

Agosto Dourado



A Importância da Amamentação: Benefícios para a Saúde e Desenvolvimento Infantil



A amamentação é um processo natural e essencial para o desenvolvimento saudável do recém-nascido e da criança. É um ato que envolve a alimentação e o vínculo entre mãe e filho e, durante séculos, foi a única fonte de nutrição para os bebês, o que desempenhou um papel fundamental na sobrevivência e no desenvolvimento infantil.

É um dos melhores investimentos para salvar vidas infantis e melhorar a saúde, o desenvolvimento social e econômico dos indivíduos e nações. Criar um ambiente propício para padrões de alimentação infantil ideais é um imperativo da sociedade. Proteção, promoção e apoio à amamentação são estratégias importantes em nível institucional e individual.

Você Sabia?

O laço dourado é uma maneira de promover o valor da amamentação para a sociedade.

- **Ouro: a amamentação é padrão "ouro" para a alimentação infantil, e não pode ser comparado a nenhuma outra alternativa.**
- **Um lado do laço: representa a mãe**
- **Outro lado do laço: representa a criança**
- **O laço é simétrico: a mãe e a criança são ambos vitais para o processo de amamentação**
- **O nó: simboliza o pai, a família e a sociedade. Sem o nó, não haveria o laço: sem o apoio, a amamentação não seria bem sucedida.**
- **As pontas são o futuro: aleitamento materno exclusivo até 6 meses e amamentação continuada até 2 anos ou mais, com a adequada introdução dos alimentos**

Alimentação saudável dentro e fora da escola

ANO IV N°06 AGOSTO DE 2023

Agosto Dourado



A Importância da Amamentação: Benefícios para a Saúde e Desenvolvimento Infantil

Benefícios:

- **Nutrição ideal:** O leite materno é o alimento mais completo e balanceado para um recém-nascido. Ele fornece todos os nutrientes necessários para um crescimento saudável, incluindo proteínas, carboidratos, vitaminas e minerais.
- **Proteção imunológica:** O leite materno contém uma variedade de componentes imunológicos que ajudam a proteger o bebê contra doenças respiratórias e gastrointestinais, diminuindo, assim, o risco de doenças e hospitalizações.
- **Prevenção de doenças crônicas:** A amamentação está associada a um menor risco de desenvolvimento de várias doenças crônicas na vida adulta, incluindo obesidade, diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares. Os benefícios da amamentação podem ser atribuídos a fatores nutricionais e imunológicos presentes no leite materno.
- **Desenvolvimento cognitivo:** Estudos mostram uma associação entre a amamentação e o desenvolvimento cognitivo. O leite materno contém uma série de proteínas, que são essenciais para o desenvolvimento do sistema nervoso central, o que pode ter efeitos positivos na inteligência, memória e habilidades de aprendizado da criança.



**"APOIE A
AMAMENTAÇÃO:
FAÇA A DIFERENÇA
PARA MÃES E PAIS QUE
TRABALHAM".**

**A amamentação desempenha um
papel fundamental na saúde e no
desenvolvimento infantil.
Seus benefícios nutricionais,
imunológicos, cognitivos e
emocionais são inquestionáveis.**