



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Camila da Silva Pereira - Agosto Dourado 2026: amamentação para um começo de vida sustentável

O Agosto Dourado é dedicado à conscientização sobre a importância do aleitamento materno e à defesa das condições necessárias para que as mulheres possam amamentar. O Ministério da Saúde recomenda que o bebê receba somente leite materno nos primeiros seis meses de vida e que a amamentação continue, junto com a alimentação complementar, até os dois anos ou mais.

O leite materno oferece os nutrientes de que o bebê precisa, ajuda a protegê-lo contra infecções e contribui para seu crescimento e desenvolvimento. Segundo o Ministério da Saúde, estima-se que o aleitamento materno possa reduzir em até 13% as mortes de crianças menores de cinco anos por causas evitáveis. A amamentação também traz benefícios para a saúde da mulher.

Fortalecer o que funciona

A Semana Mundial do Aleitamento Materno de 2026 tem como tema **“Amamentação para um começo de vida sustentável: fortalecer o que funciona”**. Definida pela Aliança Mundial para Ação em Aleitamento Materno, a campanha propõe reconhecer e ampliar políticas, serviços e práticas que já apresentam bons resultados na proteção, na promoção e no apoio à amamentação.

A proposta também reforça que a amamentação contribui para a saúde, a nutrição, a segurança alimentar e a sustentabilidade. Para avançar, é necessário acompanhar os resultados das ações, aprender com experiências bem-sucedidas e transformar essas evidências em políticas públicas e apoio contínuo às famílias.

Amamentar depende de apoio

Embora seja realizada pela mulher, a amamentação não deve ser tratada como uma responsabilidade exclusivamente individual. Para que ela aconteça, a mãe precisa receber informação segura, acolhimento e apoio da família, dos profissionais e serviços de saúde, dos locais de trabalho, das comunidades e do poder público.

Combater a desinformação e garantir acesso às unidades básicas de saúde e aos bancos de leite humano também são medidas fundamentais. Mais do que dizer que a mulher deve amamentar, é preciso assegurar condições para que ela possa fazer isso com segurança, respeito e acompanhamento adequado.

A atuação da Pastoral da Criança

A promoção do aleitamento materno é uma das principais bandeiras da Pastoral da Criança. Desde a gestação, líderes voluntários capacitados visitam e orientam as famílias sobre a importância da amamentação exclusiva até os seis meses e de sua continuidade, junto com outros alimentos, até os dois anos ou mais. Esse acompanhamento próximo ajuda a esclarecer dúvidas, combater informações incorretas e incentivar a busca por atendimento nos serviços de saúde sempre que necessário.

Saiba mais

No conteúdo a seguir, conversamos com **Camila da Silva Pereira**, nutricionista que atua em Curitiba, no Paraná, e integrante da **IBFAN Brasil - Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar**.

Na entrevista, ela apresenta informações importantes sobre o aleitamento materno e responde a dúvidas frequentes das famílias. Você pode acompanhar o conteúdo completo abaixo ou ouvir a entrevista no player de áudio desta página.

Neste conteúdo, você vai encontrar:

- Como o aleitamento materno contribui para a sustentabilidade ambiental e para a segurança alimentar e nutricional?
- Quais são os impactos negativos do não aleitamento materno para o meio ambiente?
- Quais são os prejuízos da não amamentação para o serviço de saúde?
- Quais são os benefícios do aleitamento materno para o bebê e para a mãe?
- Como o aleitamento materno é uma responsabilidade coletiva?
- O que funciona? E por que o que funciona é tão importante?
- Como lutar contra o desestímulo ao aleitamento materno?
- Onde a mulher pode buscar ajuda?

ENTREVISTA COM: Camila da Silva Pereira, nutricionista e membro da Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar (IBFAN Brasil).

Camila, como o aleitamento materno contribui para a sustentabilidade ambiental e para a segurança alimentar e nutricional?

CAMILA:

A sustentabilidade é a forma que a gente precisa pensar o mundo para atender as necessidades da população, sem comprometer o mundo para as gerações futuras. De uma forma geral, se a gente parar para pensar o aleitamento materno, a amamentação, ela seria a prática mais pronta para a gente mostrar realmente o que é sustentabilidade. O leite materno não vai gerar resíduo, o aleitamento não vai depender de produção de cadeia industrial, não vai consumir água para ser produzido, além da água que a mãe já ingere para si mesma, não emite gases que são poluentes. É um recurso 100% natural e que se renova o tempo todo. E para segurança alimentar e nutricional, o leite materno vai trazer todas as outras partes da sustentabilidade, protegendo esse bebê de possíveis problemas, dando a ele a oportunidade de ter o melhor alimento para o seu desenvolvimento.



Camila, quais são os impactos negativos do não aleitamento materno para o meio ambiente?

CAMILA:

Quando a gente não amamenta, o bebê vai depender do uso de fórmulas lácteas comerciais e vão gerar impactos ambientais graves e diretos. Então, a produção desses leites requer extração de água intensiva, produção de embalagem que gera plástico, metal, gastos com transporte, emissão de poluentes e processamento industrial, que também vai acabar emitindo poluentes e carbono. Os estudos recentes mostram que o impacto da fabricação desse tipo de fórmula láctea gera milhões de toneladas de resíduo e contribui muito significativamente para emissões de gases de efeito estufa.

Quais são os prejuízos da não amamentação para o serviço de saúde?

CAMILA:

Então, as crianças que não recebem leite humano, a gente já sabe que têm maior quantidade de infecção no primeiro ano de vida, respiratória, gastrointestinais. Diagnóstico de alergias e doenças crônicas até na primeira infância e adolescência são relacionadas com a falta de leite materno, com obesidade e diabetes. Isso vai gerar mais consultas, mais hospitalização e mais custo para o sistema de saúde pública. E para as mães o risco aumentado de câncer de mama, câncer de ovário, depressão pós-parto, diabetes tipo 2, que também vão gerar custos para os serviços de saúde.

Camila, quais são os benefícios do aleitamento materno para o bebê e para a mãe?

CAMILA:

Os benefícios do aleitamento para o bebê e para a mãe são imensos, mas de uma maneira rápida e geral ele vai ser a alimentação mais completa até os seis meses, vai facilitar a digestão, hidratação, proteger contra infecções respiratórias, gastrointestinais, reduz alergia, melhora muito imunidade e diminui a mortalidade infantil. E para mãe, vai favorecer toda essa recuperação de pós-parto, reduzir câncer de mama e ovário, reduz os impactos da depressão pós-parto, fortalece o vínculo, oferece proteção para mãe do diabetes do tipo 2, de doenças cardiovasculares e vai ser a forma mais econômica e eficaz para proteger a mãe e o bebê.

Camila, como o aleitamento materno é uma responsabilidade coletiva?

CAMILA:

Para criar uma criança precisa uma aldeia. Esse é um provérbio africano. E amamentar não é só uma decisão da mãe, ela não depende só disso. Ela vai ser responsabilidade de toda a sociedade, dos serviços de saúde, de profissionais de saúde, de cultura. Então, a gente luta ainda por políticas públicas muito mais robustas, que protejam a mãe e o bebê do marketing, principalmente do marketing abusivo dos substitutos de leite humano: fórmulas, mamadeiras, bicos e chupetas. Precisamos de licenças-maternidade adequadas, locais de trabalho que apoiem verdadeiramente essa mãe, serviços qualificados e profissionais capacitados que sejam verdadeiras redes de apoio que orientem a mãe da melhor forma e que a mãe tenha suas dificuldades sanadas e respeitadas sempre por esses profissionais e pela comunidade.

O tema para a Semana Mundial do Aleitamento Materno deste ano diz: “Amamentação para um começo de vida sustentável: fortalecer o que funciona.” Camila, o que funciona? E por que o que funciona é tão importante?

CAMILA:

De uma maneira simples e direta, o Brasil já funciona com relação às políticas públicas de aleitamento materno. A gente não precisa inventar novas soluções, porque o leite humano por si só, ele é a solução. O que a gente precisa é aprimorar e continuar protegendo e cuidando da amamentação. Então, fortalecer o que funciona é principalmente mostrar a força dos bancos de leite humano no Brasil, qualificar essas equipes de saúde, atualizá-las sempre, aumentar e proteger mais a amamentação, principalmente cuidando da nossa NBCAL, que é a Norma Brasileira de Comercialização de Alimentos para Lactentes de Proteção ao Marketing Abusivo, e fortalecer políticas públicas de aleitamento. Tudo isso já funciona, mas precisa ser muito mais fortalecido.

Ao ganhar bebê, a mulher encontra-se vulnerável e lhe são oferecidas tantas marcas de leite. Camila, o que está por trás desse marketing? O que a lei garante sobre isso? Como lutar contra o desestímulo ao aleitamento materno?

CAMILA:

O acolhimento precisa acontecer com muito respeito. Acontecer com muito cuidado e proteção. A criança não pode ser julgada e muito menos culpabilizada. Ela precisa ser escutada, acolhida com carinho e acompanhada por uma Rede de Proteção. A Rede de Proteção, que é a sua família, que é a Assistência Social do município, pelo pessoal da saúde, pela escola, pelo apoio psicológico. A recuperação não é apenas física, mas também emocional, afetiva e é humana.

Camila, onde a mulher pode buscar ajuda?

CAMILA:

Além do banco de leite humano ser o lugar que recebe leite humano para doação para os bebês que estão hospitalizados, prematuros, eles também são lugares de atendimento gratuito às dificuldades da amamentação. Então, toda vez que a mulher sentir que tem um problema para amamentar, os bancos de leite humano vão ser uma opção gratuita e muito boa de consultoria. Nós vamos ter também as unidades de saúde como referência. Então, no Brasil, por exemplo, a gente tem a Estratégia Amamenta e Alimenta e a gente precisa fortificar essas políticas e principalmente manter os seus profissionais atualizados. E aí, fora do SUS, a gente vai ter consultoras de lactação, grupos de apoio à amamentação em comunidades que podem e devem sempre ser buscados.



(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas, coordenadora nacional da Pastoral da Criança.

Maria Inês, por que o leite materno faz toda a diferença na vida da criança e na sustentabilidade do planeta?

MARIA INÊS:

O aleitamento materno é um gesto de amor que também se revela profundamente sustentável. Ao nutrir o bebê de forma natural, através do leite de peito, a mãe contribui para a preservação do meio ambiente, reduzindo o uso de embalagens, fórmulas industrializadas e recursos necessários para a produção e transporte do leite artificial. O leite materno é um alimento completo e livre de desperdícios, que promove saúde e fortalece o vínculo entre mãe e filho, ao mesmo tempo em que cuida do planeta. A Pastoral da Criança desempenha um papel essencial ao orientar, apoiar e acompanhar gestantes e mães, incentivando o aleitamento materno. Apoiar, incentivar e proteger o aleitamento materno é investir em um mundo mais saudável, humano e equilibrado para todos. Um forte abraço.

(TESTEMUNHO) Raíssa Daniele Amorim de Oliveira, líder da Pastoral da Criança, em Várzea Paulista, estado de São Paulo.

Raíssa, como vocês orientam as gestantes sobre a preparação e sobre a importância do aleitamento materno?

RAÍSSA:

Na Pastoral da Criança, nós orientamos a gestante desde o período da gestação sobre a importância do aleitamento materno. Conversamos sobre os benefícios do leite materno para a saúde e para o desenvolvimento do bebê, além da proteção contra diversas doenças. Nós buscamos incentivar a preparação para a amamentação, esclarecendo dúvidas, fortalecendo a confiança da gestante, orientando sobre os cuidados com as mamas. Sobre a pega correta, porque muitas vezes algumas mulheres não conseguem amamentar porque machuca, porque dói. Quando a gente vai orientar, vai ver que é somente a pega que não está correta. Então, nós procuramos acolher, apoiar, encorajar cada mãe, mostrando que o leite materno é o alimento mais completo para os primeiros 6

meses de vida, mostrando para essa mãe de que ela é capaz sim de amamentar. Então, o nosso trabalho, o que a gente busca todo dia é estar mais próximo dessa família e oferecer informação, apoio e acompanhamento.

**(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen,
arcebispo de Maringá, Paraná e
presidente da Pastoral da Criança.
DOM FREI SEVERINO:**

O aleitamento materno é um gesto de amor que também expressa um compromisso profundo com a sustentabilidade. Ao nutrir o filho de forma natural, a mãe oferece um alimento completo, saudável e renovável, que dispensa processos industriais e reduz impactos ambientais. Mais do que alimentar, amamentar fortalece o vínculo entre mãe e filho, promove a vida e revela o cuidado com a criação. Que Deus abençoe todas as mães que escolhem e perseveram na amamentação. Elas estão fazendo o melhor por seus filhos. Deus vos abençoe.



Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1820 - 10/08/2026 - Agosto Dourado