

**INCENTIVO AO ALEITAMENTO MATERNO NO
PUERPÉRIO IMEDIATO: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA****ENCOURAGING BREASTFEEDING IN THE
IMMEDIATE PUERPERIA: AN EXPERIENCE
REPORT**

Ana Paula Santos Coelho^{1,*} /
Gabriela Cardoso Moreira Marques¹

INTRODUÇÃO

O aleitamento materno possui elevada importância para a saúde e o estabelecimento do vínculo entre a mãe e o bebê. O Ministério da saúde (MS) define o aleitamento materno como um ferramenta fisiológica de intensas relações entre mãe e filho resultando em afeto e proteção (BRASIL, 2015). Há de se mencionar que além da nutrição o sistema imunológico do recém nascido (RN) é fortalecido, isso contribui com a redução da morbimortalidade e favorece o desenvolvimento cognitivo e emocional da criança. Além da amamentação contribuir com o estado de saúde e desenvolvimento do RN, o ato de amamentar traz benéficos significativos também a mãe, como conferir proteção contra doenças como a diabetes Mellitus gestacional e anemia no puerpério (Mesquita et al. 2016).

Destaca-se a importância do(a) Enfermeiro(a) no papel de educador(a) em saúde para a promoção do aleitamento materno e pega correta. É necessário que durante a aproximação do profissional a puérpera, esse esteja disposto e atento em conhecer a realidade das lactantes as quais se destinará a ação educativa (Silva, 2004). Dessa forma, o diálogo e a escuta são ferramentas de ações imprescindíveis para a aproximação do educador junto a quem irá receber as informações passadas.

RESUMO

O aleitamento materno é uma ferramenta fisiológica de intensas relações de vínculo entre o binômio mãe-filho. Por meio do aleitamento materno o sistema imunológico do bebê é fortalecido, há redução da morbimortalidade infantil e promoção do desenvolvimento físico e cognitivo da criança. No processo de amamentar os benefícios em relação a puérpera está relacionado ao favorecimento da involução uterina precoce, redução da probabilidade do desenvolvimento do câncer de mama, redução de ocorrências de hemorragias uterina, depressão pós-parto entre outros. Diante disso, este estudo tem por objetivo relatar a experiência de uma acadêmica de enfermagem no desempenho de suas atividades de educação em saúde sobre o incentivo ao aleitamento materno e pega correta da mama durante a prática supervisionada da disciplina de Enfermagem em Atenção à Saúde da Mulher realizada na maternidade e no centro obstétrico de um hospital público do município de Guanambi durante o mês de Setembro de 2022.

Palavras-chave: Aleitamento materno. Enfermagem. Promoção da saúde.

ABSTRACT

Breastfeeding is a physiological tool of intense bonding relationships between the mother-child binomial. Through breastfeeding, the baby's immune system is strengthened, there is a reduction in infant morbidity and mortality, promotion of the child's physical and cognitive development. In the process of breastfeeding, the benefits in relation to the puerpera are related to favoring early uterine involution, reducing the probability of developing breast cancer, reducing the occurrence of uterine bleeding, postpartum depression, among others. Therefore, this study aimed to report the experience of a nursing academic in the performance of health education activities on the encouragement of breastfeeding and correct attachment of the breast during the supervised practice of the discipline of Nursing in Attention to Women's Health held in the maternity and obstetric center of a public hospital in the municipality of Guanambi during the month of September 2022.

Keywords: Breastfeeding. Nursing. Health promotion.

Submetido em: 26 de set. 2022

Aceito em: 04 de nov. 2022

¹Universidade do Estado da Bahia – UNEB, Guanambi, Bahia – Brasil

*E-mail para correspondência: paullaothac@gmail.com

O sujeito o qual recebe as orientações possui também o seu saber, embora, em grande parte distinto do conhecimento técnico científico, por isso, além de promover a saúde o profissional educador transforma, com respeito, os saberes já existentes (Santana et. al 2010).

A ação de amamentar sofre influência do meio social aos quais as gestantes se encontram, por isso a importância dos profissionais e estudantes da saúde repassarem as orientações com clareza e exatidão a fim de se combater mitos e práticas que podem acarretar em prejuízos a amamentação (Algarves, Julião & Costa, 2015).

Nesse sentido, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência de uma acadêmica do curso de graduação em enfermagem em sua prática supervisionada da disciplina de Enfermagem em Atenção à Saúde da Mulher sobre as orientações do aleitamento materno e a pega correta da mama no setor da maternidade e centro obstétrico de um hospital público do município de Guanambi.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência sobre orientações de aleitamento materno a 12 nutrizes de um centro obstétrico e maternidade de um hospital público do município de Guanambi- Bahia desenvolvido por uma acadêmica do 8º semestre do curso de Enfermagem no mês de Setembro de 2022. Para as atividades foram utilizadas informações subsidiadas na cartilha do Ministério da saúde sobre o Aleitamento Materno e o Manual de Aleitamento Materno da UNICEF. As orientações compartilhadas foram compostas por dois momentos: O primeiro relacionava-se a importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros 6 meses de vida do bebê e o segundo relacionava-se as orientações de instrução da pega correta. As orientações levaram cerca de 20 a 35 minutos no total.

Foi salientado que a amamentação tem vantagens tanto para o bebê como também para a mãe. No que se refere às vantagens para a lactante, foi mencionado que a amamentação no puerpério facilita a involução uterina de forma precoce, reduz a probabilidade de ter câncer de mama, hemorragias uterina e depressão pós-parto. Relatou-se também sobre a importância do estabelecimento do vínculo mãe- filho ao qual é fortalecido com a amamentação, o que permite à mãe vivenciar o prazer único do ato de amamentar, pois é durante a amamentação que se tem o contato físico maior com o seu filho, favorecendo a experiência visual e a vivência da cooperação mútua entre a mãe e o bebê. A boa interação do binômio durante a mamada gera afeto, acolhimento e sensação de segurança.

Para o lactente os benefícios destacados foram a diminuição da mortalidade infantil, a desnutrição, a contribuição do aleitamento materno para melhor crescimento e desenvolvimento da criança, o fortalecimento do sistema imunológico, a redução dos riscos de alergias, e a prevenção de quadros de diarreia e desidratação desenvolvidos com o ato de amamentar.

No segundo momento foram feitos os repasses da pega correta do bebê ao amamentar, visto que a pega ideal contribui com a nutrição da criança. Salientou-se que para o estabelecimento das primeiras mamadas é recomendável que a mãe estivesse em uma posição confortável. O bebê com o corpo todo voltado para a mãe, a cabeça do lactente alinhado ao seu corpo com rosto de frente para o seio materno, era necessário, por questões de segurança, que o bebê estivesse bem apoiado pelo braço e mão da genitora. Para uma boa sucção o bebê deve abrir bem a boca, com o lábio inferior todo voltado para fora, fazendo “biquinho de peixe” (expressão usada para simular a posição dos lábios durante a sucção). É

importante que o bebê bocanhe-se toda a aréola (parte escura visível do seio). A mãe poderia fazer um C com a mão ao pegar o seio durante a mamada para garantir que o bebê toque o peito da mãe e a aréola fique livre.

Foi repassado também que durante o período da amamentação a mãe poderia perceber mudanças na coloração e na consistência do leite. Nesse momento foi estimulado o seio da mãe para visualizar a característica e a quantidade do colostro produzido. Salientou-se, mediante o estímulo, que o colostro é uma espécie de “leite imaturo” e que esse, por sua vez, passaria por uma transição até a chegada do leite maduro de aspecto “esbranquiçado”. Tanto o colostro, quanto o leite de transição e o leite maduro possuíam proteínas, gorduras, anticorpos, carboidratos e outros nutrientes essenciais para o crescimento durante os primeiros anos de vida da criança, não sendo necessário adicionar nenhum outro tipo de alimento antes dos 6 meses de vida.

Prosseguiu-se fazendo a comparação de que o colostro é tão importante que podia ser comparado a uma primeira vacina que o bebê recebe. Incentivou-se a ingesta hídrica da lactante para que pudesse ter uma boa produção de leite, tendo em vista que mais da metade da composição do leite materno é água. Foi ressaltado a importância de uma dieta equilibrada, durante o período de amamentação, pois é necessário evitar alimentos com excessos de açúcar e sódio, devido a retenção líquidos e o desenvolvimento de problemas como hipertensão arterial, bem como os impactos que hábitos como o uso de tabaco e álcool pode ter na qualidade do leite produzido durante a amamentação.

REFERENCIAL TEÓRICO

O aleitamento materno é considerado a nutrição ideal para todos os bebês, pois os benefícios são inúmeros sendo indiscutível sua importância, corrobora com a prevenção de infecções gastrointestinais, respiratórias e urinárias, possui princípio protetor no sistema imunológico do lactente visto que confere proteção contra alergias e infecções. O Enfermeiro no seu papel de educador em saúde, deve trabalhar para a promoção do aleitamento materno e pega correta. O diálogo claro e objetivo é peça chave nessas atividades. Estudos evidenciam que incentivos e orientações ao aleitamento materno no puerpério imediato, implica em maiores benefícios para o fortalecimento do vínculo mãe-filho o que favorece a continuidade do aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de vida, no intuito de prevenir a evasão do ato de amamentar, visto que essa fase é marcada por mudanças e adaptações (BATISTA et. al. 2013).

Amamentar configura-se como o ato do lactente de sugar o leite dos seios de sua mãe. Embora toda mulher possua capacidades fisiológicas de amamentar, isso não é garantia que toda puérpera consigam realizar o aleitamento (ARAÚJO & ALMEIDA, 2007). Pode ocorrer intercorrências com a puérpera que impactam na continuação da amamentação exclusiva. Pesquisas retratam que o desmame precoce decorre de vários fatores como a deficiência da produção de leite por parte da mãe, questões socioeconômicas, idade materna, ausência do apoio familiar entre outros fatores a evasão do aleitamento materno exclusivo e até mesmo por completo (RODRIGUES et. al. 2014).

O vínculo estabelecido no parto e pós-parto imediato, sofre influência de como se procedeu o trabalho de parto e o encontro da mãe com o bebê. Experiências positivas do parto fortalece o vínculo mãe-filho. Na última fase de vinculação denominada de pós-natal, espera-se que a puérpera possua a capacidade de atender às demandas do seu filho (SÁ, 2004) o que inclui a amamentação e ações de proteção.

O estímulo ocasionado pela amamentação faz o cérebro liberar ocitocina na corrente sanguínea da lactante favorecendo a contração do útero no pós parto, o que contribui positivamente para a redução de perdas de sangue e a aceleração da involução uterina (UNICEF, 2008).

Para que a amamentação ocorra de forma eficiente e contínua, alguns passos se fazem necessário como o posicionamento correto da mãe e do filho, o queixo do lactente deve estar tocando o seio materno, as bochechas devem estar cheias durante a sucção, os lábios virados para fora, o nariz não deve encostar no seio permitindo que o bebê respire livremente, grande parte da aréola deve estar abocanhada pelo lactente além do mamilo. Os determinantes mencionados favorecem a pega correta, prevenindo traumas, lesões como fissuras que possa contribuir para o desmame precoce e consequente desnutrição da criança (Barbosa, et al., 2018).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A boa comunicação no processo de orientação foi fundamental para o desenvolvimento da atividade, tendo em vista que a clareza e efetividade das informações induz uma maior probabilidade de que as orientações sejam seguidas e os benefícios sejam efetivamente alcançados (ANDRADE, PESSOA & DONIZETE, 2018). Antes de iniciar as orientações sobre o aleitamento materno e a pega correta com as nutrizes a acadêmica se apresentava, mencionando o seu nome a instituição de ensino e que estava em prática supervisionada naquele setor, isso foi primordial para a aproximação ouvinte-locutor. Após a breve apresentação prosseguia-se com as orientações e o estímulo da mama da lactante com o consentimento dela. O encontro foi individualizado em cada leito, isso favoreceu a tranquilidade e segurança nas orientações.

Estar naquele setor tão próxima aos binômios significava um momento ímpar, pois compreendi que o processo era delicado. Vivenciei de perto as instabilidades emocionais de algumas puérperas e a alegria de outras ao sentir que estavam amamentando e fazendo a pega correta. Percebi que aquelas que relatavam estar no seu primeiro puerpério emocionavam-se mais do que aquelas que relataram já ter filhos. Sentir-me motivada ao final das atividades pois percebi, junto a prática, a importância do estabelecimento do vínculo mãe e filho fortalecido continuamente através do ato de amamentar.

As puérperas puderam aprender e ter contato com técnicas de amamentação, como a posição do binômio, pega correta durante a sucção, como realizar as massagens nos seios para a secreção do colostro entre outras orientações. As informações repassadas às puérperas tiveram embasamento técnico científico o que possibilitou a elas uma lactação segura com o intuito de fortalecer ainda mais a relação de mãe-filho. Ao final da atividade as puérperas foram incentivadas a aplicarem e repassarem os conhecimentos adquiridos em seu cotidiano.

CONCLUSÃO

Diante do exposto, ficou evidente que as práticas de educação em saúde são fundamentais para elaboração de estratégias que vise a promoção do aleitamento materno, a fim de superar deficiências e atender as necessidades da puérpera durante a amamentação. A experiência contribuiu positivamente para a minha formação acadêmica, uma vez que possibilitou o fortalecimento dos conhecimentos teóricos presentes na literatura com a prática vivenciada no setor da mater-

nidade e centro obstétrico. Evidenciou-se a importância do conhecimento científico no estímulo da mama a fim de facilitar a sucção por parte do RN favorecendo assim o vínculo mãe-filho.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, H. S.; PESSOA, R. A.; DONIZETE, L. C. V. Fatores relacionados ao desmame precoce do aleitamento materno. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 40, p. 1–11, 2018.

ARAÚJO, R. M. A; ALMEIDA, J. A. G. Aleitamento materno: o desafio de compreender a vivência. **Revista de Nutrição**. v. 20, n. 4. pp. 431-438, 2007.

BARBOSA, G.E.F. et. al. Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 35, n. 3, 2017.

BATISTA, K. R. A. Et. al. Influência da assistência de enfermagem na prática da amamentação no puerpério imediato. **Saúde em Debate**. v. 37, n. 96, pp. 130-138, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar. 2a ed. Brasília (DF); 2015.

MESQUITA, A.L. et. al. Atribuições de enfermeiros na orientação de lactantes acerca do aleitamento materno. **Rev. Cient. Sena Aires**. 5(2):66-78, 2016.

SÁ, E. A maternidade e o bebê. Lisboa: edições Fim de século. (2004).

SANTANA, M.C.C.P. et. al. Aleitamento materno em prematuros: atuação fonoaudiológica baseada nos pressupostos da educação para promoção da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**. 15(2):411-7, 2010 .

SILVA, M.O. Plano educativo. In: Diabetes mellitus: clínica, diagnóstico, tratamento multidisciplinar. São Paulo: **Atheneu**; 2004.

UNICEF. Manual de Aleitamento Materno – 2008. Lisboa: Comissão Nacional Iniciativa Hospitais Amigos dos Bebés. 2008.