

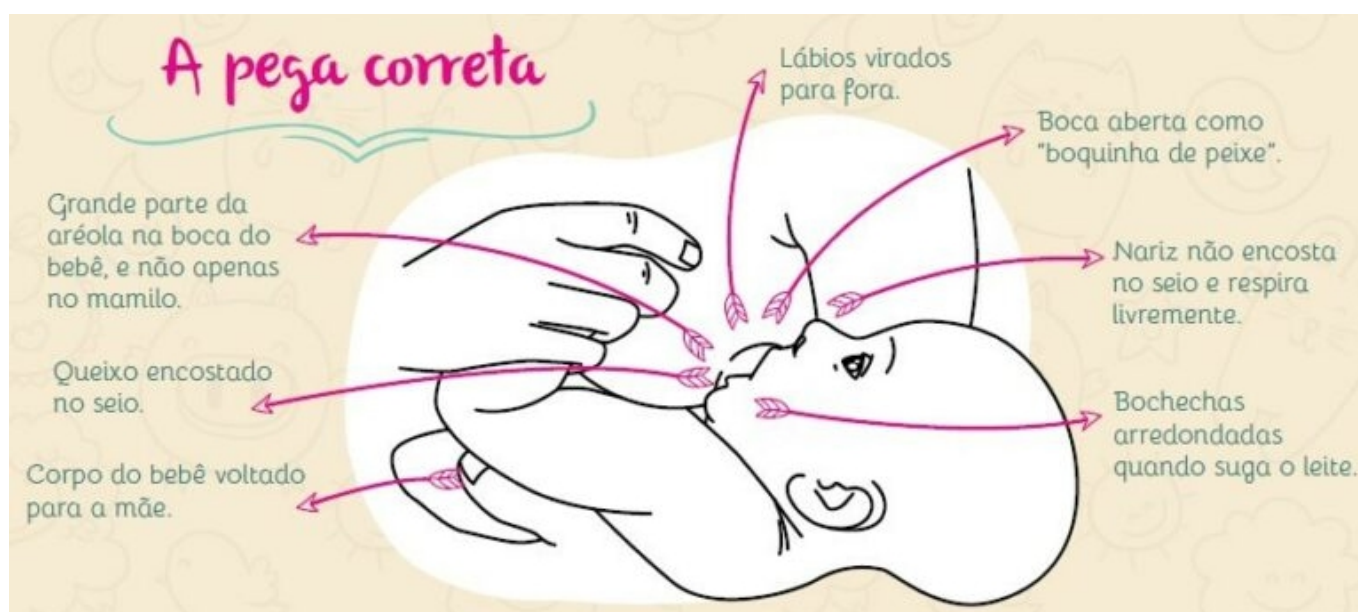
Aleitamento Materno – Agosto dourado!

O mês de agosto é reconhecido como Agosto Dourado por simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação. Diante disso, sabe-se que, o leite materno é o alimento mais completo que existe para o bebê, pois possui muitas propriedades benéficas como proteínas, vitaminas e minerais que auxiliam no crescimento e no desenvolvimento da criança, além disso, possui anticorpos que atuam na prevenção de doenças e infecções. Por isso, é recomendado o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de vida da criança, podendo ser ofertado até os dois anos de idade quando complementado com outros alimentos saudáveis e nutritivos.

Após o nascimento do bebê, o leite materno passa por períodos de transição e é dividido em três importantes fases. A primeira delas, é chamada de colostro e ocorre entre o 1º e o 5º dia após o parto, possui coloração clara e é rico em proteínas e imunoglobulinas, essencial para a manutenção da

imunidade do recém-nascido. A segunda fase é o leite de transição, que ocorre entre o 6º e o 10º dia após o parto e é rico em gordura, permitindo o ganho de peso. A terceira fase é o leite maduro, essencial para manter o desenvolvimento físico e cognitivo da criança. Diante disso, vale ressaltar que não existe leite fraco ou leite que não sustenta, pois a mamada completa possui todos os nutrientes que a criança precisa.

No momento da amamentação, é fundamental que a criança esteja com o corpo voltado para a mãe e que ambos estejam em uma posição confortável, para que o processo ocorra de maneira adequada e natural. Lembre-se, quanto mais o bebê mama, mais ocorre a produção de leite, desse modo, é indicado que a mãe ofereça o peito sempre que o bebê solicitar, pois além de garantir uma melhor nutrição, esse ato fortalece o vínculo entre mãe e filho.



Fontes: https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf

<https://www.sanarmed.com/aleitamento-materno-definicoes-beneficios-e-principais-desafios-enfrentados-na-atencao-basica-colunistas>

Central de Agendamentos

Agora os beneficiários da **Unimed Costa Oeste** contam com uma maior estrutura da **Central de Agendamentos**, que funciona 24 horas por dia, 07 dias por semana.

Em caso de dificuldade de acesso para qualquer atendimento, entre em contato conosco através do telefone:

0800 041 4554



CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

www.unimedcostaoeste.com.br
Rua Santos Dumont, 2705
85900-010 Centro, Toledo - PR
T. (45) 3277-8000



ANS - nº 371106