

Informação útil sobre a lactação materna e os bebês com síndrome de Down

Parabéns pelo nascimento do seu bebê! É maravilhoso que tenha decidido dar ao seu bebê um presente tão especial como a lactação materna.

PONTOS BÁSICOS DA LACTAÇÃO MATERNA

Todos os bebês se beneficiam da lactação, recebendo o leite materno. A lactação materna pode:

- Promover o desenvolvimento dos olhos e o cérebro
- Diminuir o risco do Síndrome de Morte Súbita Infantil
- Melhorar a coordenação da língua e boca ajudando com as habilidades da linguagem
- Criar uma relação especial com o seu bebê

Existem também benefícios especiais para os bebês com síndrome de Down:

- Os bebês com síndrome de Down têm um risco maior de infecções. A mãe produz anticorpos e os passa ao bebê pelo leite, ajudando na proteção do bebê contra as infecções.
- O leite materno é muito fácil de digerir e isso ajuda com problemas estomacais relacionados com a síndrome de Down.
- O contato direto pele com pele durante a lactação materna ajuda na estimulação do tonus muscular baixo (músculos fracos) do bebê.

PRIMEIROS PASSOS

É necessário ter paciência e tempo quando o bebê aprende a mamar. Começando do melhor jeito possível ajuda você e seu bebê a conseguirem uma lactação materna com sucesso.

- Comece a lactação materna o quanto antes possível.
- Mantenha contato pele com pele com o seu bebê o máximo de tempo possível. O contato ajuda a elevar os hormônios do leite. É provável que o bebê comece a procurar o peito e que inclusive pegue ele quando o contato pele com pele for estabelecido.
- Alimente frequentemente seu bebê, 8 -12 vezes em 24 horas, contando as vezes da noite.
- Coloque-se em posição confortável antes de começar a alimentar seu bebê.
- Coloque o seu bebê de um jeito que o queixo e o corpo estejam bem seguros, isso é muito importante para os bebês com baixo tonus muscular. As enfermeiras vão poder te ajudar no hospital com o posicionamento do seu bebê.
- Informe-se onde você pode procurar ajuda e apoio extra depois da saída do hospital.

MEU BEBÊ ESTA RECEBENDO LEITE SUFICIENTE?

Para poder falar com certeza que o bebê esta recebendo leite suficiente se olha o seguinte:

- O bebê deveria receber leite 8-12 vezes num dia.
- Depois de uma semana o bebê deveria urinar 6-8 vezes e ter 3 evacuações amarelas suaves e grumosas.
- Seu bebê com síndrome de Down deveria ganhar 4 gramas por semana.

DESAFIOS DA LACTAÇÃO MATERNA

Os bebês com síndrome de Down podem achar obstáculos que afetem a lactação. Existem vários jeitos de supera-los e conseguir uma lactação adequada.

Baixo tonus muscular

Pode ser que o seu bebê tenha baixo tonus muscular, especialmente na língua e nos lábios. Para ajudar na lactação, faça o seguinte:

- Segure bem o queixo e o corpo do bebê
- Segure a base da cabeça do bebê com a sua mão. Muita pressão na parte de trás da cabeça do bebê pode diminuir o fechamento dele com o peito.

Sono

Pode ser que o seu bebê durma muito podendo afetar o padrão de sono. Se o bebê também dorme durante o tempo de lactação, pode ser que ele/ela não receba leite suficiente, especialmente no final da mesma. O leite do final da lactação têm maior quantidade de calorias e gordura que ajudam no crescimento do seu bebê.

- Diminua a luz do quarto para que o bebê não tenha que fechar os olhos pela luz
- Deixe o bebê na sua fralda para ajudar mantê-lo desperto
- Limpe a cara do bebê com uma fralda de criança molhada
- Fale com o bebê e dê toques no seu rosto durante a lactação
- Faça pressão e massagens no seu peito durante a lactação. Isso ajuda manter o fluxo de leite w manter o bebê interessado na lactação.

Empurros da língua

Alguns bebês com síndrome de Down frequentemente tem línguas que sobressaem e empurram o mamilo. Para ajudar esses bebês, tente o seguinte:

- Espere que o bebê abra bem a boca (como um bocejo) com a língua na frente e abaixo.
- Gentilmente faça pressão para baixo no queixo do bebê. A abertura da mandíbula ajuda a língua a se mover pra frente.
- Mostre ao seu bebê como manter a língua baixa. Com o seu dedo faça pressão no centro da língua e gentilmente retire o dedo.
- Permita o seu bebê sugar o seu dedo para ajuda-lhe desenvolver uma sugação rítmica e não morder.

E SE O MEU BEBÊ NÃO ESTA BEBENDO A LEITE?

Alguns bebês não vão beber leite no hospital. A equipe medica pode ajudar criando um plano individual de lactação para ter certeza que o bebê receba todos os nutrientes que ele/ela precisa para crescer e se desenvolver. Saindo do hospital, você poderá se reunir com o seu pediatra, que vai ajustar o plano de lactação de acordo com suas necessidades. Durante esse tempo é importante que aumente e proteja a reserva de leite. Geralmente quando o bebê se alimenta muito é o momento de fazer a reserva do leite. Se o seu bebê não esta bebendo leite do seu peito, o seu medico vai te ajudar a pegar uma bomba de mama elétrica e te mostrará como utiliza-la. Alguns bebês não beberão do peito, mas dar para eles o leite da bomba de mama elétrica vai agir do mesmo jeito em relação aos maravilhosos benefícios do leite materno.

APOIO

Sua enfermeira no hospital vai te ajudar com a lactação. Ela também vai marcar para você uma consulta com a equipe de lactação. Quanta mais ajuda e apoio você tiver, mais sucesso terá sua lactação. É importante verificar com o seu pediatra se ele tem alguém que possa ajudar na lactação ou se não pedir a ele uma referência. Pergunte a sua enfermeira no hospital se tem uma lista dos recursos disponível. Zipmilk.org é um site muito bom que pode colocar você em conato com consultores de lactação, grupos da Liga da leite e outros grupos na sua comunidade.