



Espaço CEASA  
**Apoio à  
Amamentação**



# INTRODUÇÃO

## Por que um Espaço de Apoio à Amamentação?

Amamentar é muito mais do que nutrir a criança. É um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões no estado nutricional da criança, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe.

A Organização Mundial de Saúde recomenda o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. De acordo com a OMS atualmente apenas 38% das crianças são amamentadas nesta faixa etária.

Diante deste quadro e da necessidade de atender as centenas de trabalhadoras deste entreposto, a Ceasa-GO decidiu criar o Espaço de Apoio a Amamentação.

Amamentar exige dedicação, paciência e persistência. Mas nem sempre é uma escolha. A Ceasa-GO quer incentivar e colaborar concretamente com as mães que tomarem esta decisão. Apoiar a mulher na amamentação faz toda a diferença. No Espaço de Apoio a Amamentação, as mães trabalhadoras terão toda a estrutura de apoio para superarem as dificuldades iniciais da volta ao trabalho, após a licença maternidade, criando condições efetivas que permitam à mãe trabalhadora continuar com a amamentação mesmo após o seu retorno ao trabalho.



## JUSTIFICATIVA DA IMPLANTAÇÃO DO ESPAÇO DE APOIO À AMAMENTAÇÃO

Felizmente ao longo dos anos a presença da mulher trabalhadora na CEASA-GO tem aumentado significativamente. O ambiente outrora predominantemente masculino, deu lugar a uma nova realidade, na qual a mulher se insere definitivamente como uma força construtiva em nossa sociedade.

Desta realidade, surge para todos a necessidade de um olhar acolhedor, afinal a mulher trabalhadora é também a mãe trabalhadora e como tal merece das empresas e da sociedade um tratamento coerente frente as suas demandas e necessidades.

Como mãe trabalhadora e especialmente na realidade do ambiente de trabalho na CEASA-GO – não raro o turno de trabalho se inicia às 5 horas da manhã – o fim da licença maternidade é motivo de grandes angustias e dúvidas, muitas destas relacionadas à amamentação.

O nosso espaço de apoio busca minimizar estas angústias e assim propiciar uma estrutura na qual a amamentação, tão importante elo físico e psíquico entre mãe e filho, encontre condições concretas para a continuidade do aleitamento.

Esta ação guarda um acolhimento e um cuidado muito grandes com a qualidade de vida das famílias, na medida em que oferece um espaço de cidadania, que servirá de estímulo aos vínculos familiares e também como fato de aumento de qualidade de vida do recém-nascido, afinal amamentar é saúde, é um ato de carinho e no que depender deste espaço será também um ato de escolha, de opção a todas as mães da CEASA-GO.



## BASE LEGAL

A CEASA-GO se baseou na Nota Técnica Conjunta n.º 1/2010 (ANVISA e Ministério da Saúde), E RDC/ANVISA n.º 171/2006 (Regulamento Técnico para o funcionamento de Bancos de Leite Humano). Pois não existe, no Brasil, legislação específica para salas de apoio à amamentação em empresas, aplicando-se, analogicamente, as legislações existentes referentes ao funcionamento do Posto de Coleta e Banco de Leite Humano.



# OBJETIVOS DA IMPLANTAÇÃO DO ESPAÇO DE APOIO À AMAMENTAÇÃO NA CEASA-GO

## Objetivo Geral

Manutenção do aleitamento materno pelas mulheres que trabalham fora do lar. Na maioria das empresas não existe local apropriado para isso, o que impede que mulheres aproveitem o leite retirado para oferecer aos seus filhos mais tarde.

## Objetivos Específicos

- Estimular e incentivar o aleitamento materno até, pelo menos, os dois anos de idade dos bebês, conforme recomendação da Organização Mundial de Saúde – OMS;
- Qualificar o atendimento às mães trabalhadoras;
- Mobilizar e sensibilizar as mães para a importância do aleitamento;
- Disseminar a ideia do projeto entre as mulheres da Uniap – Ceasa-GO;
- Menor absenteísmo da funcionária, considerando que a criança amamentada adoce menos;
- Maior adesão ao emprego, ao oferecer conforto e valorizar as necessidades da mulher que amamenta;
- Permanência de pessoal capacitado, bem como a percepção mais positiva da imagem da empresa perante os funcionários e a sociedade;
- Cumprimento da legislação trabalhista que prevê dois intervalos para amamentação.

# REQUISITOS PARA INSTALAÇÃO DA SALA

Para a instalação de uma sala de amamentação, alguns requisitos devem ser atendidos, quais sejam:

- Dimensionamento de 1,5m<sup>2</sup> por cadeira de coleta;
- Instalação de 01 (um) ponto de água fria e lavatório, para atender aos requisitos de cuidados de higiene das mãos e dos seios na coleta;
- Freezer, com termômetro, para monitoramento diário da temperatura;
- Ambiente tranquilo, confortável, que permita a adequada acomodação da nutriz, sem interrupções e interferências externas e, de preferência, que dê privacidade à mulher;
- Poltronas individualizadas que, promovam melhor acolhimento e privacidade, podendo ser separadas por divisórias ou cortinas;
- Ventilação e iluminação, preferencialmente natural, ou a instalação de climatização para conforto, segundo a Orientação Técnica, RE/ Anvisa nº 09 de 2003, que define os padrões referenciais de qualidade de ar interior em ambientes de uso público e coletivo, climatizados artificialmente;
- Disponibilização pelo serviço, ou pelas próprias trabalhadoras, de frascos para a coleta e armazenamento do leite e recipientes térmicos para o seu transporte;
- Todos os utensílios que entram em contato direto com o leite (frascos e acopladores das bombas) devem ser submetidos ao processo de esterilização ou sanitização equivalente.



## RECOMENDAÇÕES TÉCNICAS

- Proceder a esterilização por fervura durante 15 minutos ou, preferencialmente, contar com uma autoclave tipo “panela de pressão”;
- Os processos de limpeza, sanitização ou esterilização dos materiais devem ser conduzidos por profissionais previamente capacitados para este fim;
- O frasco para o acondicionamento do leite ordenhado deve ser de fácil limpeza e desinfecção, apresentar vedação perfeita e ser de material inerte e inócuo ao leite.
- Após a fervura, os frascos e tampas devem ser colocados sobre um tecido limpo para que sequem naturalmente;
- Ao fechar o frasco, deve-se evitar tocar na parte interna da tampa e do frasco.
- A ordenha deve ser conduzida com rigor higiênico-sanitário capaz de impedir que contaminantes ambientais entrem em contato com o leite e causem prejuízo à sua qualidade.





## COMO PROCEDER NO ESPAÇO DE APOIO À AMAMENTAÇÃO

Antes de iniciar a coleta, a mamãe deverá despir blusa e sutiã e vestir avental próprio, de preferência fenestrado e descartável. Prender, obrigatoriamente, os cabelos com gorro, touca ou pano limpo e proteger a boca e as narinas com máscara, ou tecido limpo.

E seguir os seguintes procedimentos.

- Lavar as mãos e os braços até o cotovelo com bastante água e sabão;
- Lavar as mamas apenas com água;
- Secar as mãos e as mamas com toalha individual ou descartável;
- Procurar uma posição confortável e manter os ombros relaxados;
- Evitar conversar durante a ordenha;
- Massagear as mamas com a ponta dos dedos, fazendo movimentos circulares no sentido da aréola para o corpo;
- Colocar o polegar acima da linha onde acaba a aréola e os dedos indicador e médio abaixo da aréola;
- Firmar os dedos e empurrar para trás em direção ao corpo, apertando o polegar contra os outros dedos até sair o leite;
- Desprezar os primeiros jatos ou gotas;
- Abrir o frasco e colocar a tampa sobre a mesa, forrada com um pano limpo, com a abertura para cima;
- Colher o leite no frasco, colocando-o debaixo da aréola;

- Quando já houver leite congelado de outras ordenhas, completar o volume de leite no frasco, sob congelamento, utilizando um copo de vidro para a coleta, previamente fervido por 15 minutos ou esterilizado;
- Colocar o leite recém-ordenhado sobre o que já estava congelado até no máximo dois dedos para encher o frasco;
- Fechar bem o frasco após terminar a ordenha.
- Rotular o frasco com o nome com seu nome, data e hora da primeira coleta do dia;
- Guardar imediatamente o frasco no freezer, em posição vertical;
- Ao final da jornada de trabalho o leite deverá ser transportado pela nutriz para a sua residência em embalagens isotérmicas;
- O leite ordenhado sem processamento pode ser mantido congelado por no máximo 15 dias.



## CONCLUSÃO

### **Aleitamento Materno: a CEASA-GO apoia!**

O Espaço de Apoio à Amamentação evidência a importância da mulher para este empreendimento. Com a entrada em operação deste serviço, a Ceasa-GO espera contribuir para o aumento do índice de amamentação e alcançar as metas estipuladas pela OMS e UNICEF. O aleitamento materno é uma decisão sábia. É o mais forte vínculo de afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui na mais sensível e eficaz intervenção para a redução da mortalidade infantil. A Ceasa-GO deu mais um passo no sentido de fortalecer a família e vida.





## MENSAGEM DO PRESIDENTE

A CEASA-GO é um lugar de oportunidade, onde as pessoas, de diferentes formas, fazem a sua história. As mulheres são uma força de trabalho importante deste entreposto. A mãe trabalhadora tem um desafio a mais: voltar ao trabalho após a licença maternidade. Ela pensa nos prós e contras. Não é uma decisão fácil. A mãe se julga culpada por ficar uma jornada longe de seu filho priorizando a carreira. A Ceasa-GO quer te ajudar a vencer este desafio. Criamos o Espaço de Apoio à Amamentação.

Tudo começa com você. É através de você mãe que o seu filho conhece pela primeira vez o amor. Amamentar é tornar este amor quente, aconchegante e doce. É através deste amor que o seu filho transmitirá o amor para outras pessoas. Este é o ciclo maravilhoso da vida. Aqui daremos, a todas as mães, o apoio e as condições necessárias para exercerem este dom particular das mulheres, sem trauma, sem constrangimento e com as informações de que precisam. Queremos transformar para melhor a vida das mulheres deste entreposto. Será uma transformação suave, mas será notada em toda sociedade. Estamos preparados para atender a complexidade desta relação da dupla mãe-bebê. Queremos ir além das estatísticas da OMS e UNICEF. Nossa meta é valorizar você e o seu filho.

Você mãe trabalhadora tem a força, a resistência, a dedicação e faz esta opção da amamentação com muita alegria e amor.

Que Deus recompense essa sábia escolha!

**Edivaldo Cardoso**

Diretor-Presidente da Ceasa-GO

## MENSAGEM DA PRIMEIRA-DAMA DE GOIÁS

É gratificante ressaltar um bom exemplo, porque além dos resultados positivos diretos e imediatos, os benefícios reverberam entre todos.

Assim ocorre com a criação do Espaço Ceasa de Apoio à Amamentação, o primeiro do gênero em Goiás a ser certificado pelo Ministério da Saúde, depois dos Bancos de Leite e maternidades.

Com isso, as Centrais de Abastecimento do Estado de Goiás se tornam referência e incentivo para que as empresas instalem espaços de apoio semelhantes. Amamentar é um ato de amor, momento em que mãe e filho compartilham afeto e intimidade. O leite materno é alimento completo até os seis meses do bebê, que se fortalece com nutrientes e fica protegido de doenças, enquanto tem ganhos emocionais inestimáveis, pelo vínculo e confiança proporcionados.

Ter um local apropriado para que a trabalhadora possa fazer a coleta e o armazenamento do leite, estimulando a continuidade do aleitamento após o término da licença-maternidade, é reconhecer e garantir direito fundamental, que é o direito a saúde e a vida.

Parabéns a todos da Ceasa por tão importante iniciativa, cujo significado soa como celebração ainda maior por se concretizar em março, mês que se comemora o Dia Internacional da Mulher.

Um abraço carinhoso,

**Valéria Perillo**

Presidente de honra da OVG e Primeira-dama de Goiás

**Marconi Ferreira Perillo Júnior**

Governador do Estado de Goiás

**José Eliton de Figuerêdo Júnior**

Vice-Governador do Estado de Goiás

**Valéria Jaime Peixoto Perillo**

Presidente de Honra da OVG e Primeira-dama de Goiás

**Edivaldo Cardoso de Paula**

Diretor-Presidente das Centrais de Abastecimento de Goiás S/A

**Orlando Kumagai**

Diretor Técnico e de Gestão das Centrais de Abastecimento de Goiás S/A

**Grupo de Trabalho**

Cleise Elisa Pereira

Rita de Cássia Galves Bonfim

Márcia Lúcia de Bastos O. Costa

**Assessoria de Imprensa**

José Carlos Machado Lopes

Caroline de Brito Fernandes

**Projeto Gráfico**

Big Brain Comunicação Integrada

**Centrais de Abastecimento de Goiás S/A**

Endereço: Br153 Km 5,5 – Jardim Guanabara – Goiânia-GO.

CEP: 74.675.090

Site: [www.ceasa.go.gov.br](http://www.ceasa.go.gov.br)

Telefone: 3522-9000





