

---

## Mamômetro e sua importância no aleitamento materno exclusivo

<sup>1</sup> Clara CARVALHO  
Faculdade Laboro, DF

### RESUMO

O aleitamento materno traz inúmeros benefícios para a saúde imunológica do recém-nascido, porém amamentar envolve diversos fatores entre eles orientações sobre a maneira correta de se amamentar, cuidados com as mamas e também fatores socioeconômicos. O presente estudo de cunho inovador apresenta o *mamô metro* instrumento de uso diário para auxiliar mães no processo de amamentação.

**PALAVRAS-CHAVE:** saúde, aleitamento materno, mãe, recém-nascido, amamentação.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), é preconizado que o aleitamento materno seja exclusivo até os seis meses de vida, sendo complementado até os dois anos ou mais de vida. Com os benefícios que o leite materno traz para o bebê não se faz necessária introdução alimentar antes dos seis meses, sendo esse considerado o método de alimentação primordial para a saúde da criança (BRASIL,2009).

O leite materno é o alimento mais saudável e rico para o bebê, pois apresenta uma série de nutrientes, o primeiro leite se dá o nome de colostro podendo ser de cor transparente ou amarelada rico em nutrientes, garante ao bebê medidas de proteção imunológica contra doenças infecciosas, combate a obesidade, doenças respiratórias, intestinais como a diarreia, contribui ainda para a diminuição da mortalidade infantil(COSTA, et al 2008).

Estudos mostram que além dos benefícios para o sistema imunológico da criança o leite materno e a amamentação exclusiva fortalecem o vínculo da mãe com o bebê, proporcionando laços afetivos que serão benéficos por toda a vida. Mas para que se tenha um bom aproveitamento das mamadas, é importante que as mães saibam como amamentar corretamente, evitando que seu bebê deixe de receber os nutrientes necessários que o leite traz para o desenvolvimento da criança (BARBOSA, et al 2018).

<sup>1</sup> MAMÔ METRO E SUA IMPORTÂNCIA NO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO. Clara Fernanda Gonçalves de Carvalho,pós graduação em enfermagem em UTI Neonatal e Pediátrica, FACULDADE LABORO.

---

Posicionar-se corretamente enquanto se dá o mamar faz toda a diferença para que durante a amamentação o bebê consiga ter uma boa pega e a distribuição do leite seja adequada, evita também que a mãe tenha traumas relacionados à hora da amamentação e também fissuras nos seios.

Pensando nisso trago algumas informações pertinentes para aquelas mães de primeira viagem, essas que apresentam muitas dúvidas quanto à amamentação adequada e o posicionamento do bebê. Deixo um passo a passo conforme citado em *Promovendo o Aleitamento Materno* (álbum seriado 18p):

*Primeiro : o corpo do bebê deve estar inteiramente de frente para a mãe e bem próximo (barriga do bebê voltada para o corpo da mãe). A boca do bebê deve estar de frente para o bico do peito, Aproximar a boca do bebê bem de frente ao peito, para que ele possa abocanhar, ou seja, colocar a maior parte da aréola (área mais escura e arredondada do peito) dentro da boca. Queixo do bebê tocando o peito da mãe.*

*Segundo: Boca bem aberta; Lábios virados para fora; Queixo tocando o peito da mãe; Aréola mais visível na parte superior que na inferior; Bochecha redonda (“cheia”); A língua do bebê deve envolver o bico do peito.*

Estudos mostram que a dificuldade para amamentação influencia no desmame precoce, como ingurgitamento das mamas, mamilos protusos, fatores socioeconômicos entre outros. A idade, a gestação, as condições econômicas, o incentivo paterno e qualidade de vida das mães influenciam no abandono do aleitamento materno (VENANCIO et al 2010). Portanto é importante saber quais as maiores dificuldades que a mãe tem na hora de amamentar.

Pensando nisso tive a ideia de trazer um equipamento que irá auxiliar as mães de primeira viagem a saberem quanto à troca de mamas, evitando assim o ingurgitamento das mamas e a esvaziarem por completo as mesmas. Mas lembre-se de sempre cuidar das mamas, não é necessário lavar os mamilos toda mamada, no banho diário lava-se as mamas normalmente esse hábito já diminui o risco de infecção.

Ele funciona como um termômetro o **mamô metro** que identifica a quantidade de vezes que o bebê mamou mostrando MAMA 1 e MAMA2, contabilizando o tempo de cada mamada. Ao final de cada esvaziamento da mama as gotas restantes são sinalizadas, assim as mães saberão quanto e quando trocetem as mamadas do seu bebê. Com design fácil e inovador, possui um visor de tela auto explicativo e um botão de on e off, muito simples e de fácil compreensão, vem com bateria recarregável e bolsa para passeio, assim podendo ser usado em qualquer lugar.

Figura 1



Figura 2



## REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009.

COSTA, Paulo José da; LOCATELLI, Bárbara Moreira do Espírito Santo. O processo de amamentação e suas implicações para a mãe e seu bebê. **Mental**, Barbacena, v. 6, n. 10, p. x-xx, jun. 2008. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-)

---

44272008000100006&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 24 set. 2020.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde Promovendo o Aleitamento Materno 2ª edição, revisada. Brasília: 2007 Álbum seriado. 18p.

BARBOSA, Gessandro Elpídio Fernandes et al . Dificuldades iniciais com a técnica da mamada e impacto na duração do aleitamento materno exclusivo. Rev. Bras. Saude Mater. Infant., Recife , v. 18, n. 3, p. 517-526, Sept. 2018 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-38292018000300517&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-38292018000300517&lng=en&nrm=iso)>. access on 24 Sept. 2020. <https://doi.org/10.1590/1806-93042018000300005>.

VENANCIO, Sonia I. et al . A prática do aleitamento materno nas capitais brasileiras e Distrito Federal: situação atual e avanços. J. Pediatr. (Rio J.), Porto Alegre , v. 86, n. 4, p. 317-324, Aug. 2010 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572010000400012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572010000400012&lng=en&nrm=iso)>. access on 24 Sept. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S0021-75572010000400012>.