



i

23-10-2013

Periodicidade: Diária

Classe: Informação Geral

Âmbito: Nacional

Tiragem: 80000

Temática: Saúde

Dimensão: 2831

Imagem: S/Cor

Página (s): 1/16 a 19

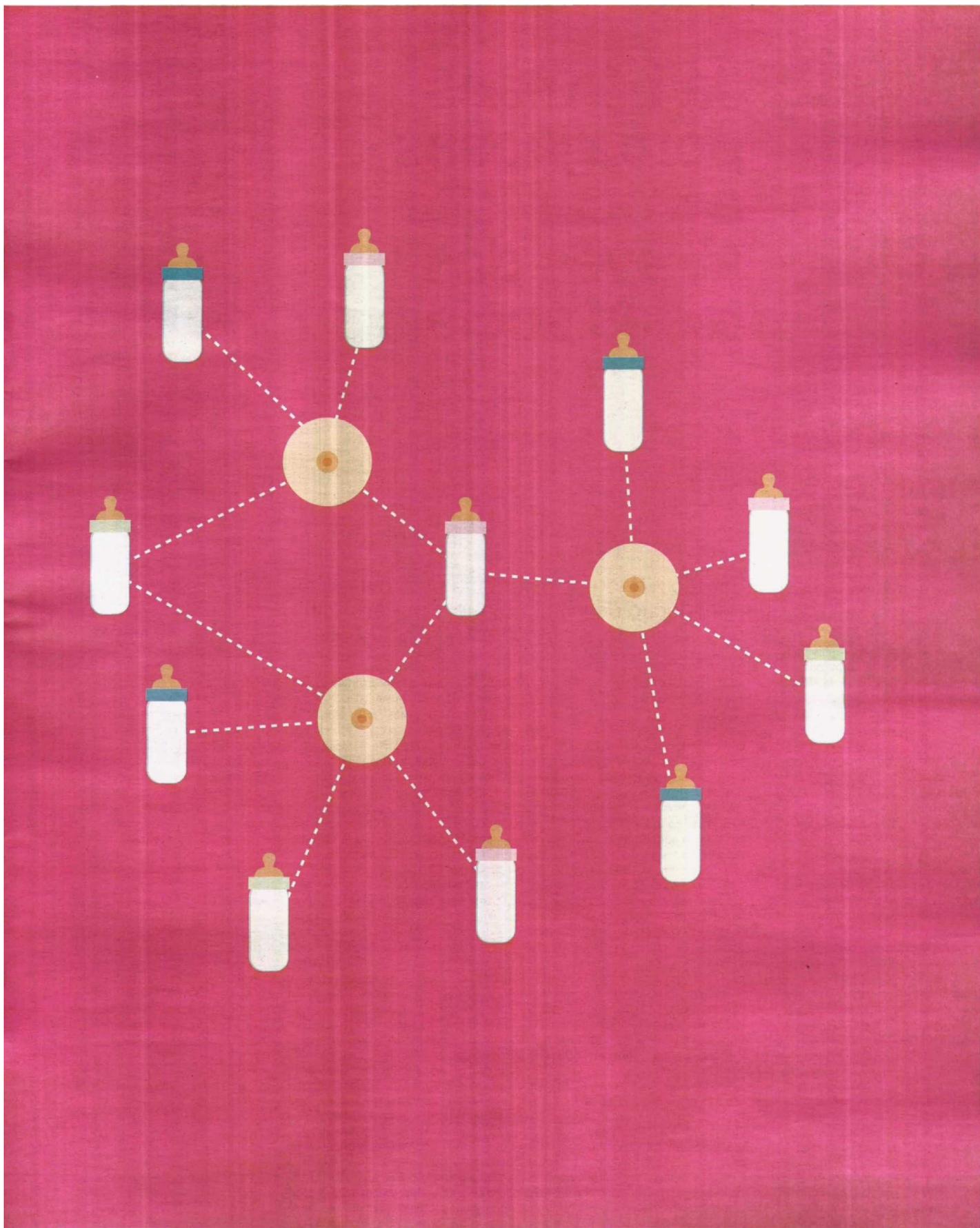


ZOOM //

LEITE EM REDE. O ÚLTIMO PERIGO DA NET

Há sites que vendem leite materno, mas um estudo alerta para os riscos: a maioria das amostras compradas estava contaminada. Em Portugal não há vendas, mas há um grupo de troca de leite materno congelado no Facebook. O único banco deste leite no país é destinado a prematuros e precisa de dadoras

TEXTOS *Marta F. Reis*



P&R

Mário Cordeiro

Pediatra

“No que mexe com a saúde não se pode ter só uma ideia e lá vai disto”



Já teve mães no consultório com a preocupação de não ter leite ou ter a mais e não saber o que fazer com ele? Uma coisa é para mim indiscutível: não é por amamentar ou não que uma mãe é melhor ou pior. A amamentação – sem pôr em causa o facto de o leite materno ser o mais adequado ao bebé – tem de ser vista como uma peça de um puzzle extenso que envolve outros factores, alimentares e promotores do crescimento ou afectivos e ambientais. Não se deve desistir à primeira contrariedade, mas não creio que valha a pena fazer da amamentação uma vaca sagrada e quase torturar as mães com isso, como acontece.

Era positivo o país estar mais bem equipado nesta área, com mais bancos? Prefiro que se investisse na oferta de vacinas que não constam do programa nacional de vacinação, bancos de intercâmbio de aparelhos de aerossol, de roupas, brinquedos ou cadeirinhas para o carro. Seria mais útil para a saúde das crianças e das famílias. E, que isto fique bem claro, sou a favor da amamentação com leite materno como primeiro recurso.

Como vê estas trocas na internet? Tudo se troca e vende na rede. Sinal dos tempos. As ideias podem ser generosas e parecer boas, mas na saúde e na alimentação não pode ser só “ter uma ideia e lá vai disto”. Há questões de higiene, controlo de qualidade, garantia de não infecção e de adequação. Não creio que seja uma prioridade. É como a água engarrafada: onde se consome é onde há melhor abastecimento público, enquanto os que precisam não a têm. O mesmo relativamente ao leite, que deve ser canalizado para populações sem alternativas. Antes de inventar novas coisas, talvez fosse bom aproveitar outras e elencar prioridades, custos, benefícios e efeitos colaterais. A fuga em frente pode ser muito bonita, mas quando funciona por modas pode levar a asneiras.

Já há mães portuguesas a trocar leite através das redes sociais

Estudo alertou esta semana para o risco da transacção de leite humano. Em Portugal não se vende, mas doa-se no Facebook

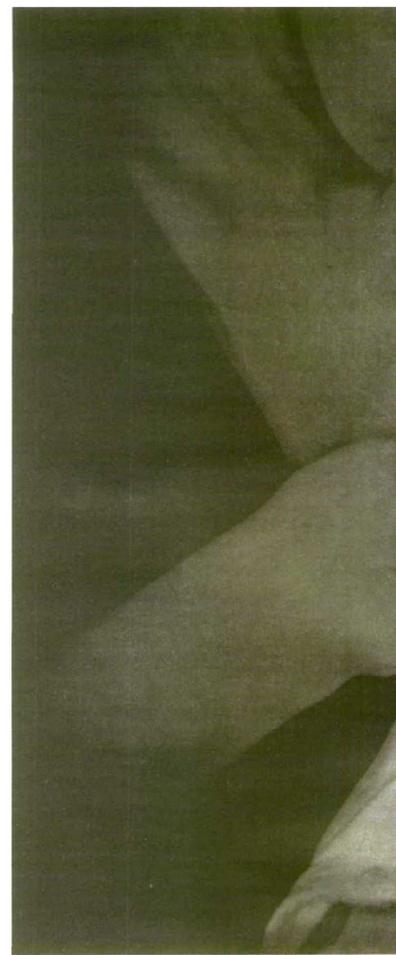
MARTA F. REIS
marta.reis@ionline.pt

O aviso de que comprar leite humano na internet pode envolver riscos para os bebés foi replicado em mais de 300 sites nos últimos dias. Investigadores do Ohio publicaram na revista “Pediatrics” o estudo de como encomendaram leite humano à venda em sites e perceberam que 74% de 101 amostras tinham níveis de contaminação superiores ao recomendado, inclusive salmonelas, que poderiam ter chegado aos biberões da América. O tema pode parecer bizarro, mas nos EUA um site de venda e troca como o Only The Breast, nascido em 2010, é cada vez mais popular e tem mais de 2445 ofertas activas, entre elas um “litro de leite de uma mãe de 26 anos com um bebé saudável” por 33 dólares e 163 com desconto. O fenómeno de venda não chegou a Portugal, mas desde 2011 que um grupo no Facebook promove a troca de leite entre as mães que têm a mais e as que querem amamentar e não conseguem.

A comunidade de partilha de leite nasceu em Portugal inspirada num movimento criado no Canadá e que dá pelo nome Human Milk 4 Human Baby. A página tem uma actividade reduzida, mas todos os meses tem havido ofertas. A porta-voz, Claudine, explica que o objectivo é pôr dadoras e receptoras em contacto. “Não controlamos a segurança, não exigimos pasteurização em casa e não pedimos análises, são as dadoras e receptoras que combinam tudo directamente”, diz. “Não existe leite materno disponível para os bebés que não são prematuros. Por isso as mães que não querem recorrer ao leite artificial não têm onde arranjar leite materno a não ser em plataformas como esta.”

Filipa, de 30 anos, é uma das utilizadoras portuguesas. Em Agosto, mostrou-se disponível para doar 30 sacos de 150 milímetros de leite. Quando voltou ao trabalho, três meses depois de ser mãe, começou a tirar leite duas vezes ao dia para garantir que não faltava alimento ao bebé. Entretanto, e depois de o início da amamentação já ter sido complicado com muitas infecções, percebeu que seria melhor continuar a amamentar ao peito e nunca chegou a usar as reservas. “Em grupos de mães no Facebook comeci a perceber que algumas viviam numa grande aliação por não conseguirem continuar a amamentar os filhos ou fazer papas com leite materno, sobretudo quando têm de regressar ao trabalho e já não conseguem usar a bomba”, conta. Esses desabafos deixaram-na com vontade de ser útil, mas como a oferta que fez na net não teve resposta o leite foi há 15 dias para o lixo. “Nem o quis dizer nos grupos que frequento, porque há mães que levam muito a sério. Dizem que é uma facada ter de deitar fora o líquido precioso. Não sou de extremos, não faço papas com leite meu, mas estou informada acerca dos benefícios do leite materno e de tudo para poder amamentar o meu filho, mesmo quando me disseram que mais valia deixar secar o peito.”

A maior motivação era desenvolver um vínculo com o bebé, mas também a qualidade do leite, diz. “Sabemos que o desenvolvimento do sistema imunitário não pode ser igual quando a base das fórmulas artificiais é leite de vaca e não humano. Consegui amamentar até aos seis meses e quero continuar a fazê-lo como complemento de alimentação até aos dois anos, seguindo as orientações da Organização Mundial de Saúde.”



FENÓMENO Israel Macedo, pediatra neonatologista e responsável pelo único banco de leite humano do país, na Maternidade Alfredo da Costa, reconhece que o fenómeno que esta semana chegou às páginas da “Pediatrics” tem vindo a preocupar os especialistas. “Foi debatido no último encontro da Associação Europeia de Bancos de Leite e tem vindo a ganhar magnitude na Europa. É muito difícil haver controlo nestes assuntos entre particulares. Não podemos criticar duas amigas que têm bebés, uma com muito leite e



outra sem leite e que pede o excedente à que tem mais, graciosamente, sabendo que é uma pessoa saudável. Mas daí a comercializar com desconhecidas é o equivalente a outras práticas de risco, ainda mais se pagas."

Macedo confirma que actualmente em Portugal, como na maioria dos países europeus, o leite guardado em bancos só chega para prematuros, para quem é considerado imprescindível. Embora se oiça falar de trocas, diz que nos últimos tempos recorda apenas o caso de uma mãe que ligou para a MAC a perguntar se poderia doar o leite, algo que negaram por só aceitarem leite até três meses após o parto, e que acabou por lhe perguntar o que achava de dar o leite a uma amiga. "O que lhe disse foi que se as condições higiénicas da recolha, congelação e transporte foram adequadas, é uma questão de confiança entre duas pessoas adultas."

Filipa, que admitiu doar o seu leite disponibilizando-se para mostrar as suas análises de gravidez à mãe receptora, reconhece que também não procuraria esta opção. "Até para doar, preferia ter recorrido a um banco de leite, mas há falta de informação. Só soube que existia o banco da MAC quando já não podia doar. O critério dos três meses é apertado, até porque as mães estão a habituar-se a muitas coisas ao mesmo tempo." Israel Macedo reconhece que se poderia ir mais longe e haver mais bancos, mas processar um litro de leite custa 60 euros, processo que sairia mais dispen-

dioso se recebessem colheitas de mães a amamentar há mais tempo por irem ficando com menos leite.

Para Cristina Leite Pincho, com formação em consultoria de lactação, antes de pensar em mais bancos seria vital que o país desse mais apoios para as mães poderem amamentar, ajudando-as a ultrapassar dificuldades que as instruções na maternidade ou cursos pré-parto não resolvem. "Muitas desistem por falta de apoio." Pincho considera estranho vender-se leite, mas admite que a dívida altruísta entre mulheres que tenham cuidado e historial saudável é uma boa alternativa. "Em Portugal só não é mais expressiva porque não há informação suficiente para as desvantagens e os riscos do leite artificial", diz.

Leonor Levy, pediatra, diz em contraponto que se deve encarar a amamentação sem dramatismo, considerando perigoso que se troque leite com uma desconhecida. Hoje com 64 anos, lembra que também foi amamentada com leite doado. "Estive quase a morrer com uma gastroenterite", partilha. Para a médica, hoje é inegável que a amamentação com leite humano tem vantagens, mas a oferta de leites artificiais também melhorou muito. "Sou o mais possível a favor de se amamentar com leite materno, mas sem estragar a cabeça das mães. É um fundamentalismo que não serve para nada, sobretudo porque as crianças cá não morrem por falta de acesso a alimentação adequada nos primeiros anos de vida."

Único banco de leite nacional precisa de mais dadoras

Banco de leite humano da MAC foi criado em 2009 e apoia bebés prematuros

Depois de dificuldades orçamentais, Israel Macedo, responsável pelo banco de leite da Maternidade Alfredo da Costa, diz que a actividade desta valência única no país está assegurada e que estão mesmo a precisar de mais dadoras. O banco criado em 2009 aceita doações de mães até três meses após o nascimento do filho. Com o leite doado, conseguem fornecer leite para alimentar prematuros internados em unidades de cuidados neonatais da região de Lisboa. Embora não saiba se algum dia haverá condições para oferecer leite a bebés de termo, o médico sublinha que seria necessário haver pelo menos mais um banco de apoio a prematuros no país, de preferência na Região Norte. Para o médico, é a estes bebés que o leite materno faz mais falta e é com eles que o ganho para a vida é maior, por ajudar a prevenir por exemplo infecções intestinais graves como enterocolites. "Actualmente o leite é pouco para as necessidades", diz, até porque os nascimentos antes do termo da gravidez têm aumentado.

Os primeiros bancos de leite europeus surgiram nos anos 80. Actualmente, a Associação Europeia de Bancos de Leite conta 186 em toda a Europa. As redes são díspares: Espanha tem sete bancos, França 36 e o Reino Unido 15. Com apenas um, como Portugal, surgem a Holanda, a Irlanda ou a Escócia. Israel Macedo sublinha contudo que, em todos estes países, a política é apoiar prematuros que as mães não podem amamentar. "Na América Latina, seja no Brasil, seja no Chile ou na Colômbia, conseguem ter procedimentos de baixo custo de controlo do leite, sobretudo com recurso a mão-de-obra muito barata, o que permite garantir leite em unidades de cuidados intensivos mas também a mulheres com bebés de termo e com baixo índice socioeconómico que podem ter dificuldades em aceder a leite artificial mas também na preparação do mesmo, por ser necessária água em zonas onde há mau abastecimento", diz o médico. Aquecer o leite em banho-maria e fazer culturas artesanais para testar a presença de bactérias seriam métodos demasiado consumidores de tempo na Europa, sendo a opção por testes mais automatizados mais rápida mas mais dispendiosa. "Hoje com uma técnica três vezes por semana conseguimos manter o banco a funcionar e garantir todas as análises e pasteurização, mas não dá para mais", diz Macedo.

Investigadores norte-americanos alertaram esta semana para os riscos de contaminação de leite materno disponibilizado através da internet

RODRIGO CABRITA

O QUE DIZ A OMS SOBRE AMAMENTAÇÃO

- Crianças devem ser alimentadas só com leite materno até aos seis meses. Segundo a OMS, até esta idade deve excluir-se até água, mas o bebé pode tomar suplementos minerais ou medicamentos.
- A introdução de alimentação deve ser iniciada aos 180 dias, com duas a três refeições de três colheres de sopa. Até aos 23 meses, de acordo com a OMS, a amamentação em complemento com refeições continua a ser benéfica. Caso não ocorra, a OMS defende que o bebé deve beber um a dois copos de leite por dia e fazer mais uma a duas refeições.