

## **Grávida pode amamentar?**

### **É possível manter a amamentação na gravidez sem prejudicar o bebê que está na barriga?**

Aumentar a família é o sonho de muitos casais.

Mas quando se tem um filho ainda pequeno que mama no peito, a preocupação dos pais vai além das habituais.

O desmame precoce vem logo à cabeça. Para muitas famílias, a pior decisão.

Muitas dúvidas deixam o coração de mãe apertadinho.

Como continuar a amamentar o filho pequeno com outro na barriga?

Os nutrientes necessários para o desenvolvimento do feto não serão "roubados" pelo filho mais velho?

Por outro lado, parar de amamentar antes da hora não vai gerar um trauma para o pequeno?

Afinal, é mesmo necessário interromper a amamentação para garantir uma gravidez saudável e bem sucedida?

O assunto é polêmico, mas já adianto que é possível sim manter a amamentação na gravidez, desde que algumas orientações sejam levadas em consideração.

Uma conversa com o médico de confiança da família, por exemplo, é fundamental para alinhar expectativas e tomar as providências necessárias.

### **Bebê e mamãe saudáveis mantendo a amamentação na gravidez**

O sucesso da gravidez com a manutenção da amamentação passa pelo cuidado com a nutrição da mãe e o desenvolvimento do bebê na barriga.

É aconselhado que a mulher aumente a ingestão de calorias e cuide da qualidade dos alimentos para garantir a quantidade necessária de nutrientes e vitaminas para manter bebê e mãe saudáveis.

Seguir dietas restritivas neste momento é terminantemente proibido.

Também é recomendado que a grávida descanse um pouco mais do que o habitual.

Para quem não é recomendada a amamentação na gravidez

A continuidade da amamentação na gravidez não é recomendada para mulheres com histórico de parto prematuro e ameaça de aborto.

Além disso, o desmame deve ser avaliado caso haja sensibilidade nos mamilos provocada pelos hormônios da gravidez, que torne o ato de amamentar insuportável para a mãe.

### Existe risco de parto prematuro?

Um fator que pode deixar muitas mulheres inseguras de manter a amamentação na gravidez é a liberação do hormônio ocitocina durante a sucção da mama, que também é responsável pela contração do útero e as consequentes dilatação e expulsão do bebê na hora do parto.

Porém, os níveis de ocitocina liberados durante a amamentação não são suficientes para desencadear um parto prematuro.

### Tetê com gosto diferente

É importante saber que um desmame natural poderá ocorrer durante a amamentação na gravidez de outro filho.

O leite da mulher pode mudar de sabor devido aos hormônios em ebulição.

Muitos bebês não agradam do novo gosto e acabam deixando o peito de lado.

Além disso, há uma redução natural da quantidade de leite produzido pela mãe ocasionada pela ação dos hormônios próprios da gravidez.

### Amamentar em Tandem

Não só é possível continuar com a amamentação na gravidez, como é natural que a mãe queira continuar a alimentar o filho mais velho após o nascimento do caçula.

É importante saber que a prioridade das mamadas deverá ser do filho mais novo, já que ele necessitará de mais nutrientes, principalmente se a única fonte de alimentação for o leite materno.

### Conclusão

Resumindo, é possível sim manter a amamentação na gravidez, desde que a mãe e o bebê na barriga estejam bem assistidos.

O importante é aliar a vontade da família com o bem estar de quem está por vir e de quem chegou primeiro.

Manter a mama à disposição do filho mais velho pode ser feito de forma saudável do ponto de vista físico e resolve também a culpa da mãe de desmamar o bebê antes da hora. O irmãozinho que chegou primeiro agradece.