

Agosto Dourado

CAMPANHA criada em 1991 tem como objetivo conscientizar sobre a importância da amamentação até os seis meses de idade

FOTOS / Arquivo Pessoal

Em 1991, a Organização Mundial de Saúde (OMS), juntamente com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), criou a campanha Agosto Dourado, que tem como objetivo conscientizar a população sobre a necessidade e importância da amamentação até os seis meses de idade. A cor dourada foi escolhida porque o leite materno é um alimento de qualidade ouro para bebês e crianças.

Ao redor do mundo, entre os dias 1º e 7 de agosto, se comemora a Semana Mundial do Aleitamento Materno. Tal evento é organizado pela Aliança Mundial para Ação em Aleitamento Materno (WABA), que define um tema a cada ano e promove ações globais mostrando a importância da amamentação para crianças e mães. O tema de 2020 é "Apoiar a amamentação para um planeta mais saudável", isso porque o leite materno é o alimento mais natural, seguro e renovável que existe.

Por que essa iniciativa é tão importante? O Agosto Dourado é um movimento que existe para alertar não só as mães, mas toda a população sobre os benefícios que a amamentação gera para mãe, bebê e, consequentemente, família. O ato de amamentar significa alimentar/nutrir o bebê, protegê-lo de doenças, amá-lo e dar carinho. Devido a isso, a amamentação não deve e nem pode nunca ser criticada ou censurada.

Além dos benefícios diretos para mãe e bebê, estimular a amamentação corrobora para a doação de leite a bancos de leite, o que ajuda muito outras famílias, sobretudo as que têm bebês que nascem prematuros.

O leite materno é um alimento completo. Ele contém água, gorduras, proteínas, vitaminas e açúcares de que o bebê precisa para se desenvolver bem e crescer de forma saudável, além de anticorpos que protegem principalmente de infecções gastrointestinais e desnutrição.

Estudos científicos já comprovaram que o recém-nascido que recebe o leite materno em até uma hora após o nascimento está mais protegido contra infecções e, por isso, tem menos chances de mortalidade neonatal, uma vez que o colostro (primeiro leite que o bebê mama) é considerado a primeira vacina do bebê. Essa também é uma prática que aumenta a chance de sucesso na amamentação e colabora para o firmamento de um vínculo entre mãe e bebê.

Devido a todas as suas propriedades, o leite materno deve ser o alimento exclusivo de bebês de até seis meses de idade e, depois da introdução alimentar, até dois anos ou mais, segundo recomendações da OMS. Além dos benefícios nutricionais, esse é um alimento de fácil digestão, que se mantém na temperatura ideal e não tem custo como o da fórmula, por exemplo. O ato de mamar ainda ajuda no desenvolvimento da arcada dentária, da fala e da respiração do bebê.

Para as mães, a amamentação contribui para aumentar o vínculo com a criança, diminuir a incidência de depressão pós-parto, ajuda a perder peso e ainda protege contra o câncer de mama e de ovário. Contudo, não podemos nos esquecer que algumas razões impedem algumas mães de amamentar. Sejam elas quais forem, por escolha ou circunstâncias externas, é importante lembrar que essa mulher não se torna menos mãe. Independente da amamentação, ainda é possível desenvolver um forte vínculo entre mãe e bebê, por mais que esse processo ajude.

PARA REFLETIR

O documentário "De Peito Aberto" é um filme brasileiro de Graziela Mantoanelli que conta a história de seis mães de diferentes realidades socioculturais durante os primeiros 180 dias de vida dos seus bebês, período em que a amamentação deve ser exclusiva. O filme mostra como amamentar pode ser desafiador e capta emoções, embates e questões como o papel da mulher na sociedade atual, a família em diversos modelos e configurações, a relação entre maternidade e trabalho, as políticas públicas para amamentação, os interesses privados por trás do desmame precoce, entre muitas outras questões.

A partir dele, podemos refletir sobre a importância desse período, seu impacto na vida das famílias e a importância de se ter uma forte rede de apoio durante a amamentação.

Saiba mais: Instagram @consultoramatero

A partir desta edição, a especialista em amamentação, sono e cuidados com o recém-nascido, Paula Vereza, integra o time de colunistas do JORNAL DA CIDADE. Bem-vinda!

