

ninguém deve impor limite de idade ou de quantidade a ser consumida. Especialistas afirmam que a melhor maneira de amamentar é por livre demanda, deixando à vontade para buscar o peito da mãe sempre que quiser.

Gerente de Nutrição e responsável técnica do Banco de Leite do Hospital Geral de Pedreira (zona sul), Marlla Natine Colalilo afirma que o leite ajuda a prevenir o surgimento de uma série de doenças, mas não apenas isso. “A amamentação inclusive cria vínculo afetivo com a mãe. É o alimento perfeito para os prematuros e suas necessidades, pois a mãe produz o leite que seu bebê precisa”, diz.

Segundo Marlla, não se deve limitar o acesso da criança ao peito. “A quantidade ideal [de leite] é o próprio bebê quem define, com a amamentação em livre demanda. Ele mama sem horário e quantidade pré-definidos, ou seja, até que esteja satisfeito”, afirma.



Leite materno é essencial para o bom desenvolvimento do bebê - Wilson Dias/Agência Brasil

A especialista também explica que não há limite máximo de idade. “O leite materno deve ser o alimento exclusivo do bebê até, no mínimo, os 6 meses de idade, podendo continuar até dois anos ou mais. Não existe limite, quem define é a mãe”, explica.

A responsável pelo banco de leite afirma, também, que a amamentação ajuda a própria mãe. “Fisicamente seria o regresso ao peso [anterior à gravidez] mais rápido e prevenir patologias como câncer de mama e ovário. Psicologicamente, aumento de autoconfiança e reforço do vínculo entre mãe e filho”, diz.

Membro da Sociedade Americana de Pediatria, Nelson Douglas Ejzenbaum resalta também a importância do leite no combate a um dos piores males para recém-nascidos. “A desnutrição é prevenida pelo leite materno. Pelas imunoglobulinas passadas pelo leite, o bebê cria defesas para muitas viroses que poderia pegar. Está provado que crianças amamentadas no seio têm menos alergias”, afirma o neonatologista.

Quando não tem acesso ao leite da própria mãe por algum motivo, o bebê depende da doação de outra lactante para ter o alimento que precisa. Daí a

importância de manter os bancos de leite sempre abastecidos. “O leite materno pode ser doado para Banco de Leite onde passará por procedimentos que o deixam pronto para outros bebês receberem. A mãe que tem um excesso de produção pode doar”, afirma Ejzenbaum.

“A produção láctea está inteiramente ligada ao emocional. Quando temos recém-nascidos em uma UTI neonatal, essa mãe encontra-se assustada e fragilizada, interferindo assim em sua produção. Neste momento é de suma importância a doação de leite”, diz Marlla Colalilo.

## **Amamentar em público é alvo de preconceito**

A amamentação ainda enfrenta uma série de preconceitos e mitos, que dificultam a vida da mãe e confundem quem deseja alimentar o filho com o próprio leite.

“Infelizmente ainda existe, principalmente em local público. A mudança de comportamento é importante pois amamentar é um hábito natural. Se faz necessária a sensibilização”, afirma a gerente de nutrição e responsável técnica do Banco de Leite do Hospital Geral de Pedreira, Marlla Natine Colalilo.

O pediatra e neonatologista Nelson Douglas Ejzenbaum também critica quem ainda tem preconceito contra a amamentação em público. “Para essas pessoas digo sempre que amamentar é ato de amor, não é dar somente a mama, é se doar de corpo e alma, e para isso não existe lugar ou hora”, afirma. “Devemos ter orgulho de nutrir nossos filhos, nunca vergonha”, ressalta.

Os especialistas também afirmam que o leite materno é específico para o ser humano e que não há substituto à altura. Segundo eles, somente em casos extremos são adotadas outras medidas para suprir as necessidades dos bebês, como o fornecimento de fórmulas lácteas.

### **ENDEREÇO DA PÁGINA**

<https://agora.folha.uol.com.br/sao-paulo/2019/08/mamar-a-vontade-ajuda-bebe-a-crescer-saudavel.shtml>

