

MINISTÉRIO DA SAÚDE

SAÚDE DA CRIANÇA: Nutrição Infantil

Aleitamento Materno e
Alimentação Complementar

Caderno de Atenção Básica, nº 23

Brasília – DF
2009

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria de Atenção à Saúde
Departamento de Atenção Básica

SAÚDE DA CRIANÇA: Nutrição Infantil

Aleitamento Materno e Alimentação Complementar

Série A. Normas e Manuais Técnicos
Cadernos de Atenção Básica – n.º 23

Este material é destinado prioritariamente
para as Equipes de Saúde da Família.
Deve ser conservado em
seu local de trabalho.

Brasília – DF
2009

© 2009 Ministério da Saúde

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução total ou parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.

A responsabilidade pelos direitos autorais de textos e imagens desta obra é da área técnica.

A coleção institucional do Ministério da Saúde pode ser acessada, na íntegra, na Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde: <http://www.saude.gov.br>

Série A. Normas e Manuais Técnicos
Cadernos de Atenção Básica, n. 23

Tiragem: 1.ª edição – 2009 – 35.000 exemplares

Elaboração, distribuição e informações:

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria de Atenção à Saúde
Departamento de Atenção Básica
Esplanada dos Ministérios, Bloco G,
6º andar, sala 655
CEP: 70058-900 – Brasília – DF
Fone: (61)3315-2497
Fone: (61)3315-2850
Home page: <http://www.saude.gov.br/dab>

Departamento de Ações Programáticas Estratégicas
Esplanada dos Ministérios, Bloco G, 6º andar, sala 605
CEP: 70058-900 – Brasília – DF
Fone: (61)3315-2850

Supervisão Geral:

Claunara Schilling Mendonça

Coordenação Técnica:

Ana Beatriz Pinto de Almeida Vasconcelos
Nulvio Lermen Junior

Elaboração Técnica:

Antonio Garcia Reis Junior
Elsa Regina Justo Giugliani
Gisele Ane Bortolini

Colaboradores:

Helen Altoé Duar
Janaína Rodrigues Cardoso
Lílian Cordova do Espírito Santo
Lilian Mara Consolin Poli de Castro
Lylian Dalete Soares de Araújo
Patrícia Chaves Gentil
Sérgio Roberto Barbosa de Jesus

Revisão Técnica:

Armando Henrique Norman
Elisabeth Susana Wartchow

Fotos:

Créditos cedidos ao Departamento de Atenção Básica

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica.

Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2009.
112 p. : il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n. 23)

ISBN 978-85-334-1561-4

1. Saúde Integral da Criança. 2. Aleitamento Materno. 3. Alimentação Complementar Adequada e Oportuna. 4. Atenção Básica. I. Título. II. Série.

CDU 613.95

Catálogo na fonte – Coordenação-Geral de Documentação e Informação – Editora MS – OS 2009/ 0092

Em inglês: Child Health: Infant nutrition: breastfeeding and complementary feeding

Em espanhol: Salud en la Niñez: nutrición del lactante: lactancia materna y alimentación complementaria

EDITORA MS

SIA, trecho 4, lotes 540/610
Tels.: (61) 3233-1774/2020
E-mail: editora.ms@saude.gov.br
Documentação e Informação
CEP: 71200-040, Brasília – DF
Fax: (61) 3233-9558
<http://www.saude.gov.br/editora>

Normalização: Valéria Gameleira da Mota
Revisão: Eric Alves e Mara Pamplona
Capa e Diagramação: Renato Barbosa

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	9
I ALEITAMENTO MATERNO	11
1.1 Introdução	11
1.2 Tipos de Aleitamento Materno.....	12
1.3 Duração da Amamentação.....	12
1.4 Importância do Aleitamento Materno	13
1.4.1 Evita mortes infantis	13
1.4.2 Evita diarreia	14
1.4.3 Evita infecção respiratória	14
1.4.4 Diminui o risco de alergias	15
1.4.5 Diminui o risco de hipertensão, colesterol alto e diabetes.....	15
1.4.6 Reduz a chance de obesidade	15
1.4.7 Melhor nutrição	16
1.4.8 Efeito positivo na inteligência	16
1.4.9 Melhor desenvolvimento da cavidade bucal.....	17
1.4.10 Proteção contra câncer de mama	17
1.4.11 Evita nova gravidez	17
1.4.12 Menores custos financeiros.....	17
1.4.13 Promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho	18
1.4.14 Melhor qualidade de vida	18
1.5 Produção do Leite Materno.....	18
1.6 Características e Funções do Leite Materno	20
1.7 Técnica de Amamentação	21
1.8 Aconselhamento em Amamentação nos Diferentes Momentos.....	26
1.8.1 Pré-natal	28
1.8.2 Início da amamentação	29
1.9 Prevenção e Manejo dos Principais Problemas Relacionados à Amamentação.....	37
1.9.1 Bebê que não suga ou tem sucção fraca.....	37
1.9.2 Demora na “descida do leite”	38

1.9.3 Mamilos planos ou invertidos	38
1.9.4 Ingurgitamento mamário.....	39
1.9.5 Dor nos mamilos/mamilos machucados	40
1.9.6 Candidíase (monilíase).....	42
1.9.7 Fenômeno de Raynaud.....	43
1.9.8 Bloqueio de ductos lactíferos	44
1.9.9 Mastite	44
1.9.10 Abscesso mamário.....	46
1.9.11 Galactocele	48
1.9.12 Reflexo anormal de ejeção do leite	48
1.9.13 Pouco leite	48
1.10 Como Manejar o Aleitamento Materno em Situações Especiais?.....	50
1.10.1 Nova gravidez.....	50
1.10.2 Gemelaridade.....	51
1.10.3 Crianças com más formações orofaciais	54
1.10.4 Crianças portadoras de distúrbios neurológicos	55
1.10.5 Refluxo gastroesofágico	55
1.10.6 Mãe com necessidades especiais.....	56
1.11 Situações em que há Restrições ao Aleitamento Materno.....	56
1.12 Apoio dos Serviços de Saúde à Amamentação	59
1.13 A Importância da Família e da Comunidade no Processo da Amamentação.....	60
1.13.1 Quais os instrumentos de proteção do aleitamento materno no Brasil?	62
1.14 Ajuda à Dupla Mãe/Bebê no Processo do Desmame.....	63
2 ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR PARA CRIANÇAS MENORES DE DOIS ANOS	66
2.1 Importância.....	66
2.2 Problemas Nutricionais mais Prevalentes na Infância.....	67
2.3 Formação dos Hábitos Alimentares	69
2.4 Alimentação Complementar Saudável.....	72
2.4.1 Os atributos da alimentação saudável	72
2.4.2 Como orientar para que a criança receba alimentação complementar saudável.....	75

2.5 Alimentos Processados	85
2.6 Ações do Serviço de Saúde que Podem Fortalecer a Alimentação Complementar.....	87
2.6.1 Programa Nacional de Suplementação de Ferro (PNSF)	87
2.6.2 Programa Nacional de Suplementação de Vitamina A.....	89
2.6.3 Informações sobre outros micronutrientes	90
2.7 Alimentação para Crianças não Amamentadas	90
2.8 Orientações Importantes de Acordo com a Idade da Criança	92
2.9 Indicadores para Avaliar as Práticas Alimentares nos Dois Primeiros Anos de Vida	93
2.10 Dez Passos para uma Alimentação Saudável: Guia Alimentar para Crianças Menores de dois anos	94
REFERÊNCIAS	97
ANEXOS	108
ANEXO A – Receitas de Papas para Crianças	108
ANEXO B – Marcadores Dietéticos para Avaliação do Consumo Alimentar	110

APRESENTAÇÃO

A infância é um período em que se desenvolve grande parte das potencialidades humanas. Os distúrbios que incidem nessa época são responsáveis por graves consequências para indivíduos e comunidades.

O aleitamento materno é a mais sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução da morbimortalidade infantil. Permite ainda um grandioso impacto na promoção da saúde integral da dupla mãe/bebê e regozijo de toda a sociedade. Se a manutenção do aleitamento materno é vital, a introdução de alimentos seguros, acessíveis e culturalmente aceitos na dieta da criança, em época oportuna e de forma adequada, é de notória importância para o desenvolvimento sustentável e equitativo de uma nação, para a promoção da alimentação saudável em consonância com os direitos humanos fundamentais e para a prevenção de distúrbios nutricionais de grande impacto em Saúde Pública. Porém, a implementação das ações de proteção e promoção do aleitamento materno e da adequada alimentação complementar depende de esforços coletivos intersetoriais e constitui enorme desafio para o sistema de saúde, numa perspectiva de abordagem integral e humanizada.

Nos últimos 30 anos, as políticas nacionais de apoio ao aleitamento materno se basearam eminentemente na perspectiva hospitalar ou no apoio legal, mas houve pouco e incipiente estímulo para estabelecer essas ações no âmbito da Atenção Básica. Da mesma forma, a Política Nacional de Alimentação e Nutrição encerra uma lacuna de informação e amparo legal entre hábitos considerados inadequados até então e corrobora para a concepção de novos padrões, aceitos atualmente.

Na área da Atenção Básica à Saúde, a Estratégia Saúde da Família, desde a sua criação, no ano de 1993, vem se consolidando como um dos eixos estruturantes do Sistema Único de Saúde (SUS), por meio de um movimento de expressiva expansão de cobertura populacional, aprimorando em muito o acesso da população às ações de saúde. Dentro desse processo, o Pacto pela Redução da Mortalidade Materna e Neonatal, o Pacto pela Vida e a Política Nacional de Atenção Básica vieram para contribuir como instrumentos para o fortalecimento da Saúde da Família no âmbito do SUS.

Recentemente, o Unicef, em sua publicação “Situação Mundial da Infância 2008 – Sobrevivência Infantil”, reconheceu a Estratégia Saúde da Família como uma das principais políticas adotadas pelo País responsável pela redução da mortalidade infantil nos últimos anos. Segundo dados do Unicef, o Brasil ocupa o segundo lugar no *ranking* de países capazes de atingir a meta de redução da mortalidade infantil em dois terços, de acordo com os Objetivos de Desenvolvimento do Milênio, da Organização Mundial da Saúde. O Brasil apresentou expressiva evolução na redução da mortalidade na infância entre 1990 e 2006, o que permite prever o cumprimento da meta muito antes do pactuado.

Este Caderno faz parte de um trabalho que o Ministério da Saúde vem desenvolvendo no sentido de sensibilizar e dar subsídio aos profissionais da Atenção Básica. Coincide com novas estratégias de abordagem do aleitamento materno e alimentação complementar num contexto de redes de atenção a partir da Atenção Básica. Dessa forma, visa a potencializar ações de promoção da alimentação saudável e de apoio ao aleitamento materno, numa linha de cuidado integral à Saúde da Criança.

Ministério da Saúde

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

