

BENEFÍCIOS DO LEITE MATERNO

- Alimento vivo e completo, nutricionalmente equilibrado, adequado às necessidades de cada bebé
- Possui propriedades imunológicas e anti-infecciosas
- Promove a afetividade
- Prático, seguro, económico
- Facilita a recuperação pós-parto

- Participe ativamente na tomada de decisão de como alimentar o bebé, envolvendo-se no aconselhamento pré e pós natal
- Envolver-se no processo de amamentação, motive e incentive
- Planeie o quotidiano e partilhe as tarefas domésticas
- Quebre barreiras e tabus

O HOMEM COMO ELEMENTO FACILITADOR

ALEITAMENTO MATERNO UM RECURSO SUSTENTÁVEL

O leite materno é uma energia renovável, sustentável e ecológica, que:

- Diminui a produção de resíduos industriais e a pegada de carbono.
- Contribui para o combate às alterações climáticas e protege os ecossistemas.
- Não faz distinção entre etnias, géneros e estatutos sócioeconómicos.

É um investimento pessoal e familiar, que proporciona aos recém-nascidos o melhor começo de vida e preserva o futuro do planeta!

Mesmo em tempos de pandemia por Covid-19, recomenda-se que as mulheres, com suspeita ou confirmação de infeção, continuem a amamentar, uma vez que os benefícios do aleitamento materno são muito superiores aos riscos da potencial infeção (OMS, 2020).

