



# PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

## Entrevista com Dr. César Victora – Novidades sobre o aleitamento materno

Não há dúvidas de que o leite materno é o melhor alimento para o bebê. É feito especificamente para ele, com todos os nutrientes necessários para seu crescimento e desenvolvimento. Contém também anticorpos da mãe que o protegem contra doenças. Enfim, é um alimento completo. A recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) é que as mães amamentem as crianças até os dois anos ou mais. Há muitos benefícios do leite materno mesmo depois do primeiro ano de vida e há pesquisas que indicam que a amamentação prolongada contribui para o aumento da inteligência da criança. Cada vez mais a ciência descobre novidades sobre os benefícios do leite materno. Saiba mais sobre o assunto na entrevista com o Dr. Cesar Gomes Victora, professor e pesquisador da Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul e Caroline Dalabona, nutricionista da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.



### **ENTREVISTA COM: Dr. César Victora**

**Professor e pesquisador da Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul**

### **Quais são as mais recentes descobertas científicas sobre o aleitamento materno?**

As descobertas mais recentes relativas ao leite materno dizem respeito ao fato de que ele contém um tipo de molécula de açúcar, que a gente chama de oligossacarídeos, que servem como um adubo para a flora intestinal, para as bactérias saudáveis que crescem dentro do intestino do bebê. Essas bactérias ajudam a manter a criança saudável evitando diarreia e outras infecções

intestinais. É muito importante que essas células sejam adubadas, digamos assim, com os oligossacarídeos.

As outras descobertas muito importantes, que cada vez nós temos mais evidências, dizem respeito a presença de células-tronco no leite materno. Essas são células que passam da mãe para a criança. Elas atravessam a barreira intestinal, entram na corrente sanguínea da criança e se deslocam para diferentes órgãos. Nós sabemos, por exemplo, que neurônios ou células-tronco que são precursoras neurais, estão presentes no leite materno e podem se transformar. Então, isso ajuda também a desenvolver o cérebro e a inteligência da criança.

## **Uma grande preocupação nessa época de pandemia é se o coronavírus passa para o leite materno. Isso acontece?**

Eu faço parte de um grupo, que trabalha na Organização Mundial da Saúde, que tem avaliado, primeiro, se pode ter transmissão do coronavírus através do leite materno. Tem alguns estudos que mostraram no leite da mãe uns pedacinhos do vírus, pedacinhos do RNA viral, mas, na verdade, não há nenhum estudo que comprove que há transmissão da doença através de leite materno. Por isso, nós fizemos um cálculo, pensando assim: mesmo que houvesse a transmissão pelo leite materno, qual seria o risco para a criança? Nós sabemos que crianças pequenas são afetadas pelo coronavírus, são infectadas, elas desenvolvem anticorpos, mas a mortalidade delas, o que a gente chama de letalidade, é muito, muito baixa. O nosso cálculo é o seguinte: se uma mãe parar de amamentar seu filho e deixar de dar toda a proteção que o leite materno confere a essa criança em termos de evitar as doenças infecciosas, o risco da criança eventualmente até morrer, ser vítima da mortalidade infantil, devido a uma infecção dessas, é quarenta vezes maior do que o risco dela pegar covid-19 e morrer pelo covid-19. Não vale à pena parar de amamentar, mesmo que a mãe seja diagnosticada com coronavírus. Essa é uma recomendação muito forte da Organização Mundial da Saúde.

## **ENTREVISTA COM: Caroline Dalabona Nutricionista da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.**

### **Caroline, por que o leite materno é considerado “o padrão ouro” da alimentação para o bebê?**

A Organização Mundial da Saúde considera o leite materno um alimento de qualidade ouro para a saúde dos bebês porque é um alimento completo. A mãe produz aquele leite específico para o bebê, de acordo com as necessidades dele e para a idade dele. Ele é um alimento completo no sentido nutricional. Tem todos os nutrientes de grande qualidade para suprir as necessidades do bebê para aquela fase e, também, tem muitos componentes importantes, que favorecem a

saúde da criança, por exemplo, os anticorpos. Os anticorpos da mãe passam para o bebê e assim fazem a proteção desse bebê contra doenças.

## **Por que é importante amamentar até os dois anos ou mais?**

Porque já há muita evidência dos benefícios da amamentação prolongada. Já têm pesquisas dizendo que quanto mais a criança é amamentada melhor é a nutrição do seu cérebro, ou seja, mais inteligente essa criança fica, entre outros benefícios nutricionais que ela tem. Os nutrientes que são compostos no leite materno, mesmo depois do primeiro ano de vida, do segundo ano de vida, ainda ajudam muito na nutrição da criança e fazem com que ela fique mais saudável. É devido a isso que há a recomendação e a importância de amamentar quanto mais tempo for possível essas crianças.

## **Quais as orientações para as mães que amamentam e estão com covid-19?**

As mães que amamentam e que estão infectadas com o coronavírus devem continuar amamentando. Esta é a recomendação, o consenso, mas é preciso ter alguns cuidados. E esses cuidados giram em torno, principalmente, da questão da higiene. É preciso lavar muito bem as mãos, de acordo com o protocolo, antes de pegar o bebê para amamentar e, também, o uso de máscaras. Mas é muito importante essas mães tirem dúvidas sobre isso com um profissional de confiança, perguntar como devem ser esses cuidados na hora da amamentação. Aquelas mães que não se sentem seguras em amamentar nesse momento, a alternativa que elas têm é retirar o leite, fazer a ordenha, congelar esse leite, e outra pessoa, que não esteja infectada, oferecer esse leite para o bebê, de preferência com uma colherzinha para evitar o uso de mamadeiras e bicos, que podem posteriormente dificultar o retorno da amamentação.

## **Quais são as orientações da Pastoral da Criança sobre o aleitamento materno?**

A Pastoral da Criança é uma grande defensora do aleitamento materno e ela segue os protocolos e orientações que os órgãos de saúde oficiais fornecem, tais como a Organização Mundial da Saúde, o Ministério da Saúde, Sociedade Brasileira de Pediatria e tantos outros que são favoráveis ao aleitamento materno. O que a Pastoral da Criança orienta, o que os nossos líderes, lá na ponta, junto com as famílias orientam, é: vamos amamentar o bebezinho até os dois anos ou mais; quanto mais tempo esse bebê for amamentado, melhor, mais benefícios ele vai ter; e amamentar exclusivamente durante os primeiros 6 meses, ou seja, só leite materno, que é suficiente para suprir as necessidades. Os nossos líderes são grandes responsáveis por transmitirem informações precisas, seguras e orientações sobre o aleitamento materno lá na ponta. Todas as informações sobre o aleitamento materno é possível encontrar no nosso Aplicativo, nas nossas

e-capacitações. Baixe o Aplicativo da Pastoral, acesse as nossas e-capacitações e se beneficie também das informações que constam nesses materiais.

## **(MENSAGEM):**

**Irmã Veneranda da Silva Alencar, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.**

**Irmã Veneranda, por que o bebê deve receber só leite de peito até os seis meses de vida?**

O aleitamento materno exclusivo é recomendado por várias razões. Primeiro, porque o leite materno é completo. É o melhor alimento para o bebê. Depois, porque diminui a chance de o bebê ter diarreia, infecções respiratórias e protege contra várias doenças. Mas as vantagens da amamentação ao peito vão muito além da nutrição. Ela ajuda também na construção emocional do bebê, pois reforça o vínculo afetivo entre a mãe e o bebê. O aleitamento é exclusivo nos primeiros seis meses, mas pode continuar até os dois anos ou mais. Amamentar é uma escolha, uma decisão da mãe por seu filho. Para que o aleitamento tenha sucesso, a mãe deve ter vontade de amamentar. Ela não deve se deixar influenciar por opiniões desestimulantes e abandonar o aleitamento nas primeiras dificuldades. A mãe deve se manter decidida a amamentar e saber as razões por que quer amamentar seu filho. É essa consciência, da importância da amamentação, que os líderes passam para as gestantes acompanhadas.

## **TESTEMUNHO:**

**Jaime Vitorino de Mendonça Filho, Coordenador da Pastoral da Criança da Paróquia Nossa Senhora da Soledade, em Lagoa do Carro, Pernambuco.**

**Quais são as orientações que vocês dão para as gestantes sobre a importância do aleitamento materno?**

Como sabemos, o aleitamento materno é completo. Isso significa que, até os seis meses de vida, o bebê não precisa de nenhum outro tipo de alimento, como chá, suco e água, porque o próprio aleitamento materno já repõe todas as substâncias necessárias para o bebê.