEM APOIAR?**

Amamentar não deve ser uma responsabilidade apenas da mãe. Toda a rede de apoio pode contribuir.

- **Respeite o tempo e o ritmo da mãe e do bebê;**
- **Evite julgamentos e cobranças;**
- **Ajude nas tarefas domésticas;**
- **Ofereça apoio emocional;**
- **Incentive ambientes favoráveis à amamentação;**
- **Apoie a mulher no retorno às atividades profissionais;**
- **Valorize e respeite o direito de amamentar.**

AMAMENTAÇÃO E RETORNO ÀS ATIVIDADES APÓS A LICENÇA- MATERNIDADE OU REGIME ESPECIAL?

O retorno ao trabalho, à escola ou à faculdade não precisa significar o fim da amamentação. Com planejamento, informação e o apoio da família, dos profissionais de saúde e do ambiente de trabalho ou estudo, é possível encontrar estratégias que contribuam para a continuidade do aleitamento materno.

O Ministério da Saúde orienta sobre a retirada, armazenamento e oferta do leite materno, além da importância de uma rede de apoio nesse período.



ALIMENTAÇÃO APÓS OS 6 MESES

A partir dos 6 meses, além do leite materno, a criança deve receber alimentos adequados e saudáveis.

O Ministério da Saúde recomenda priorizar alimentos in natura ou minimamente processados, oferecer água própria para consumo e evitar açúcar e alimentos ultraprocessados nos primeiros anos de vida.





UNILAB

ONDE BUSCAR APOIO PARA A AMAMENTAÇÃO EM SÃO FRANCISCO DO CONDE E NOS MUNICÍPIOS CIRCUNVIZINHOS?

- Unidades Básicas de Saúde (UBS);
- Bancos de Leite Humano;
- Grupos de apoio à amamentação;
- Enfermeiros, médicos e outros profissionais de saúde;
- Serviços de referência em aleitamento materno.



**Amamentar é um ato de amor, proteção, cuidado
e promoção da saúde para toda a vida**

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei no 13.435, de 12 de abril de 2017. Institui o mês de agosto como o Mês do Aleitamento Materno. Planalto – Lei no 13.435/2017

BRASIL. Ministério da Saúde. Amamentação. Recomendações sobre aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e continuidade até 2 anos ou mais.

BRASIL. Ministério da Saúde. Alimentação saudável – crianças menores de dois anos. Ministério da Saúde – Alimentação saudável.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos.

