



DOAÇÃO DE LEITE MATERNO

O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE ESSA TEMÁTICA



EdUESPI

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ

DOAÇÃO DE LEITE MATERNO

O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE ESSA TEMÁTICA

Edital PREX – PIBEU Nº057/2023



2025

Organização

Francisco Lucas Aragão Freire
Larissa Helen Portela Martins
Senira de Oliveira Rodrigues Lavor
Hellen Soraya de Brito Souza

Autores

Francisco Lucas Aragão Freire
Larissa Helen Portela Martins
Carlos Eduardo Lopes Nascimento
Cleyton Carvalho Aguiar
Eliane Nascimento de Araujo
Jaiana Nascimento Albuquerque
Kétsia Lohanna Sousa dos Santos
Mariana Barros Rodrigues
Maria Joana Pinto Araujo
Maria Rita Santos de Siqueira
Natacha da Silva Gomes
Rayane Fortes Diniz



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ – UESPI

Evandro Alberto de Sousa Reitor

Jesus Antônio de Carvalho Abreu Vice-Reitor

Mônica Maria Feitosa Braga Gentil

Pró-Reitora de Ensino de Graduação

Josiane Silva Araújo

Pró-Reitora Adj. de Ensino de Graduação

Rauirys Alencar de Oliveira

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação

Fábia de Kássia Mendes Viana Buenos Aires

Pró-Reitora de Administração

Rosineide Candeia de Araújo

Pró-Reitora Adj. de Administração

Lucídio Beserra Primo

Pró-Reitor de Planejamento e Finanças

Joseane de Carvalho Leão

Pró-Reitora Adj. de Planejamento e Finanças

Ivoneide Pereira de Alencar

Pró-Reitora de Extensão, Assuntos Estudantis e Comunitários

Marcelo de Sousa Neto

Editor da Universidade Estadual do Piauí

Universidade Estadual do Piauí

Rua João Cabral • n. 2231 • Bairro Pirajá • Teresina-PI

Todos os Direitos Reservados



GOVERNO DO ESTADO DO PIAUÍ
UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ - UESPI



Rafael Tajra Fonteles **Governador do Estado**
Themístocles de Sampaio Pereira Filho **Vice-Governador do Estado**
Evandro Alberto de Sousa **Reitor**
Jesus Antônio de Carvalho Abreu **Vice-Reitor**

Administração Superior

Mônica Maria Feitosa Braga Gentil **Pró-Reitora de Ensino de Graduação**
Josiane Silva Araújo **Pró-Reitora Adj. de Ensino de Graduação**
Rauriys Alencar de Oliveira **Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação**
Fábia de Kássia Mendes Viana Buenos Aires **Pró-Reitora de Administração**
Rosineide Candeia de Araújo **Pró-Reitora Adj. de Administração**
Lucídio Beserra Primo **Pró-Reitor de Planejamento e Finanças**
Joseane de Carvalho Leão **Pró-Reitora Adj. de Planejamento e Finanças**
Ivoneide Pereira de Alencar **Pró-Reitora de Extensão, Assuntos
Estudantis e Comunitários**

Marcelo de Sousa Neto **Editor**

Autores **Revisão**

Autores **Capa**

Autores **Diagramação**

Editora e Gráfica UESPI **E-book**

Endereço eletrônico da publicação: <https://editora.uespi.br/index.php/editora/catalog/book/241>

D631

Doação de leite materno: o que você precisa saber
sobre essa temática / Francisco Lucas Aragão Freire,
Larissa Helen Portela Martins, Senira de Oliveira
Rodrigues Lavor, Hellen Soraya de Brito Souza
(Organizadores). - Teresina, 2025.
24f.: il.

ISBN Digital: 978-85-8320-253-0.

1. Aleitamento Materno. 2. Bancos de Leite Humano. 3. Extração de Leite.
4. Lactação. 5. Leite Humano. I. FREIRE, Francisco Lucas
Aragão et al. II. Título.

CDD: 613.269

Ficha elaborada pelo Serviço de Catalogação da Biblioteca da UESPI
GRASIELLY MUNIZ OLIVEIRA (Bibliotecário) CRB-3a/1067

Editora da Universidade Estadual do Piauí - EdUESPI

Rua João Cabral • n. 2231 • Bairro Pirajá • Teresina-PI
Todos os Direitos Reservados

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	4
BENEFÍCIOS NUTRICIONAIS DO LEITE MATERNO	5
MANEJO NA LACTAÇÃO	6
DICAS DE AMAMENTAÇÃO	8
COMO REALIZAR A ORDENHA DO LEITE MATERNO	9
PRINCIPAIS DESAFIOS DA AMAMENTAÇÃO	11
IMPACTO NA SAÚDE PÚBLICA DA DOAÇÃO DE LEITE MATERNO	13
O PAPEL DOS BANCOS DE LEITE	14
REQUISITOS PARA A DOAÇÃO DE LEITE HUMANO	15
ETAPAS PARA A DOAÇÃO DE LEITE HUMANO	16
BENEFÍCIOS PARA A DOADORA DE LEITE MATERNO E PARA A CRIANÇA	18
DESMISTIFICANDO A DOAÇÃO DE LEITE MATERNO	19
REFERÊNCIAS	21

APRESENTAÇÃO

A doação de leite materno é um ato que salva vidas e devido toda a grandiosidade que esse gesto proporciona foi produzida esta cartilha, que tem como objetivo informar de forma clara, objetiva e simplificada, tanto para a comunidade acadêmica quanto para a população em geral como ocorre o processo de doação de leite materno.

Além disso, a criação desta cartilha é uma produção de acadêmicos de enfermagem membros do Projeto de Extensão “Doação de Leite Materno: Um Ato que Salva Vidas”, que tem como um de seus objetivos levarem a informação da doação de leite materno à população em geral, incentivar gestantes e puérperas a se tornarem doadoras, informar os benefícios que a amamentação gera tanto para o bebê como para a mãe, além de recolher frascos de vidro para repassar para o posto de coleta de leite humano de Parnaíba. Com isso, esta cartilha é fruto do compromisso deste Projeto de Extensão em produzir e transmitir conhecimento para a população como um todo, em especial para gestantes e puérperas.



BENEFÍCIOS NUTRICIONAIS DO LEITE MATERNO

O leite materno é considerado o alimento padrão ouro para os recém-nascidos e lactentes, sendo exclusivo até os seis meses de vida. É o alimento que supre todas as necessidades nutricionais do lactente, composto por água, macronutrientes, micronutrientes, e anticorpos, que garantem o desenvolvimento infantil. Composto por 87,0% de água, 1,0% de proteína, 3,8% de gordura, e 7,0% do carboidrato lactose.

A água está em maior concentração no leite, ajuda na dissolução das proteínas, carboidratos, minerais e vitaminas hidrossolúveis (C e complexo B). A vista disso, não há necessidade de oferecer água ao bebê nos primeiros seis meses. O primeiro leite produzido durante a primeira semana é chamado de colostro, apresentando uma consistência mais líquida e altas concentrações de proteínas, possui proteínas protetoras, principalmente a imunoglobulina secretória A, apresentando funções imunológicas contra infecções e alergias. Logo após, o leite apresenta sua composição definitiva, sendo mais consistente, esbranquiçado e rico em lipídios e carboidratos, o que contribui para o ganho de peso do bebê.

Ademais, o carboidrato mais abundante no leite materno é a lactose, cuja função é fornecer glicose ao organismo, que será transformado em energia, e contribui na absorção de cálcio.

Portanto, o leite materno oferece uma nutrição completa e equilibrada, ajustada às necessidades específicas do bebê. A amamentação exclusiva nos primeiros seis meses, seguida de uma alimentação complementar, após os seis meses, é fundamental para assegurar um início de uma vida saudável. Dessa forma, são notórios os inúmeros benefícios ao RN, sendo um dos mais importantes é o fortalecimento do sistema imunológico. O leite materno possui anticorpos e células imunológicas que ajudam a proteger o bebê contra diversas infecções, reduzindo a mortalidade infantil.

O processo de amamentação também traz benefícios à mãe, pois ocorre a diminuição no sangramento, redução uterina, perda de peso e protege contra diversos cânceres ovarianos. Estima-se que mulheres que nunca amamentaram possuem 30,0% a mais de chance de desenvolver câncer.

Por fim, a amamentação fortalece o vínculo emocional entre mãe e filho. O calor materno que é repassado durante a amamentação promove uma conexão afetiva que é importante para o bem-estar psicológico, sendo indispensável para o desenvolvimento emocional da criança.



MANEJO NA LACTAÇÃO

De acordo com o Ministério da Saúde, o aleitamento materno deve ser exclusivo durante os primeiros seis meses de vida do bebê, podendo iniciar com a introdução de alimentos complementares a partir dos seis até os dois anos de idade. É importante mencionar que o manejo adequado da amamentação é fundamental para que esse processo seja eficaz, pois promove uma melhor qualidade de saúde da mãe e do bebê. Para isso ocorrer, é crucial que sejam realizadas algumas ações que favoreçam o estabelecimento do aleitamento materno, a produção de leite e a prevenção e tratamento de complicações.

MANEJO CORRETO:



Primeiramente, é importante enfatizar que a experiência da amamentação seja prazerosa para a mãe e para o bebê, no início da amamentação, é esperado que haja algum desconforto para ambos. Por isso, é de suma importância que haja uma posição adequada para o bebê.

Inicialmente o bebê deve estar voltado para a mãe, tendo um bom apoio e os braços livres. A cabeça deve estar alinhada com o seio, de modo que o nariz fique em frente ao mamilo.

Em relação à pega correto do peito, é necessário que:

- O queixo do bebê deva tocar a mama;
- Os lábios precisam estar voltados para fora e o nariz deve permanecer desobstruído;
- É essencial que o bebê abocanhe não apenas o mamilo, mas também a maior parte da parte escura da mama, chamada aréola.

Isso garante uma pega adequada, facilitando a amamentação e um maior vínculo entre mãe e bebê garantindo o aleitamento materno exclusivo até os seis meses. Ademais, cada bebê tem seu próprio ritmo ao mamar, dessa forma, é importante respeitar esse ritmo. Outros pontos importantes no período da amamentação são a hidratação da mãe, porque uma boa hidratação gera uma maior produção de leite, a higienização das mamas antes da amamentação, porque ajuda a evitar problemas nos seios maternos, como irritações, fissuras e mastite. Todos esses problemas citados dificultam a amamentação, e em certos casos específicos a pausa na amamentação é exigida.

É formidável mencionar que se a mãe sentir desconforto nas mamas devido à tensão nos mamilos e aréolas, a ordenha pode ser uma solução. Essa prática ajuda no alívio da pressão e pode prevenir problemas como o ingurgitamento mamário e a mastite.



VANTAGENS DA AMAMENTAÇÃO

O aleitamento materno tem diversos benefícios tanto para o bebê quanto para mãe, inclusive, com uma amamentação exclusiva a criação de um laço materno afetivo é mais propícia.

É importante mencionar que o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida, também contribui para o desenvolvimento intelectual. Também ajuda a fortalecer a arcada dentária, promovendo assim, uma proteção contra doenças infecciosas.

Adicionalmente, a amamentação oferece diversos benefícios para mãe, como a redução do sangramento no período pós-parto. Além disso, diminui o risco de

câncer de mama, ovário e endométrio, ajuda a prevenir a osteoporose, além de oferecer proteção contra doenças cardiovasculares.

DICAS DE AMAMENTAÇÃO



- **Amamentação frequente:** Amamente sempre que o bebê demonstrar fome. A demanda ajuda a estimular a produção de leite.
- **Hidratação:** Beba bastante água ao longo do dia. A hidratação é essencial para a produção de leite.
- **Alimentação equilibrada:** Consuma uma dieta rica em nutrientes, incluindo frutas, vegetais, grãos integrais e proteínas.
- **Descanso:** O estresse e a fadiga podem afetar a produção de leite. Tente descansar sempre que possível e peça apoio quando precisar.
- **Ordenha regular:** Se o bebê não mamar com frequência, a ordenha manual ou com bomba pode ajudar a manter a produção.
- **Evitar produtos que reduzem a produção:** Alguns medicamentos e bebidas, como álcool e cafeína, podem interferir na produção de leite. Tente limitá-los.
- **Suplementos:** Consulte um profissional de saúde sobre o uso de galactagogos, como feno-grego ou chá de ervas, que podem ajudar a aumentar a produção.
- **Contato pele a pele:** O contato físico com o bebê estimula a liberação de hormônios que ajudam na produção de leite.
- **Consultar um especialista:** Se houver preocupações sobre a produção de leite, buscar a orientação de um consultor de lactação pode ser muito útil.

- **Paciência e persistência:** A produção de leite pode variar e levar tempo para se estabelecer. Mantenha-se positiva e persistente.
- **Mamadeiras e chupetas:** Não é recomendado, visto que além de ser uma importante fonte de contaminação, as crianças passam a apresentar dificuldade quando vão mamar no peito.



COMO REALIZAR A ORDENHA DO LEITE MATERNO

A ordenha do leite materno é a retirada do leite após a criança mamar ou quando as mamas se apresentam muito cheias, resultando em algum desconforto. A seguir, segue o passo a passo para realizar a ordenha.

- **Higienização:** De início é necessário higienizar e ferver o frasco para armazenagem, assim como escolher o ambiente em que será realizada a ordenha e deve ser um lugar limpo, tranquilo e longe de animais ou outras pessoas. Além do que, a mulher deve prender e cobrir os cabelos com touca ou lenço e cobrir a boca e nariz com máscara, lenço ou fralda.
- **Prevenção de contaminação:** Ela deve retirar adereços como anéis, aliança, pulseiras e relógio e realizar a lavagem das mãos e dos braços até o cotovelo com bastante água e sabão. Assim como lavar as mamas apenas com água e logo após secar as mãos e as mamas com toalha limpa ou papel toalha. Também deve evitar falar durante a retirada do leite e se a criança não estiver por perto, a mulher pode pensar nela para auxiliar na descida do leite.



- **Retirada manual do leite:** A mulher deve massagear toda a mama, utilizando as pontas dos dedos ou palma das mãos, com movimentos circulares, iniciando pela parte escura da mama, chamada de aréola, e indo até a parte superior do seio.
- **Colocar os dedos em forma de “C”:** Com o polegar perto da aréola na parte de cima do peito e os outros dedos sustentando a mama pela parte de baixo. Então ela deixa os dedos firmes e empurra a aréola para trás, em direção ao corpo. Logo ela aperta suavemente um dedo contra o outro, sem deslizá-los na aréola, repetindo até o leite começar a sair.
- **Saída do leite:** Observa-se que os primeiros jatos ou gotas devem ser desprezados antes do início da coleta. Assim ela realiza os movimentos de pressionar e soltar com o frasco posicionado abaixo do mamilo e pode mudar a posição dos dedos ao redor da aréola para esvaziar todas as áreas, além de alternar a mama quando o fluxo de leite diminuir, repetindo a massagem e o ciclo várias vezes.
- **Armazenamento do frasco:** O frasco com o leite retirado deve ser guardado no congelador ou freezer por até 15 dias. Se for para doação para um Banco de Leite Humano deve ser feito o transporte antes desse prazo, se não pode ser guardado na prateleira mais próxima ao congelador da geladeira por até 12 horas. Caso esses prazos de armazenamento sejam ultrapassados o leite deverá ser descartado.
- **Cuidados quanto ao frasco:** Deve-se anotar a data da retirada com caneta em uma etiqueta ou esparadrapo e colar no frasco e ele deve estar bem tampado e na próxima vez que for retirar o leite, deve ser feito o uso de outro utensílio de vidro como copo, xícara ou vidro de tampa larga que precisa ser higienizado e fervido como feito com o frasco anterior, e ao terminar, acrescentar esse leite ao frasco que já está no freezer ou congelador. E quando vários leites forem guardados no mesmo frasco, a validade é a partir da data da primeira coleta.

- **Cuidados com o leite após a ordenha:** Se o frasco de vidro não ficou completamente cheio de início, pode-se completá-lo em outro momento. Com o leite ordenhado, pode-se colocá-lo sobre o leite que já está congelado, sempre deixando uma margem de sobra de dois dedos até o limite do frasco, nunca devendo enchê-lo até a borda, para evitar a quebra do frasco no congelamento.



PRINCIPAIS DESAFIOS DA AMAMENTAÇÃO

O aleitamento materno é essencial para o desenvolvimento infantil, mas pode apresentar uma série de desafios, que vão desde problemas físicos até questões emocionais e de suporte, que são comuns entre as mães. Vamos explorar os principais obstáculos que podem surgir durante a amamentação e algumas estratégias para superá-los.

- **Dor e desconforto nos seios e mamilos**



Um dos desafios mais frequentes é a dor e o desconforto, especialmente nas primeiras semanas. Isso pode ocorrer devido a uma pega inadequada do bebê. O que fazer: é importante o rodízio das mamas, se possível, começar pela mama menos machucada. Manter a higienização dos mamilos com água limpa diariamente.

- **Dificuldades na pega correta**

Alguns bebês têm dificuldades para sugar, seja por problemas como língua presa ou pelo uso de bicos artificiais.

O que fazer: suspenda o uso de bicos ou chupetas. Em casos de mamas maiores, utilize apoios como travesseiros. Ajuste a pega e varie a posição do bebê. Extraia o leite com as mãos ou bomba se o bebê demonstrar dificuldades, oferecendo-o em copo ou colher.

- **Ingurgitamento mamário**

O ingurgitamento, ou "leite empedrado", acontece quando há acúmulo excessivo de leite.

O que fazer: O bebê deve mamar em livre demanda. Deve-se massagear o seio com movimentos circulares, inicialmente pela aréola e posteriormente ao seu redor, massageando bem os locais mais empedrados e extrair um pouco do leite antes de começar a amamentar.

- **Mamilo plano ou invertido**

Mamilos planos ou invertidos dificultam a amamentação, mas não impedem.

O que fazer: auxiliar o bebê a abocanhar o mamilo e a aréola e ajustar a posição para favorecer a pega correta. Se o seio estiver bastante cheio, extraia um pouco de leite antes.

- **Pouca produção de leite**

A percepção de que há pouco leite pode ser comum, mas muitas vezes a produção é suficiente quando o bebê mama de maneira eficaz.

O que fazer: busque um ambiente tranquilo. Ajuste o posicionamento do bebê e a pega, aumente a quantidade das mamadas, e ofereça ambas as mamas, esvaziando uma de cada vez. Mantenha-se hidratada, consuma uma alimentação saudável.

- **Mastite e bloqueio de ductos lactíferos**

Essas condições podem surgir quando o leite não é sugado adequadamente. O que fazer: aumentar a frequência em que ocorrem as mamadas, massageando a região afetada, esvaziar os seios, amamentar em diversas posições e oferecer, inicialmente, a mama com o problema, com o queixo do bebê voltado para a região acometida.



- **Abcesso mamário**

Tem como causa, geralmente, uma mastite que não foi tratada ou o tratamento foi conduzido de forma inadequada, em que acontece de forma comum quando ocorre a interrupção do aleitamento materno e nas situações em que a mama tem mastite.

O que fazer: Destaca-se a drenagem cirúrgica, sendo coletadas as secreções com pus para fazer o teste de cultura. Além disso, pode-se esvaziar de forma regular as mamas acometidas, como também realizar a manutenção do aleitamento materno.

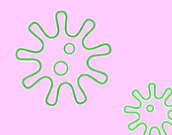
IMPACTO NA SAÚDE PÚBLICA DA DOAÇÃO DE LEITE MATERNO

A doação de leite materno é fundamental para a saúde pública e o bem-estar infantil. Segundo os dados estatísticos do Ministério da Saúde, a amamentação pode reduzir em até 13% a mortalidade por causas evitáveis em crianças menores de cinco anos no Brasil, principalmente, entre recém-nascidos prematuros e de baixo peso que não podem ser amamentados por sua mãe.

A doação de leite materno promove saúde, qualidade de vida, longevidade e contribui para a economia do país. Entre os impactos positivos, destacam-se:

- **Proteção contra infecções gastrointestinais e respiratórias:**

O leite materno contém anticorpos e substâncias imunológicas que protegem os recém-nascidos de doenças como diarreias e bronquiolite.



- **Redução dos riscos de desenvolver doenças:**

O leite humano doado reduz a probabilidade de desenvolvimento de alergias, hipertensão, bem como colesterol alto, diabetes e obesidade na vida adulta.

- **Diminuição dos custos no sistema de saúde:**

A doação de leite materno diminui a necessidade de fórmulas infantis, internações e complicações médicas, contribuindo para uma economia significativa para o Sistema Único de Saúde (SUS).



O PAPEL DOS BANCOS DE LEITE

O que é o banco de leite humano (BLH)

É um serviço especializado que, obrigatoriamente, deve estar vinculado a um hospital materno e/ou infantil, responsável por ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno.

O BLH integra as ações de coleta, processamento e distribuição de leite humano para bebês prematuros ou de baixo peso que não podem ser alimentados pelas próprias mães, além de atendimento para apoio e orientação para o aleitamento materno.

As etapas do funcionamento do BLH

- **Coleta**

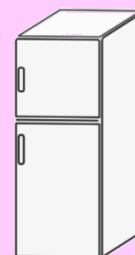
As mulheres que estão amamentando e produzindo leite em excesso podem doar o leite para o BLH. Essas mulheres passam por uma triagem inicial e em alguns casos, submetidas a exames para garantir que estão em boas condições de saúde.

- **Processamento**

Após a coleta do leite doado, inicia-se o processamento e pasteurização com a finalidade de eliminar os microrganismos, preservando ao máximo seus nutrientes.

- **Armazenamento**

Após a pasteurização, o leite é armazenado em condições específicas de temperatura, ele é congelado e rotulado para o controle e garantir sua conservação.



- **Distribuição**

O leite é distribuído conforme a necessidade, sendo priorizados os bebês prematuros, de baixo peso e aqueles internados em unidades neonatais que não podem receber leite de suas mães. Para que os bebês recebam o leite eles precisam de prescrição médica para o uso do leite materno do banco de leite.

A sua importância na doação

Por meio dos bancos de leite, a superioridade e a eficácia do leite humano conferem benefícios para a criança a curto e longo prazos em todas as fases de sua vida, pois desempenha um papel essencial na promoção ao aleitamento e de apoio a amamentação dos bebês que não podem mamar diretamente no peito.

REQUISITOS PARA A DOAÇÃO DE LEITE HUMANO

Para ser uma doadora, é necessário atender aos seguintes requisitos:

- **Estar saudável:** É importante que a mãe lactante esteja em boas condições de saúde, sem doenças transmissíveis.

- **Ter excedente de leite:** A produção deve ser suficiente para alimentar o próprio bebê e ainda permitir a doação.
- **Estar sem o uso de medicamentos restritivos:** Algumas medicações podem impedir a doação. Exemplos: Antibióticos, psicotrópicos, alguns ansiolíticos.
- **Evitar consumo de álcool e cigarro:** Durante o período de doação é necessário evitar esses produtos.



ETAPAS PARA A DOAÇÃO DE LEITE HUMANO

- **Cadastro no banco de leite**

Procure o banco de leite ou posto de coleta mais próximo;

Realize o cadastro, fornecendo informações sobre sua saúde e estilo de vida.



- **Orientações para a coleta do leite**

Lave bem as mãos e antebraços com água e sabão;

Use touca e máscara cirúrgica durante a ordenha;

Utilize um recipiente de vidro esterilizado com tampa plástica (fornecido pelo banco de leite);

Escolha um ambiente limpo e tranquilo para realizar a ordenha.

- **Armazenamento do leite coletado**

Armazene o leite no recipiente fornecido, preenchendo até 2/3 da capacidade;

Identifique o frasco com data e hora da coleta;

Mantenha o leite no congelador ou freezer até que seja recolhido ou entregue ao banco de leite.

- **Entrega ao banco de leite**

O leite pode ser entregue diretamente ao banco ou recolhido por uma equipe especializada, dependendo da estrutura local;

Garanta que o transporte seja feito de maneira adequada para manter a qualidade do leite.

- **Cuidados adicionais para as doadoras**

Mantenha uma alimentação balanceada e hidratação adequada;

Evite o uso de cremes ou pomadas nos seios sem orientação médica;



Caso surjam dúvidas ou desconfortos, entre em contato com o banco de leite para orientação.

- **Em Parnaíba no Piauí, o Posto de Coleta de Leite Humano:**

Realiza a entrega e coleta dos frascos para a ordenha, proporcionando mais comodidade às mães doadoras, que não precisam se deslocar até o Posto de Coleta;

O cadastro é simples e pode ser feito facilmente pelo WhatsApp;

Para dúvidas ou para se cadastrar como doadora, entre em contato pelo número de WhatsApp (86) 988512045.



BENEFÍCIOS PARA A DOADORA DE LEITE MATERNO E PARA A CRIANÇA

O benefício do aleitamento materno para a doadora e para a criança vai muito além da parte nutricional. O ato de ser doadora de leite materno cria e fortalece uma conexão, carinho e vínculo emocional entre ambos. O ato de amamentar gera na mãe sentimentos únicos de realização e competência. Nesse período, ocorrem várias mudanças, sendo uma das principais a parte hormonal, com destaque para a ocitocina, que é conhecida como o hormônio do amor que causa a sensação de relaxamento. Essa conexão hormonal pode ser considerada algo positivo na redução de vários fatores, como para prevenção da depressão pós-parto e fazendo com que a mãe esteja bem emocionalmente.

Quando se comenta sobre a importância vital da amamentação no desenvolvimento emocional da criança, um dos principais aspectos positivos é a interação de aproximação da mãe que faz a criança desenvolver os sentimentos de segurança e apego. Ademais, a amamentação é uma forma de empoderamento e confiança para a criança, sendo um ato crucial para a parte emocional da mãe e para o fortalecimento de um ambiente familiar saudável.

Quando a mulher se sente sintonizada com as necessidades de seu filho, isso tende a gerar sensações de controle e satisfação, sendo estes muito importantes na conexão de uma relação mãe-filho saudável e harmoniosa. Com isso, nota-se que os benefícios de amamentar são vários, incluindo a parte psicológica. É um ato que está relacionado ao corpo e a alma, sendo crucial para a vida emocional de mãe e filho.

É importante salientar que a promoção da sensibilidade e a disseminação desses benefícios podem influenciar e incentivar mais puérperas e gestantes a serem doadoras, uma vez que tendo conhecimento que esse ato gera vantagens não só para a parte física e emocional, mas também ajudará a alimentar bebês que não teriam oportunidade de se alimentarem de leite humano, permitindo-os ter melhor desenvolvimento e crescimento, é um estímulo a mais para doarem leite materno.

Conclui-se que o ato de doar leite humano é uma prática importante no contexto atual, em que algumas puérperas são impossibilitadas de amamentarem

seus filhos, e com essas doações permitem que bebês tenham esse alimento tão precioso, mesmo que não seja oriundo de suas próprias mães.



DESMISTIFICANDO A DOAÇÃO DE LEITE MATERNO

O ato de doar leite é muito importante, tendo em vista que auxilia na nutrição de milhares de bebês que precisam de leite humano, em que este possui os nutrientes essenciais para o adequado desenvolvimento de recém-nascidos e crianças. Entretanto, ainda existem muitas dúvidas referentes ao processo de doação de leite materno, por isso será abordado, a seguir, as principais temáticas envolvendo esse tema, sendo comentado se é mito ou verdadeiro, seguido de explicações para cada pergunta ou afirmação para que ao final possa esclarecer as principais dúvidas.

- **Mamas pequenas produzem menos leite.**

Mito. Não há nenhuma relação entre a produção de leite e o tamanho do peito, portanto, uma mulher com seio pequeno pode produzir bastante leite.



- **O leite humano pode ser congelado.**

Verdadeiro. Se for armazenado na geladeira pode ficar no máximo até 12 horas, já se ficar no freezer pode ficar até 15 dias, sendo de grande importância para evitar o uso de leite industrializado de forma precoce. Para o descongelamento deste leite, é crucial tomar alguns cuidados, como: não colocar em temperatura ambiente, assim



como não usar fogão ou micro-ondas. A forma recomendada de descongelar é por meio de água corrente morna ou manter na geladeira.

- **Existe leite materno fraco?**

Mito. O que ocorre é que na amamentação o leite do começo da mamada possui mais água, a maioria dos anticorpos e menos quantidade de gordura, já o leite do final da mamada possui bastante gordura, com aspecto mais espesso, o que auxilia no aumento de peso do bebê. Por isso é crucial a amamentação do início e do final da mamada para correto crescimento.



- **Bebê que arrota ao mamar faz o seio inchar ou o leite secar.**

Mito. Não existe nenhuma comprovação no meio científico sobre a veracidade dessa afirmação.



- **É necessário o uso de hidratantes para proteção do mamilo do peito.**

Mito. O adequado é a mulher que está amamentando passar uma pequena quantidade do seu próprio leite ao redor do bico e da aréola do peito, antes e após cada mamada, para diminuir as chances de rachaduras, assim como ajuda na hidratação e controle dos micro-organismos.



- **A amamentação contribui para a redução de peso da mulher.**

Verdadeiro. O ato de amamentar diminui os riscos de hemorragia, como também de anemia. O emagrecimento ocorre, em grande parte, devido à transferência de gordura da mãe para o bebê através do leite.



- **Há uma posição padrão para amamentar.**

Mito. A posição ideal varia entre as mulheres, sendo a melhor posição a que seja mais confortável tanto para o bebê como para a mãe.



- **O tempo gasto ao amamentar depende de cada criança.**

Verdadeiro. Dependendo de cada bebê, alguns levam menos de dez minutos para se saciarem com leite materno, já outros podem chegar até 40 minutos mamando. É importante a mãe continuar alimentando até o bebê não ter mais interesse pelo peito, indicando estar saciado.



REFERÊNCIAS

AZEVEDO, A. R .R. *et al.* O manejo clínico da amamentação: saberes dos enfermeiros. **Escola Anna Nery**, v. 19, p. 439-445, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/BsFg7cnYsXZrxBHsV7cd7qD/>. Acesso em: 12 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **A importância da amamentação até os seis meses**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2017/a-importancia-da-amamentacao-ate-os-seis-meses>. Acesso em: 12 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Aleitamento materno**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/aleitamento-materno>. Acesso em: 14 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Amamentação**. Posição para amamentar e pegar a mamãe. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/amamentacao/#:~:text=Posi%C3%A7%C3%A3o%20para%20amamentar%20e%20pegar%20da%20mama:&text=%E2%80%93%20quando%20o%20beb%C3%AA%20pegar%20o,o%20que%20deve%20ser%20respeitado>. Acesso em: 12 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Banco de leite humano**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/acao-a-informacao/acoes-e-programas/banco-de-leite-humano>. Acesso em 14 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica - saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_ca_b23.pdf. Acesso em: 11 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Como enfrentar os principais desafios da amamentação?** Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar->

melhor/noticias/2021/como-enfrentar-os-principais-desafios-da-amamentacao. Acesso em: 15 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Dificuldade durante a amamentação? Conheça algumas medidas que podem ajudar**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/agosto/dificuldade-durante-a-amamentacao-conheca-algumas-medidas-que-podem-ajudar>. Acesso em: 14 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS**. Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br>. Acesso em: 11 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Leite materno pode ser congelado; saiba como retirar, armazenar e oferecer**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/dezembro/leite-materno-pode-ser-congelado-saiba-como-retirar-armazenar-e-oferecer#:~:text=O%20leite%20deve%20estar%20em,na%20geladeira%20deve%20ser%20descartado>. Acesso em: 14 out. 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Ministério da Saúde lança campanha anual de doação de leite humano**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/maio/ministerio-da-saude-lanca-campanha-anual-de-doacao-de-leite-humano>. Acesso em: 02 out. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Mitos e verdades sobre doação de leite**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/doacao-de-leite/mitos-e-verdades>. Acesso em: 09 out. 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde. Saúde de A a Z. **Banco de Leite**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/doacao-de-leite>. Acesso em: 02 out. 2024.

DE ANDRADE, A. C. L. *et al.* Os benefícios do aleitamento materno: Uma revisão abrangente sobre a composição do leite materno, efeitos psicológicos em crianças e mães, facilitadores e barreiras na amamentação, políticas de promoção e desmame. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 05, p. 16770–16783, 2023. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/59840>. Acesso em: 14 out. 2024.

DE LIMA, M. P.; DE CARVALHO, M. G. F. O impacto do Banco de Leite na prevalência do aleitamento materno no Brasil. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 3, p. e69454-e69454, 2024. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/69454>. Acesso em: 14 de out. 2024.

EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES (EBSERH). **Cartilha de Aleitamento Materno HC/UFG/EBSERH**. Goiânia, GO. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/ebserh/pt-br/hospitais-universitarios/regiao-centro-oeste/hc->

ufg/comunicacao/publicacoes/cartilha-aleitamento-materno-hc-ufg-ebserh.pdf/view. Acesso em: 14 out. 2024.

FONSECA, R. M. S. *et al.* O papel do banco de leite humano na promoção da saúde materno infantil: uma revisão sistemática. **Ciência & saúde coletiva**, v. 26, p. 309-318, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/JVy96MGzR7gwDn57kTP46js/>. Acesso em: 14 out. 2024.

Fundo Internacional de Emergência das Nações Unidas para a Infância. **Aleitamento materno**. UNICEF, 2023. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/aleitamento-materno>. Acesso: 13 out. 2024.

MULLER, K. T. C. *et al.* Conhecimento e adesão à doação de leite humano de parturientes de um hospital público. **Interações (Campo Grande)**, v. 20, p. 315-326, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/inter/a/F9MdRLRmpwzS5gFv4VtHYnj/>. Acesso em: 09 out. 2024.

MURI, L. A. C. *et al.* Aplicativo móvel para gerenciamento do processo de captação domiciliar de leite humano. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, p. eAPE03161, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/tXmsqRHbThMgSxqFZrzsYmJ/>. Acesso em: 14 out. 2024.

PEREIRA, M. C. R. *et al.* O significado da realização da auto-ordenha do leite para as mães dos recém-nascidos prematuros. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 39, p. e2017-0245, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/BGJZ7MDqtqVxbYW7fbhBkPk/#:~:text=A%20auto%20ordenha%20manual%20possui,ingurgitamentomam%C3%A1rio%20e%20a%20ma%20stite1>. Acesso em: 12 out. 2024.

RONDÔNIA. Secretaria de Estado da Saúde (SESAU). **Banco de leite pontua mais de 8 mil atendimentos com promoção da doação e apoio ao aleitamento materno**. Porto Velho, RO: SESAU, 2019. Disponível em: <https://rondonia.ro.gov.br/banco-de-leite-pontua-mais-de-8-mil-atendimentos-com-promocao-da-doacao-e-apoio-ao-aleitamento-materno/>. Acesso em: 15 out. 2024.

SECRETARIA DE SAÚDE DO ESTADO DE SERGIPE. **Amamentação: cuidados com a higiene são imprescindíveis**. Saúde SE, 2017. Disponível em: <https://saude.se.gov.br/amamentacao-cuidados-com-a-higiene-sao-imprescindiveis/#:~:text=A%20higieniza%C3%A7%C3%A3o%20se%20faz%20necess%C3%A1ria,%C3%A0%20suspens%C3%A3o%20tempor%C3%A1ria%20da%20amamenta%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 12 out. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Amamentação traz benefícios para o bebê e a mãe**. SBP, 2018. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/filiada/goias/noticias/noticia/nid/amamentacao-traz-beneficios-para-o-bebe-e-a-mae/>. Acesso em: 12 out. 2024.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ

PREX – PROJETO PIBEU Nº057/2023

