FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE ARCHIMEDES THEODORO

MARIANA PINTO LIMA

ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: SUA RELEVÂNCIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DA MÃE E DO BEBÊ NOS PRIMEIROS 6 MESES DE VIDA

Além Paraíba

2020

MARIANA PINTO LIMA

ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: SUA RELEVÂNCIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DA MÃE E DO BEBÊ NOS PRIMEIROS 6 MESES DE VIDA

Monografia de conclusão de curso apresentada ao curso de graduação em Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Profª. Ms. Michelly Baganha Coelho Soares

Prof. da Disciplina: Prof. Ms. Douglas Pereira Senra.

Além Paraíba

2020

FICHA CATALOGRÁFICA

LIMA, Mariana Pinto

Aleitamento materno exclusivo: sua relevância na promoção da saúde da mãe e do bebê nos primeiros 6 meses de vida./ Mariana Pinto Lima. Além Paraíba: FEAP/FAC-SAÚDE ARTHE, Graduação, 2020.

Monografia (Bacharelado em Enfermagem) – Fundação Educacional de Além Paraíba, FAC-SAÚDE ARTHE, Além Paraíba, 2020.

Prof. da disciplina: Prof. Mestre. Douglas Pereira Senra.

Orientação: Profª Ms. Michelly Baganha Coelho Soares.

1. Leite materno 2. Amamentação 3. Benefícios

I. SENRA, Douglas Pereira (prof. da disciplina). II. SOARES, Michelly Baganha Coelho (orientadora). III. Fundação Educacional de Além Paraíba, bacharel em Enfermagem. IV. Aleitamento materno exclusivo: sua relevância na promoção da saúde da mãe e do bebê nos primeiros 6 meses de vida.

MARIANA PINTO LIMA

ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: SUA RELEVÂNCIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DA MÃE E DO BEBÊ NOS PRIMEIROS 6 MESES DE VIDA

Monografia de conclusão de curso apresentada ao curso de graduação em Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem e aprovada pela seguinte banca examinadora:

_____

Prof. Ms. Douglas Pereira Senra

(Prof. da Disciplina)

Fundação Educacional de Além Paraíba

_____

Profª. Ms. Michelly Baganha Coelho Soares

(Orientadora)

Fundação Educacional de Além Paraíba

_____

Prof.

(Prof. Convidado)

Além Paraíba

2020

Dedico este trabalho em primeiro lugar a Deus, que meu deu saúde e forças para superar todos os momentos difíceis a que eu me deparei ao longo da minha graduação, a minha mãe Lígia por ser essencial na minha vida,ao meu marido Marcos Henrique pelo apoio,amor e companheirismo,ao meu filho por ser minha inspiração e a toda minha família e amigos por me incentivarem a ser uma pessoa melhor e não desistir dos meus sonhos**.**

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pelos dons que me deu nesta existência que serviram na realização deste projeto.

Sou grata a minha mãe Lígia, heroína que me deu apoio, incentivo nas horas difíceis, de desânimo e cansaço, e minha avó Margarida por sempre me incentivar e acreditar que eu seria capaz de superar os obstáculos que a vida me apresentou, pelo apoio que serviram de alicerce para as minhas realizações.

Ao meu marido Marcos Henrique que acima de tudo é um grande amigo, sempre presente nos momentos difíceis com uma palavra de incentivo. Ao meu filho Bernardo que foi minha maior inspiração para essa pesquisa .

À minha orientadora Michelly pela sua dedicação e paciência durante o projeto. Seus conhecimentos fizeram grande diferença no resultado final deste trabalho.

A todos os meus amigos do curso de graduação que compartilharam dos inúmeros desafios que enfrentamos, sempre com o espírito colaborativo.

A todas as pessoas que direta ou indiretamente contribuíram para a realização da minha pesquisa.

“Que os vossos esforços desafiem as impossibilidades, lembrai-vos de que as grandes coisas do homem foram conquistadas do que parecia impossível”.

CHAPLIN

LIMA, Mariana Pinto. **Aleitamento materno exclusivo: sua relevância na promoção da saúde da mãe e do bebê nos primeiros 6 meses de vida.**/. Além Paraíba. Monografia (Bacharel em Enfermagem) – Faculdade de Ciências da Saúde Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, 2020.

RESUMO

A presente pesquisa trata-se da importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade e sua relevância na promoção da saúde da mãe e do bebê. A origem e interesse pelo tema surgiu com a minha experiência gestacionalonde pude perceber a importância e os benefícios do aleitamento materno exclusivo para mim e para meu filho. A relevância do tema se deve ao aumento de mães sem orientação quanto a importância da amamentação. O problema de pesquisa é: qual a importância do profissional de enfermagem na orientação quanto ao aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses? A problemática dessa pesquisa fundamenta-se na reflexão de que, vários fatores têm contribuído concretamente para a baixa frequência da prática de aleitamento materno atual, e entre elas a dificuldade enfrentada pelas mulheres quanto ao acesso aos serviços especializados, com profissionais qualificados para atendimento, sendo comum o questionamento dos profissionais quanto às contradições observadas entre a expressão e o desejo materno de amamentar o filho e as ações das mulheres em relação ao aleitamento. Os objetivos da pesquisa foram Fundamentar a importância do aleitamento materno exclusivo em crianças até os seis meses de vida para a promoção de saúde da criança. A metodologia usada foi uma pesquisa teórica, de caráter qualitativo e levantamento bibliográfico em livros, revistas científicas, artigos, sites da internet, em autores clássicos e contemporâneos, com o objetivo de argumentar a respeito do tema proposto. Então podemos concluir que o leite materno é ideal para a criança nos primeiros 6 meses de vida da criança sem a necessidade de introduzir outros alimentos, e para a mãe além de ser o método mais fácil e barato, previne doenças e promove o aumento do vínculo entre mãe e filho.

Palavras-chave: 1. Aleitamento materno 2. Relevância 2. Promoção da saúde 4. Mãe e bebê.

LIMA, Mariana Pinto. **Aleitamento materno exclusivo: sua relevância na promoção da saúde da mãe e do bebê nos primeiros seis meses de vida.** Monografia (Bacharel em Enfermagem) – Faculdade de Ciências da Saúde Archimedes Theodoro, Fundação Educacional de Além Paraíba, 2020.

ABSTRACT

The present research is about the importance of exclusive breastfeeding until the age of six months and its relevance in promoting the health of the mother and baby. benefits of exclusive breastfeeding for me and my child. The relevance of the theme is due to the increase in mothers without guidance on the importance of breastfeeding. The research problem is: what is the importance of the nursing professional in providing guidance on exclusive breastfeeding in the first six months? The problem of this research is based on the reflection that, several factors have concretely contributed to the low frequency of current breastfeeding practice, including the difficulty faced by women in accessing specialized services, with qualified professionals for care, being the questioning of professionals regarding the contradictions observed between the expression and the maternal desire to breastfeed the child and the actions of women in relation to breastfeeding is common. The research objectives were to substantiate the importance of exclusive breastfeeding in children up to six months of age for the promotion of children's health. The methodology used was a theoretical research, of qualitative character and bibliographical survey in books, scientific magazines, articles, internet sites, in classic and contemporary authors, with the objective of arguing about the proposed theme. The research consists of two chapters, in the first one the importance of exclusive breastfeeding was addressed. In the second chapter it shows the importance of nursing guidelines in breastfeeding, and monitoring in the immediate puerperium.

Key-words: 1. Breastfeeding 2. Relevance 2. Health promotion 4. Mother and baby.

Sumário

1 INTRODUÇÃO 11

1.1 Justificativa 12

1.2 Objetivos 13

1.2.1 Objetivo geral 13

1.2.2 Objetivos específicos 13

1.3 Métodos 13

2 A IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA ATÉ PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA 14

2.1 Anatomia e fisiologia da mama e lactação 14

2.1.2 Conceito e anatomia da mama 14

2.2 A importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida 15

2.3 Importância nutricional do aleitamento materno 17

2.4 Técnicas de aleitamento: dificuldades iniciais da amamentação e vantagens do aleitamento materno 18

2.4.2 Dificuldades iniciais da amamentação 18

3 O PROFISSIONAL ENFERMEIRO FRENTE ÀS ORIENTAÇÕES NO ESTÍMULO AO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NOS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA 21

3.1 Consulta de enfermagem pré-natal 21

3.2 Como deve ser o acompanhamento no puerpério imediato 21

3.3 Orientações de enfermagem na amamentação 22

CONSIDERAÇÕES FINAIS 24

REFÊRENCIAS 25

1- INTRODUÇÃO

A presente pesquisa refere-se a importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida da criança. Isso se deve ao fato de que, o leite materno é um alimento completo e que oferece os nutrientes necessários para que o bebê se desenvolva saudavelmente.

Estudos vêm demonstrando as vantagens da amamentação exclusiva para crianças até o sexto mês de vida é a estratégia isolada que mais previne mortes infantis, além de promover a saúde física, mental e psíquica da criança e da mulher que amamenta (BRASIL, 2009).

O interesse por este tema surgiu durante a minha experiência gestacional, onde pude perceber a importância e os benefícios do aleitamento materno exclusivo para mim e para meu filho.

Não constitui motivo de dúvida a exclusividade do leite materno, sendo cada vez mais adotadas à medida que suas propriedades se tornam mais conhecidas e que, por sua vez, cada uma delas reflete o cumprimento das exigências nutricionais e particularidades fisiológicas do metabolismo da criança.

Dentre os fatores de benefícios do leite humano pra criança, destacam-se: a sua melhor digestibilidade, composição química balanceada, ausência de princípios alergênicos, proteção de infecções, além do baixo custo.

A amamentação é a melhor maneira de alimentar o bebê constituindo bases para efeitos biológicos e emocionais no desenvolvimento da criança.

Para a mãe, a amamentação materna exclusiva contribui para a volta mais rápida da forma física, diminuindo sangramento, retorno mais rápido do útero para o tamanho normal, diminui chances de anemia devido ao sangramento pós-parto (OLIVEIRA, 2011).

Estudos mostram também a relação benéfica entre a amamentação e a diminuição das doenças como cânceres ovarianos e de mama, diminuição de fraturas ósseas por osteoporose e morte por artrite reumatóide (NASCIMENTO, 2011).

A baixa aderência ao aleitamento materno exclusivo (AME) constitui um sério problema de saúde pública, sendo necessário implantar estratégias de melhoramento dos seus índices.

A amamentação pode ser influenciada por vários fatores como a história familiar, estado emocional da nutriz, a aceitação do bebê, possíveis complicações puerperais, o apoio familiar, condições socioeconômicas e até mesmo culturais.

Diante do exposto acima, o problema da seguinte pesquisa é: qual a importância do profissional de enfermagem na orientação quanto ao aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses? A problemática dessa pesquisa fundamenta-se na reflexão de que, vários fatores têm contribuído concretamente para a baixa frequência da prática de aleitamento materno atual, e entre elas a dificuldade enfrentada pelas mulheres quanto ao acesso aos serviços especializados, com profissionais qualificados para atendimento, sendo comum o questionamento dos profissionais quanto às contradições observadas entre a expressão e o desejo materno de amamentar o filho e as ações das mulheres em relação ao aleitamento. O presente trabalho visa contribuir para que os profissionais de saúde possam implantar estratégias de orientação a cerca da amamentação desde o pré natal até o período puerperal.

1.1- JUSTIFICATIVA

O tema se justifica como de fundamental importância, pois se pretende através de um acompanhamento do profissional de enfermagem junto com as gestantes a compreensão da importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses, a relevância da pesquisa foi demonstrar, através de revisão bibliográfica, que o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida da criança é fator de vários benefícios para a promoção da saúde da mãe e do bebê.

O aleitamento materno é a mais sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução da morbimortalidade infantil. Permite ainda um grandioso impacto na promoção da saúde integral da dupla mãe/bebê e regozijo de toda a sociedade (BRASIL, 2015).

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Fundamentar a importância do aleitamento materno exclusivo em crianças até os seis meses de vida para a promoção de saúde da criança.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Descrever a anatomia e fisiologia da mama;

- Destacar os principais componentes nutricionais do leite materno;

- Apresentar as vantagens e benefícios do aleitamento materno exclusivo para a mãe, o bebê e a família;

- Promoção da saúde da criança e prevenção de doenças;

- Orientações de enfermagem para promoção da saúde da criança e da mãe.

1.3 MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa teórica, de caráter qualitativo e levantamento bibliográfico em livros, revistas científicas, artigos, sites da internet, em autores clássicos e contemporâneos, com o objetivo de argumentar a respeito do tema proposto, responder à questão de pesquisa e sustentar a hipótese.

Para alcançar o objetivo, a presente pesquisa foi dividida em dois capítulos.

No primeiro capítulo é abordada a importância do aleitamento materno exclusivo em crianças até os seis meses de vida; já no segundo capítulo é abordado as orientações de enfermagem desde a consulta pré natal até a fase do puerpério e da amamentação.

2. A IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA ATÉ OS SEIS MESES DE VIDA

O presente capítulo aborda brevemente a importância do aleitamento materno exclusivo em crianças até os seis meses de vida, destacando a anatomia e fisiologia da mama.

2.1 .ANATOMIA E FISIOLOGIA DA MAMA E LACTAÇÃO

2.1 .2 Conceito e anatomia da mama

As mamas são anexos da pele que se situam ventralmente a músculos da região peitoral, entre as camadas superficial e profunda da tela subcutânea. Seu parênquima é formado de glândulas cutâneas modificadas que se especializam na produção de leite após a gestação (DANGELO; FATTINI, 2002).

A mama é formada em parte por tecido glandular e em parte por tecido conjuntivo e gordura. O tecido glandular produz o leite que posteriormente é conduzido ao mamilo através de pequenos canais ou dutos. Antes de atingir o mamilo, os dutos se tornam mais largos e formam os seios lactíferos, nos quais o leite é armazenado. Aproximadamente dez a vinte dutos muito finos ligam os seios lactíferos ao exterior, através da ponta do mamilo. O mamilo é muito sensível, pois possui várias terminações nervosas, isso é um importante fator para o desencadeamento dos reflexos que auxiliam a “descida” do leite. Ao redor do mamilo há um círculo de pele mais escura chamado de aréola, onde existem pequenas elevações. São glândulas que produzem um líquido oleoso que ajuda a manter a pele do mamilo macia e em boas condições (DANGELO; FATTINI, 2002).

O homem por pertencer à classe Mamalia possui uma característica peculiar, a lactação , que é a capacidade de produzir o alimento ideal para seus filhos (GORTH, 1998). Durante a gravidez, a ação sinérgica de vários hormônios, provoca o crescimento das glândulas mamárias. No início da gestação, uma grandeneoformação ocorre nos elementos secretores (túbulos e alvéolos) e há também, proliferação dos ductos lactíferos. O tecido conjuntivo interlocutor permanece como finas divisórias. O tecido conjuntivo ao redor das unidades secretoras é invalida por plasmócitos, linfócitos e eosinófilos. Entre a quinta e oitava semanas da gestação, o desenvolvimento alveolar torna-se mais evidente, ocorre à dilatação das veias superficiais e aumento da pigmentação da aréola e mamilo. Ao término da gestação, o desenvolvimento alveolar torna-se mais evidentes e começa a secreção do colostro. O

acúmulo dessa secreção dilata as luzes dos alvéolos e ductos (CORMACK, 1996; GIORDANO, 1998).

2.2 A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NOS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA.

A garantia da saúde da criança em países em desenvolvimento como o Brasil é uma das metas mais importantes da sociedade, onde a desnutrição e a mortalidade infantil representam problemas de saúde pública de grande relevância, o aleitamento materno constitui medida fundamental de proteção e promoção da saúde infantil. O leite materno atende plenamente aos aspectos nutricionais, imunológicos, psicológicos e ao crescimento e desenvolvimento adequado de uma criança no primeiro ano de vida, período de grande vulnerabilidade para a saúde da criança (ABDALA, 2011).

Segundo a OMS, é recomendado amamentação materna exclusiva por 4-6 meses e complementada até 2 anos ou mais, pois, não há vantagem em se iniciar alimentos complementares antes dos seis meses, podendo acarretar prejuízos para a saúde do bebê. Por isso, vários países adotaram oficialmente a amamentação materna exclusiva, devendo se estender até os 6 meses de vida da criança (MUNIZ, 2010).

A amamentação é a melhor maneira de alimentar a criança nos primeiros meses de vida, é ideal para o crescimento saudável e para o seu desenvolvimento. O leite materno é o alimento natural para os bebês, ele fornece toda a energia e os nutrientes de que o recém-nascido precisa nos primeiros meses de vida e fornece, até metade do primeiro ano e até um terço durante o segundo ano de vida. O leite materno contém linfócitos e imunoglobulinas que ajudam no sistema imune da criança ao combater infecções e protegendo também contra doenças crônicas e infecciosas, e ainda promove o desenvolvimento sensor e cognitivo da criança (SOUZA, 2010).

A questão da exclusividade da amamentação materna, em alguns casos – prematuridade, baixo peso ao nascer, gemelaridade pode trazer polêmica, por causa de possíveis menores incrementos na curva ponderal, no primeiro ano. De qualquer forma, considerando a recomendação da amamentação materna exclusiva, até os 6 meses, e a complementação alimentar nesse período, justificada por um correto acompanhamento do crescimento, com os instrumentos da caderneta de saúde da criança- curvas de crescimento, peso e comprimento por idade, acompanhamento do calendário vacinal, complementação de ferro e vitaminas, a amamentação exclusiva ou não, trará benefícios certos para a criança (MUNIZ, 2010 p.12).

De acordo com UNICEF (2007), as crianças que recebem leite materno, possuem melhor desenvolvimento e apresentam relativo aumento da inteligência em relação às crianças não amamentadas no peito, além de prevenir alterações ortodônticas, de fala e diminuição na incidência de cáries. Até os seis meses de vida o bebê amamentado com leite materno não necessita de chá, água ou qualquer outro tipo de alimento, pois o leite já contém todos os nutrientes necessários e na quantidade que ele precisa, não sendo necessário complementação alimentar. Crianças que são amamentadas no peito são mais seguras e tem mais facilidade para aceitar os alimentos, pois o leite tem características da alimentação da mãe.

Vários trabalhos foram publicados mostrando diferenças no crescimento infantil de crianças amamentadas com leite materno e outras com fórmulas, resultando tanto em efeitos positivos quanto negativos da duração da amamentação sobre o crescimento das crianças no primeiro ano de vida. Foram identificados em sua grande maioria um ganho de peso em crianças com amamentação prolongada até os 4 ou 6 meses de vida, já no segundo trimestre, ocorre uma inversão, ou seja, crianças amamentadas com leite materno tornam-se mais magras que as crianças amamentadas com fórmulas (MUNIZ, 2010).

O leite materno possui em sua composição a endorfina que ajuda a suprimir a dor e reforça a eficiência das vacinas. Possui também células brancas vivas (leucócitos), anticorpos, fator bífido (impedindo a diarréia), lactofurina (que impede o crescimento de bactérias patogênicas) (OLIVEIRA, 2011).

De acordo com a UNICEF (2008), o leite humano protege contra alergias, previne infecções gastrointestinais, urinárias e respiratórias, além de se adaptarem mais facilmente a outros alimentos que podem ter uma relativa importância na prevenção de diabetes e linfomas.

Estudos demonstram que os benefícios da amamentação não se restringem apenas ao período da lactação, mas estendem-separa a vida adulta com repercussões na qualidade de vida do ser humano (MORAIS, 2010).

O leite artificial foi desenvolvido em laboratório para que pudesse ficar o mais próximo do leite humano, e por mais que tenham os nutrientes necessários nunca será igual ao leite materno. O leite artificial costuma causar constipação intestinal e gases no bebê. Além do mais, o leite materno já vem pronto e limpo e é a forma mais barata, na temperatura correta para o bebê, não tendo risco de contaminação, como ocorre com as mamadeiras que acumulam sujeiras e dão trabalho para serem preparadas (OLIVEIRA, 2011).

A importância social do aleitamento materno é difícil de ser quantificado, pois, a criança que se alimenta ao seio adoece menos, necessitando menos de atendimento médico,

hospitalizações e medicamentos, além de diminuir as faltas dos pais ao trabalho. Portanto, o resultado da amamentação pode beneficiar não somente as crianças e suas famílias como também a sociedade (MUNIZ, 2010).

2.3 IMPORTÂNCIA NUTRICIONAL DO ALEITAMENTO MATERNO

A literatura aponta que, o leite materno é essencial para a saúde das crianças no primeiro semestre de vida, por ser considerado um alimento completo, ministrando elementos para hidratação e elementos nutricionais para o aumento e proteção e contaminação ao metabolismo da criança (MORGANO *et al.,* 2005).Nota-se igualmente uma alteração no arranjo nutricional do leite no transcorrer da lactação, durante o dia e até mesmo durante uma mesma mamada, encontrando diferença de micronutrientes entre o primeiro e último leite a sair na mesma mamada (MORGANO *et al.,* 2005).O leite humano completa as necessidades nutricionais e imunológicas do bebê, contendo mais de 200 constituintes que garantem o crescimento e desenvolvimento adequados (CURY, 2004).

É imprescindível que o bebê esvazie completamente uma mama antes de oferecer a outra, pois assim a criança estará aproveitando todo o composto existente do decorrer do inicio ao fim da mamada (SANTOS *et al.,* 2005).

A amamentação é o alimento da criança que desde os seus primeiros anos influencia em toda sua vida. O aleitamento é um importante componente de uma boa alimentação infantil (BRASIL, 2002). As crianças que são amamentadas têm um melhor estado imunológico e nutricional, favorecendo a uma menor frequência de adoecimento, assim, elas necessitam de menores hospitalizações, atendimentos médicos, uso de medicamentos, fazendo com que os pais faltem menos ao trabalho, resultando em benefício ao bebê, à sua família e a toda sociedade (GIUGLIANI, 2000).

Segundo Chaves *et al.,* (2007) a introdução de outros líquidos além do leite materno nesta faixa etária não só é desnecessária (pois crianças amamentadas exclusivamente não necessitam receber água adicional), como às vezes prejudicial. Esse processo pode levar à diminuição da frequência e intensidade de sucção, reduzindo a produção de leite materno. Há também o risco de infecções pela contaminação de mamadeiras ou dos próprios alimentos. Além disso, alimentação precoce utilizando certos tipos de alimentos, como cereais ou vegetais, podem interferir na absorção de ferro, causando deficiência. Riscos em longo prazo,

como obesidade, hipertensão, arteriosclerose e alergia alimentar, também podem estar associados com a introdução de alimentos ao desmame.

O leite materno oferece inúmeros benefícios para saúde da criança, pois é um alimento completo, que contém todos os subsídios apropriados para o organismo do bebê, contendo muitas substâncias nutritivas e de defesa que não se encontraria em outro tipo de leite artificial ou de vaca. É por esses motivos e muitos outros que o aleitamento materno é tão recomendado para crescimento e desenvolvimento das crianças. O aleitamento materno é importante para que a saúde e desenvolvimento da criança e também fortalece os laços afetivos (BRASIL, 2007).

2.4 TÉCNICAS DE AMAMENTAÇÃO: DIFICULDADES INICIAIS DA AMAMENTAÇÃO E VANTAGENS DO ALEITAMENTO MATERNO

2.4.2 Dificuldades iniciais da amamentação

Diversos estudos indicam que a educação sobre aleitamento materno no pré- natal e no período puerperal funciona como prática preventiva para diminuir as dificuldades iniciais na amamentação. Desta forma é imprescindível que os profissionais de saúde estejam atentos para todos os aspectos que envolvam este momento tão importante. Alguns fatores críticos relacionados com a dificuldade inicial da mãe no estabelecimento da amamentação e desmame precoce são: idade da mãe, escolaridade, presença do companheiro, aceitação da gravidez, paridade, prática em amamentação, problemas com a mama e mamilo, introdução precoce da mamadeira, acesso ao leite artificial e exposição à promoção comercial de substitutos do leite materno, orientação dos profissionais de saúde, tabus alimentares e falta de conhecimento do valor nutricional do leite materno. A idade e o grau de instrução interferem quanto a motivação e tempo de amamentação.

Mães muito jovens apresentam mais dificuldades e amamentam por menos tempo, enquanto mães com maior grau de instrução amamentam por mais tempo (SANCHES, 2002). Quanto ao número de filhos e experiência anterior na amamentação, as mulheres que vivenciaram experiência positiva anterior em relação à amamentação de outros filhos, superando as barreiras iniciais e amamentando durante os primeiros meses de vida,

apresentam-se pré-disponíveis para amamentar um novo bebê e geralmente amamentam durante mais tempo. As mulheres que vivenciaram experiências negativas na amamentação, como dor, problemas relacionados à mama puerperal ou outras dificuldades, geralmente não demonstram o mesmo interesse e pré-disposição. A aceitação da gravidez e presença ativa do companheiro é apontada como fatores de incentivo à amamentação.

O pai deve dividir as responsabilidades nos cuidados com a criança e dar apoio à mãe, nas primeiras semanas e meses de vida do bebê. O auxílio de uma pessoa em casa (parente, amiga ou funcionaria) pode ser positivo no estímulo ao aleitamento, mas também pode interferir negativamente nos mitos e tabus do aleitamento. Destacam- se ainda os problemas com a mama, principalmente quanto ao ingurgitamento mamário e traumas dos mamilos, os quais trazem muita dor ou desconforto para a mãe, dificultando a continuidade do aleitamento, caso não sejam devidamente tratados.

Da mesma forma, mamas volumosas ou ingurgitadas geram dificuldades. No que se refere ao binômio mãe- recém nascido (RN), fatores relacionados às práticas hospitalares, incluindo tipo de parto, amamentação na primeira meia hora de vida, alojamento conjunto, orientação e auxílio dos profissionais de saúde na prática da amamentação, são importantes para superar barreiras do aleitamento materno. Outra dificuldade inicial do aleitamento materno, amplamente descrita na literatura relativa ao binômio mãe-RN, refere-se à condição do posicionamento e do encaixe do recém-nascido ao peito (pega). Estudos apontam que a correta técnica de sucção durante a primeira semana após o nascimento está relacionada com o longo sucesso do aleitamento. A postura inadequada assumida na amamentação gera um posicionamento incorreto da boca do bebê ao peito, interferindo na dinâmica de sucção e extração de leite, principalmente quando o recém-nascido fica muito afastado do corpo da mãe, sem apoio no quadril, com a cabeça solta, boca distante da aréola, sugando só o mamilo ou com a mãe segurando inadequadamente a mama, comprimindo os ductos lactíferos ao segurar o peito (SANCHES, 2002).

2.4.3 Vantagens do Aleitamento Materno

Para o bebê: O leite materno é o mais completo alimento para o bebê até o 6º mês de vida; é de fácil digestão. Protege o bebê contra doenças como: diarréia, resfriados, infecções urinárias e respiratórias, alergias e problemas na arcada dentária. Protege a criança contra várias doenças, pois contém todas as substâncias necessárias para bem nutri-la e imunizá-la.Previne as alterações estruturais e funcionais da face, promovendo o

desenvolvimento harmônico dessa musculatura.Auxilia o movimento dos músculos e ossos da face, promovendo melhor flexibilidade na articulação das estruturas que participam da fala.Estimula o padrão respiratório nasal do bebê, facilitando a oxigenação de suas estruturas faciais. Desenvolve e fortalece a musculatura da boca da criança, melhorando o desempenho das funções de sucção, mastigação, deglutição e fonação.É uma forma muito especial e fortalecedora do relacionamento da mãe com o filho, que transmite segurança, carinho e amor ao bebê. Favorece um bom desenvolvimento físico e mental da criança e, consequentemente, estabilidade emocional e maior adaptação nas etapas da vida para a mãe: Em geral, o corpo retorna ao normal mais rapidamente; ajuda a reduzir o sangramento, diminuindo o tempo em que o útero e o volume do seio costumam levar para voltar ao tamanho normal; aumenta o vínculo afetivo mãe-bebê. Além disso, não custa nada, é de fácil aquisição, a temperatura ideal, estando livre de contaminações externas e prontas para o consumo (OMS).

3. O PROFISSIONAL ENFERMEIRO FRENTE ÀS ORIENTAÇÕES NO ESTÍMULO AO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NOS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA

O presente capítulo aborda a importância da orientação do profissional enfermeiro desde a consulta pré natal até o puerpério imediato e amamentação.

3.1 Consulta de Enfermagem Pré-Natal

Na primeira visita pré-natal, além dos exames laboratoriais de rotina, exame físico e anamnese completa deverão ser incluídos um exame das mamas; este exame aumenta a confiança da gestante de que sua mama é normal. Outro aspecto importante na visita pré-natal é a avaliação da predisposição emocional da gestante e de seu parceiro para a lactação: atitudes, temores e experiência em gestações anteriores ou oportunidade de observar a amamentação no seu círculo familiar. Avaliar também o sistema de suporte desta gestante, como familiares e amizades, e como percebem o aleitamento materno, pois eles influenciarão a incidência e sucesso do aleitamento.

O material informativo ressaltando as vantagens do aleitamento materno a curto e longo prazos, tanto para a mãe quanto para o lactente, deve ser fornecido na primeira visita pré-natal, orientando-se também sobre a disponibilidade de grupos, publicações e recursos audiovisuais relacionados com o aleitamento materno disponíveis na instituição e comunidade. Recomenda-se a avaliação dos hábitos sociais e alimentares, nível educacional, fatores econômicos, aspectos também importantes para o aconselhamento da gestante e seu companheiro (CARVALHO, 2002).

3.2 Como deve ser o acompanhamento no puerpério imediato

O estabelecimento de um protocolo que incentiva a amamentação logo após o nascimento, tem demonstrado influenciar a incidência do aleitamento materno, bem como sua duração. O primeiro passo para assistir a mãe que amamenta é avaliar seu sentimento a respeito. A decisão de amamentar no ou não já deverá ter sido tomada no período pré – natal fator que predispõe a mãe a ter êxito ou não no ato de amamentar após o parto. É importante que o profissional enfermeiro estabeleça uma “parceria de confiança” com a mãe, isto é, ajude a

aumentar sua estima própria e a confiança no ato de amamentar, levando-a finalmente a se tornar independente no cuidado do bebê. Sempre providenciar um clima de aprendizagem, envolvendo a mãe ativamente no cuidado do recém-nascido, ensinando como resolver as dificuldades que possam aparecer com a amamentação, e como tomar a decisão correta (CARVALHO, 2002).

Durante o pré-natal e nos primeiros dias de amamentação, nos quais mãe e filho estão no ambiente hospitalar, os cuidados com ambos estão a cargo de médicos e enfermeiros que devem orientar quanto ao modo correto de amamentar, suas vantagens e cuidados necessários, alertando para o fato de que podem ocorrer complicações caso uma má amamentação seja realizada. Assim, realiza-se o papel educativo quanto às condutas adequadas ao ato de amamentar (BATISTA *et al.* 2013).

Rea (2009) lembra que, geralmente, é a família e vizinhos mais próximos quem apóia a gestante e a mamãe. Comumente, esse apoio transmite mitos, tabus e preconceitos em relação ao amamentar, baseados nas histórias familiares e sociais. Quando negativas essas experiências são passadas e levam à gestante ou mãe, informações inadequadas e inverídicas que poderão interferir na amamentação do bebê. Nesse contexto, os profissionais de enfermagem participam diretamente na preparação da futura mãe para o processo da amamentação e da gestante, desmistificando seus anseios a amamentação.

O sucesso do aleitamento materno resulta de vários fatores, dentre eles, as orientações prévias ao nascimento, especialmente pelo enfermeiro; assim como no pós-parto, com o objetivo de preparar a mãe para vencer as dificuldades que possam sobrevir reduzir as preocupações e estimular sua autoconfiança, entendendo que quanto mais instruída sobre o assunto, maior facilidade terá para superar os obstáculos (MARINHO *et al.* 2015).

3.3 Orientações de enfermagem na amamentação

O enfermeiro é o profissional que mais estreitamente se relaciona com a mãe neste período, portanto, deve preparar a gestante para o aleitamento, facilitando sua adaptação na fase puerperal, evitando assim dúvidas, dificuldades e possíveis complicações (KURINO, BOÉCIO e MARTINS, 2009)

A mulher grávida deseja ser acolhida de forma integral pelas instituições e profissionais que lhe prestam assistência. Assim ela se sente fortalecida e consegue ampliar seus

conhecimentos sobre sua condição, contribuindo para uma vivência mais plena e saudável da maternidade (HOGA & REBERTE, 2007.)

Por vezes, a amamentação apresenta-se à nutriz como dolorosa, tanto física quanto psicologicamente. O profissional de saúde precisa estar preparado para assistir nessas dificuldades o que inclui a habilidade para se comunicar (REZENDE *et al*, 2002).

Considerando que a maioria das crianças inicia a alimentação complementar de forma inadequada, podendo repercutir negativamente sobre a sua saúde, faz-se necessário o aconselhamento em alimentação infantil por parte dos profissionais de saúde (SALDIVA *et al*, 2007).

A dificuldade de compreensão dos reais motivos pelos quais muitas mulheres deixam de amamentar seus filhos é um dos grandes desafios do enfermeiro e da equipe multiprofissional para o alcance dos objetivos dos projetos e programas de incentivo ao AM. Desafio ainda maior configura-se a atuação junto a essas mulheres de intervir nos aspectos obscuros que levam à decisão materna de desmame e introdução de outros alimentos na dieta do recém-nascido.

E a educação ou informação não basta para garantir o sucesso da amamentação, ou a motivação das mulheres para amamentar. É preciso que se propiciem condições concretas para que a vivência deste processo seja prazerosa e eficaz para as mães e bebês (SILVA, 2000).

Práticas assistenciais baseadas no diálogo e no respeito à opinião da mulher, que considerem o contexto em que essa se insere e o saber popular, podem ser esclarecedoras da motivação para o AM e sua manutenção pela mulher no papel de mãe (TAKUSHI *et al*, 2008.)

É inegável a importância do trabalho educativo com as mulheres gestantes, em especial com as gestantes primigestas que por não contarem com a experiência prévia, podem estar mais sujeitas às inseguranças decorrentes do não domínio da situação (NOZAWA e SCHOR, 1996).

Através da conscientização das mães, programas de incentivos (oficiais e não governamentais), quebra de tabus, treinamento de profissionais para auxílio adequado à amamentação, ética no marketing, dentre outros, o perigo do desmame precoce pode ser

convertido em estímulo à amamentação, podendo assim alcançar à meta idealizada pela OMS (ANTUNES *et al*, 2008).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a revisão bibliográfica realizada neste estudo pôde-se verificar a importância da amamentação exclusiva até os 6 meses de vida para a promoção de saúde da criança e da mãe.

A amamentação ao longo dos anos sofreu várias interferências com a valorização dos leites industrializados em detrimento do leite materno. Sendo assim, doenças e alterações nutricionais foram sendo diagnosticadas com uma frequência cada vez maior.

Estudos sobre a composição do leite materno resgataram o incentivo, a promoção e o apoio à amamentação. O leite materno é o leite ideal para o crescimento e desenvolvimento do bebê e confere proteção contra desnutrição, diarréia e infecções respiratórias entre outros, diminuindo a mortalidade infantil.

Assim, comprova-se que o leite materno é ideal para a criança nos primeiros 6 meses de vida da criança sem a necessidade de introduzir outros alimentos, e para a mãe além de ser o método mais fácil e barato, previne doenças e promove o aumento do vínculo entre mãe e filho.

Portanto, para que a prática do aleitamento materno tenha sucesso, é indispensável o apoio dos profissionais de saúde, auxiliando e cuidando das mães e crianças em processo de aleitamento. Devemos então, criar um vínculo de confiança com a mãe e seus familiares, permitindo uma escuta ativa, esclarecê-la sobre as suas dúvidas relacionadas ao aleitamento, como por exemplo, o manejo, à prevenção de complicações, as dificuldades e crenças e principalmente reforçar a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês para a saúde da mãe e para a saúde da criança.

REFERÊNCIAS

ABDALA, Maria Aparecida Pantaleão. **Aleitamento materno como programa de ação de saúde preventiva no programa de saúde da família** .Universidade Federal de Minas Gerais .faculdade de medicina .Núcleo de educação em saúde coletiva .Uberaba,2011.57f. Monografia (especialização em Saúde da família) .

ANTUNES, L. S. et al. **Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde.** Ciência e Saúde Coletiva. V. 13, no 1, p. 103-109, 2008

BATISTA, K. R.de A.; FARIAS, M. do C. A. D. de; MELO, W. dos S. N. de. **Influência da assistência de enfermagem na prática da amamentação no puerpério imediato.** Saúde em Debate. Rio de Janeiro, v. 37, n. 96, p. 130-138, jan./mar. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010311042013000100015&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 23 out. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 20

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas**. Área Técnica de Saúde da Mulher. Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada.** Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde. **Guia alimentar para crianças menores de dois anos**. Brasília: Ministério da Saúde; 2002. BRASIL. Ministério da Saúde. Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher. Bases de ação programática. Brasília (DF); 1984.

BRASIL.ministério da saúde .secretaria de atenção à saúde .**departamento de ações programáticas e estratégicas II Pesquisa de prevenção do ministério da saúde,**2009

CARVALHO, M. R.; TAMEZ, R. **Amamentação: bases científicas para a prática profissional.** Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2002.

CHAVES, R.; LAMOUNIER, J.; CESAR, C. **Fatores associados com a duração do aleitamento materno.** Jornal de Pediatria, v.8, n. 5, p. 101, 20

CHAVES, Roberto, LAMOUNIER, Joel, CESAR, Cibele. **Fatores associados com a duração do aleitamento materno.** Jornal de Pediatria, 2007.Disponível em: http: //www.jornaldepediatria.com.br. Acesso em 18 de setembro de 2020

CORMACK, D. H. O sistema reprodutor feminino. IN: _____. **Fundamentos de Histologia.** Rio de Janeiro. Guanabara-Koogan. 1996. Cap. 17, p. 291-306.

DANGELO, J. G.; FANTTINI, C. **A. Anatomia Humana Sistêmica e Tegumentar.** 2a Edição, São Paulo: Editora Atheneu, 2002.

GIORDANO, M. G. **Ginecologia Endócrina e da Reprodução**. São Paulo: Editora BYK. 1998. p. 140-2.

GIUGLIANI, E. R. J. **O aleitamento materno na prática clínica.** Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 76, n. 3, p. 238-52, 2000._____. **Problemas comuns na lactação e seu manejo.** Jornal de Pediatria, Porto Alegre, v. 80, n. 5, nov., 2004.

GORTH, R. **Amamentação, fertilidade e crescimento populacional.** IBFAN/UNICEF Documento-nossos arquivos [online]. 1998. Disponível:URL:<HTTP://www.elogica.com.br/aleitamento/arquivo/html#lNICIO>.

HOGA, L. . K.; REBERTE, L. M. **Pesquisa-ação como estratégia para desenvolver grupo de gestantes: a percepção dos participantes.** Revista da Escola de Enfermagem da USP. v. 41,no 4, p. 559-566, 2007.

HORTA BL, Bahl R, Martines JC, Victora CG. **Evidence on the long-termeffects of breastfeeding: systematic review and meta-analyses.** Geneva: World Health Organization; 2007.

KURINO, E. O.; BOÉCIO, M. MARTINS, R. S. **O papel do enfermeiro na orientação da amamentação.** Revista de Enfermagem. UNIANDRADE, Curitiba, 2009. Disponível em:http://www.uniandrade.edu.br/links/menu3/publicacoes/revista_enfermagem/oitavo _b_noite/artigo12.pdf

MARINHO, Maykon dos Santos Marinho; ANDRADE, Everaldo Nery de; ABRÃO, Ana Cristina Freitas de Vilhena. **A atuação do(a) enfermeiro(a) na promoção, incentivo e apoio ao aleitamento materno.** Rev. Enfermagem Contemporânea [online]. v. 4, n. 2, pp.189-198, 2015. Disponível em:

<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/viewFile/598/547>. Acesso em 02 . Dez.2020

MORGANO, M. A.; SOUZA, L. A.; NETO, J. M.; RONDÓ, P. H. C. **Composição mineral do leite materno de bancos de leite.** Ciência e Tecnologia de Alimentos, Campinas, v. 25, n. 4, p. 819-24, out./dez., 2005.

NASCIMENTO,Patrícia Flávia Santos do. **Aleitamento materno:fatores contribuintes na prevenção do câncer de mama** .universidade federal de Minas Gerais .faculdade de medicina núcleo de educação em saúde coletiva.formiga ,2012.20f. monografia (especialização em atenção básica em saúde da família)

NOZAWA, M. R..; SCHOR, N. **O discurso de parto de mulheres vivenciando a experiência da primeira gestação.** Saúde e Sociedade. v. 5, no 2, 1996 .

OLIVEIRA ,Katia Andréia de.**aleitamento materno exclusivo até seis meses de vida do bebê:benefícios,dificuldades e intervenções na atenção primária de saúde .**.universidade federal de Minas Gerais.faculdade de medicina núcleo de educação em saúde coletiva conselheiro lafaiete,2011

REA, M. F**. Os Benefícios da Amamentação para a Saúde da Mulher**. Jornal de Pediatria, São Paulo, v.80, n.5, 2009. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/saude/article/viewFile/763/443>.

REZENDE, M. A. et al . **O processo de comunicação na promoção do aleitamento materno.** Revista Latino-Americana de Enfermagem. v. 10, no 2, p. 234-238, 2002.

SALDIVA, S. R. D. M. et al. **Práticas alimentares de crianças de 6 a 12 meses e fatores maternos associados.** Jornal de Pediatria. v. 83, no 1, p. 53-58, 2007.

SANCHES, M. T. C. **Amamentação – Enfoque Fonoaudilógico**. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2002.

SANTOS, V. L. F. D.; SOLER, Z. A. S. G.; AZOUBEL, R. **Alimentação de crianças no primeiro semestre de vida: enfoque no aleitamento materno exclusivo.** Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, Recife, v. 5, n. 3, p. 283-91, jul./set., 2005.

SILVA MBC, Moura MEB, Silva AO. **Desmame precoce**

SILVA, I. A. **Enfermagem e aleitamento materno: combinando práticas seculares.** Revista da Escola Paulista de Enfermagem. v. 34, no 4, p. 362-369, 2000

TAKUSHI, S. A. M. et al . **Motivação de gestantes para o aleitamento materno**. Revista de Nurição. v. 21, no 5, p. 491-502, 2008.