

Conceitos e definições da Organização Mundial de Saúde

Fonte: <http://www.who.int/topics/breastfeeding/en/>

O aleitamento materno é a maneira normal de fornecimento aos jovens lactentes dos nutrientes de que necessitam para o crescimento e desenvolvimento saudáveis. Virtualmente todas as mães podem amamentar, desde que tenham informações precisas, e com o apoio da sua família, o sistema de saúde e da sociedade em geral.

O colostro, é o leite materno pegajoso amarelado produzido no final da gravidez, é recomendado pela OMS como o alimento ideal para o recém-nascido, e a alimentação deve ser iniciada dentro da primeira hora após o parto.

O aleitamento materno exclusivo é recomendado durante 6 meses (180 dias) de idade, com a continuidade da amamentação junto com alimentos complementares até aos dois anos de idade ou mais.

A OMS recomenda que os bebés comecem a receber alimentos complementares aos seis meses (180 dias) de idade, além de leite materno. Os alimentos devem ser adequados, o que significa que eles fornecem energia suficiente, proteínas e micronutrientes para atender às necessidades nutricionais de uma criança em crescimento. Os alimentos devem ser preparados e administrados de uma maneira segura para minimizar o risco de contaminação. Alimentação de lactentes jovens requer cuidado ativo e estímulo para encorajar a criança a comer.

A transição do aleitamento materno exclusivo para a plena utilização dos alimentos da família é um período muito vulnerável. É o momento em que muitas crianças ficam desnutridas, contribuindo significativamente para a elevada prevalência de desnutrição em crianças menores de cinco anos de idade em todo o mundo. É essencial, portanto, que os bebés recebam alimentos complementares apropriados, adequados e seguros, para assegurar a transição desde o período de amamentação para a plena utilização dos alimentos da família.

Definições

O aleitamento materno exclusivo ou amamentação exclusiva: é definido como não dar nenhum outro alimento ou bebida - nem mesmo água - exceto o leite materno. No entanto, é permitido que a criança receba sais de reidratação oral (SRO), gotas e xaropes (vitaminas, minerais e medicamentos). O leite materno é o alimento ideal para o crescimento e desenvolvimento saudável dos lactentes; a amamentação também é uma parte integral do processo reprodutivo com implicações importantes para a saúde das mães.

Aleitamento materno misto: significa amamentar parcialmente (à mama) em algumas mamadas e dar também alimentação artificial, seja de outro leite, cereais ou outro alimento.

Aleitamento materno: a criança recebe leite materno, pode ser diretamente da mama ou extraído da mama da mãe.