

Incentivo ao aleitamento materno na atenção primária a saúde

Encouragement of breastfeeding in primary health care

DOI:10.34117/bjdv7n8-481

Recebimento dos originais: 15/07/2021

Aceitação para publicação: 19/08/2021

Ana Paula Silvestre Ferreira Nogueira

Formação acadêmica mais alta: Graduada de medicina

Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230

Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402

Email: anapaulasilvestref@hotmail.com

Vanessa Souto Maior Porto

Formação acadêmica mais alta: Graduada de medicina

Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230

Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402

Email: vanessasmporto@gmail.com

Daniel Gustavo Guedes Pereira de Albuquerque

Formação acadêmica mais alta: Graduando de medicina

Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230

Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402

Email: danielguedespereira@hotmail.com

Débora Moema Amorim Nunes

Formação acadêmica mais alta: Graduada de medicina

Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230

Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402

Email: deboranunes5@hotmail.com

Giullianne Walléria Paz da Costa

Formação acadêmica mais alta: Graduada de medicina

Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230

Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402

Email: giulliannepaz@gmail.com

Mário Ivo da Costa Leite Filho

Formação acadêmica mais alta: Graduando de medicina

Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230

Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402

Email: marioivof@gmail.com

Denise Mota Araripe Pereira Fernandes

Formação acadêmica mais alta: Mestranda em Saúde da Família pela FACENE
Instituição de atuação atual: Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba/Afya
Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): BR-230
Km 9 - Amazonia Park, Cabedelo - PB, 58106-402
Email: deniseararipe@gmail.com

RESUMO

Além de todos os atributos que a atenção primária a saúde tem, um dos seus objetivos é incentivar a prática do aleitamento. Para isso, deve ser introduzida, juntamente a prática correta da amamentação, todas as crenças e culturas que as mães possuem, respeitando suas individualidades. Dessa forma, através de um domínio prático e teórico, é de extrema importância a realização de ações sociais a fim de gerar um estímulo às nutrizes, com o uso de uma boa comunicação e medidas de promoção ao aleitamento mais efetivo. Nesse contexto, o objetivo desse trabalho foi incentivar o aleitamento materno através da realização de uma ação de promoção e apoio ao aleitamento, orientando as gestantes assistidas na USF São José – João Pessoa/PB, quanto à realização de uma amamentação com técnica adequada, pega e posição correta, informá-las quanto aos cuidados com os mamilos, assim como a importância do aleitamento materno para seu bebê, diretamente na consulta pré-natal. Além disso, foi elaborada e entregue nas consultas uma cartilha explicativa considerando todos os benefícios para o binômio mãe-filho, para que elas coloquem em prática quando seus bebês nascerem.

Palavras chaves: Aleitamento materno, Atenção primária à saúde, Educação em Saúde, Estratégia Saúde da Família, Gestantes.

ABSTRACT

In addition to all the attributes that primary health care has, one of its goals is to encourage the practice of breastfeeding. For this, all the beliefs and cultures that mothers have must be introduced, together with the correct practice of breastfeeding, respecting their individualities. Thus, through a practical and theoretical domain, it is extremely important to carry out social actions in order to generate a stimulus to nursing mothers, with the use of good communication and measures to promote more effective breastfeeding. In this context, the objective of this work was to encourage breastfeeding through an action to promote and support breastfeeding, advising pregnant women assisted at the USF São José - João Pessoa/PB, regarding the performance of breastfeeding with proper technique, pick up and correct position, informing them about the care of their nipples, as well as the importance of breastfeeding for their baby, directly in the prenatal consultation. In addition, an explanatory booklet was developed and delivered to the consultations, considering all the benefits for the mother-child binomial, for them to put into practice when their babies are born.

Key words: Breastfeeding, Primary health care, Health Education, Family Health Strategy, Pregnant women.

1 INTRODUÇÃO

Por fornecer macro e micronutrientes necessários ao desenvolvimento da criança, o aleitamento materno é essencial para a promoção de saúde para a mãe e seu filho. Os efeitos positivos são diversos, e essenciais para o bom desenvolvimento do indivíduo, dentre os quais se destacam: boa evolução da abertura bucal, elevação intelectual e construção de um melhor vínculo interpessoal, diminuição da possibilidade de ocorrências de doenças crônicas durante a vida, alergias e doenças respiratórias, e outros incidentes como desnutrição causada por diarreia. Além disso, contribui para um melhor crescimento de peso e altura da criança, e diminuição da mortalidade infantil. (NUNES, 2015).

Sendo assim, o leite materno desempenha ações nutricionais e medicinais, por atuar em uma enorme gama de doenças que podem ser adquiridas se o aleitamento não for feito corretamente. O ato de amamentar é extremamente importante para a criança, e seus benefícios são desfrutados ao longo da vida. (LUSTOSA; LIMA, 2020). Além de estreitar a relação do binômio mãe-filho, por resultar na evolução das glândulas mamárias, a aleitação materna é tida como um agente protetivo para o câncer de mama, pois as células ficam menos propensas ao desenvolvimento dessa patologia. Isso se deve ao fato de que, durante a amamentação, a mulher se expõe a níveis menores de estrogênio, hormônio que é considerado um fator de risco para o câncer mamário. (SOARES, et al.; 2019). Ademais, o ato de amamentar, diminui o risco de a nutriz ter diabetes mellitus II, câncer de ovário, corpo uterino, perda ponderal, e anemia após o parto. (NUNES, 2015).

Há diversas dificuldades alegadas pelas mães para não amamentar de forma e período correto, dentre elas estão: ideias de que não estão produzindo uma quantidade suficiente de leite, irregularidade mamária, intercorrências com o recém-nascido, introdução de outros alimentos e líquidos antes do tempo correto, e dificuldade de pega na mama.

Tendo em vista que esse fato é muito predominante entre as mães, é de extrema importância orientá-las a não abandonarem a prática da amamentação antes do tempo. O dever da equipe de saúde é primordial no investimento da prática do aleitamento materno porque conduz as mulheres a realizarem essa prática de forma correta, e é reforçada a importância de implementar a aleitação na rotina, considerando todos os benefícios para o binômio mãe-filho.

Além de todos os atributos que a atenção primária a saúde tem, um dos objetivos que essa possui é incentivar a prática do alactamento. Para isso, deve ser introduzida, juntamente a prática correta da amamentação, todas as crenças e culturas que as mães possuem, respeitando suas individualidades. Dessa forma, através de um domínio prático e teórico, é de extrema importância a realização de ações sociais a fim de gerar um estímulo às nutrizes, com o uso de uma boa comunicação. (AMARAL, et al.; 2015)

2 OBJETIVOS GERAL E ESPECIFICOS

2.1 GERAL

Realizar ação de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno nas consultas de pré-natal das gestantes assistidas da USF São José.

2.2 ESPECÍFICO

Elaborar uma cartilha explicativa sobre aleitamento materno e seus benefícios.

3 DESCRIÇÃO

A Unidade de Saúde da Família São José, que está localizada na Avenida Vigolvinoflorentino da Costa, sn - Manaíra, João Pessoa - PB, é composta por 5 equipes multiprofissionais da Estratégia Saúde da Família. A USF trabalha com um planejamento semanal, atuando em todas as ações programáticas previstas na Estratégia de Saúde da Família (ESF), de acordo com as condições da unidade e seus colaboradores.

A população atendida na Unidade varia de RN a idosos, vale lembrar que a área de abrangência é urbana e possui famílias em situação precária de moradia, que buscam os serviços de saúde por motivos variados, não tendo uma condição específica. No geral podemos dizer que devido a pandemia que estamos vivendo, a grande maioria dos atendimentos são pacientes com queixas respiratórias com suspeita de COVID. No entanto a puericultura assim como o pré natal estão em pleno funcionamento, consultas essas onde conseguimos ofertar as orientações para a importância acerca da amamentação.

4 JUSTIFICATIVA

Diante da necessidade e da importância de medidas de promoção ao aleitamento materno mais efetivo e da importância da Atenção Primária Saúde como parceira para estratégias de incentivo às mães, buscamos através deste trabalho meios

para que cada vez mais tenhamos uma maior adesão de mães interessadas em saber dos benefícios do aleitamento materno e cada vez mais coloquem em prática quando seus bebês nascerem.

Segundo pontua o MS, amamentar é a ação que, isoladamente, traz vários benefícios, como: vínculo e afeto entre mãe e filho, nutrição adequada, proteção contra várias doenças, entre outros (BRASIL, 2009). Quanto mais tempo a criança mamar, mais condição terá para enfrentar as doenças e se manter com saúde (TELAROLLI JUNIOR, 1997).

Alves et al. (2008), Rios e Vieira (2007) e Telarolli Junior (1997) colocam que tais assistências desempenhadas pela APS são fundamentais para a promoção do aleitamento materno, pois possibilitam, através do vínculo criado durante as diversas ações realizadas pelo contato contínuo, a detecção antecipada de problemas, prevenindo o desmame precoce.

Além de reduzir e/ou cessar dúvidas da mãe e diminuir problemas encontrados na infância, reduz conseqüentemente, custos na saúde pública com essa criança futuramente, visto que crescerá mais saudável e adoecerá menos.

A Organização Mundial de Saúde (WHO, 2003) ressaltada que o sucesso da amamentação depende de informações adequadas. O apoio familiar e dos serviços de saúde são importantes e necessários para que possam juntos ajudar no desenvolvimento da confiança, melhorar a técnica, prevenir ou resolver problemas associados à amamentação. Além de que, o aleitamento materno dá condições para que o bebê cresça e se desenvolva adequadamente até o sexto mês, sendo uma fonte importante de proteínas nos dois primeiros anos de vida, não necessita de diluição, não tem risco de contaminação e está sempre pronto para o consumo, além de estar sempre fresco. Crianças amamentadas ao seio têm menos risco de desnutrição, por isso o leite materno é ideal para o bebê (CARVALHO, CARVALHO E MAGALHÃES, 2011).

Para que possamos atingir um melhor e maior objetivo do tema proposto cabe a nós orientar essas mães quanto à realização de uma amamentação com técnica adequada, pega e posição correta, informá-las quanto aos cuidados com os mamilos, assim como a importância do aleitamento materno para seu bebê.

5 REFERENCIAL TEÓRICO

Em virtude das grandes desigualdades sociais que assolam o Brasil, acarretando enormes dificuldades econômicas para a maioria das famílias, incluindo-se aí as

chefeias por mulheres, aliando-se à grande importância do aleitamento materno nos 2(dois) primeiros anos de vida dos recém-nascidos, é de extrema importância que as técnicas corretas de pega do bebê, tempo de aleitamento mínimo da criança e demais informações corretas sobre a amamentação sejam ensinadas às mulheres lactentes, tendo em vista que apenas metade delas na Atenção Primária à Saúde buscar ler sobre o assunto e a maioria tem apenas conhecimentos advindos do senso comum sobre o tema (Silva et al, 2017).

Por outro lado, é na Atenção Primária, junto aos profissionais de saúde que ali atuam, o local mais efetivo em que a gestante realizará todo o pré-natal e tirará todas as dúvidas sobre o processo de amamentação, sendo as gestantes assistidas pela atenção primária mais informadas sobre amamentação que as não assistidas. (Cruz et al, 2017)

Por fim, é de fundamental importância que todos os profissionais de saúde envolvidos na atenção primária de saúde tenham conhecimento técnico adequado sobre a amamentação materna e a necessidade de acompanhamento da puérpera durante toda a gravidez e período de lactação para que o processo de aleitamento seja realizado com sucesso. (OMS, 1992)

6 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Foi feita uma abordagem nas consultas de pré natal das gestantes da USF São José a fim de que fossem esclarecidos os maiores benefícios do aleitamento materno para o binômio mãe-bebê, a forma da pega correta, o fortalecimento do vínculo entre a mãe e a criança, diminuição de sangramento materno e desenvolvimento adequado do bebê. Além disso, nas consultas foi distribuído uma cartilha explicativa, para incentivar ainda mais o aleitamento, uma vez que elas podem ter acesso a mesma em diferentes momentos.

7 AVALIAÇÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme segunda onda da pandemia não foi possível desenvolver uma sala de espera com as gestantes, pois muitos atendimentos foram cancelados devido ao aumento nos números de casos por COVID-19.

Diante do exposto conseguimos fazer uma abordagem com algumas pacientes gestantes diretamente na consulta do pré-natal incentivando ao aleitamento materno, falando da importância para mãe e filho, como, bebê que mama tem melhor desenvolvimento físico, motor e emocional, além de desenvolver estruturas orais do bebê

sendo importante futuramente na mastigação e fala. Podemos passar orientações gerais sobre leite materno, que é o alimento mais completo para o bebê, não necessitando de nenhum complemento até os seis meses de idade, demonstramos a técnica adequada para amamentar evitando possíveis complicações. Essa metodologia se mostrou bastante eficaz na hora da consulta, pois algumas mães desconhecem tal importância.

Além disso, desenvolvemos uma cartilha sobre Aleitamento Materno com dez motivos para amamentar, para serem entregues as gestantes na consulta e/ou na própria Unidade de Saúde da Família São José na tentativa de alcançar um maior número de pacientes e para que dessa forma a importância sobre o aleitamento materno seja dissipado e incentivado por todos os profissionais da saúde na unidade.

Acreditamos que dessa forma conseguimos êxito no nosso estudo, surtindo efeito bastante positivo na atenção primária à saúde e podendo contribuir de maneira satisfatória com a essas mulheres, levando conhecimento e incentivando o aleitamento materno, que é tão importante para ambos, mãe e filho.

REFERÊNCIAS

ALVES, C. et al. Fatores de risco para o desmame entre usuárias de uma unidade básica de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, entre 1980 e 2004. *Cadernos de Saúde Pública*. Rio de Janeiro, v. 24, 2008.

AMARAL, Luna Jamile Xavier et al. Fatores que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo em nutrízes. **Revista gaúcha de enfermagem**, v. 36, n. SPE, p. 127-134, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: Nutrição Infantil, Aleitamento materno e Nutrição Complementar. Série A Normas e Manuais Técnicos. *Cadernos de Atenção Básica* n.23, Brasília-DF, 2009.

Carvalho JKM, Carvalho CG, Magalhães SR. A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno. *Revista e-Scientia*, 4(2):11-20, 2011.

Cruz, SH, Germano JA, Tomasi E, Fachinni LA, Piccini RX, Thumé E. Orientações sobre amamentação: a vantagem do programa de saúde da família em municípios gaúchos com mais de 100.000 habitantes no âmbito do PROESF. *Rev Bra Epidemio* [internet]. 2017 [acesso em 22 de Março de 2021]; Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rbepid/2010.v13n2/259-267/pt/>

NUNES, Leandro Meirelles. Importância do aleitamento materno na atualidade. **Boletim científico de pediatria. Porto Alegre. Vol. 4, n. 3 (dez. 2015), p. 55-58**, 2015.

LUSTOSA, Evaldo; LIMA, Ronaldo Nunes. Importância da enfermagem frente à

assistência primária ao aleitamento materno exclusivo na atenção básica. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, 2020.

Silva KMS, Goetz ER, Dos Santos MVJ. Aleitamento materno: conhecimento das gestantes sobre a importância da amamentação na estratégia de saúde da família. *R bras ci Saúde*[internet]. 2017 [acesso em 22 de Março de 2021]; 21(2):111-118; Disponível em:<https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/view/18116/17222>

SOARES, Juliana de Cássia Nunes et al. Aleitamento materno na prevenção do câncer de mama: uma revisão integrativa da literatura. **REVISTA UNINGÁ**, v. 56,n. S6, p. 13-22, 2019.

TELAROLLI JUNIOR, R. Mortalidade infantil: uma questão de saúde pública. Moderna. São Paulo, 1997.

WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION). Estratégia global para a alimentação de lactentes e crianças de primeira infância, 2003.

WHO. Indicators for assessing breast-feeding practices. Geneva; 1992

ANEXO

USF SÃO JOSÉ – JOÃO PESSOA



- O leite materno é o alimento mais completo para o seu bebê. Ele não vai necessitar de outro alimento até os seis meses de idade. Depois deste período, a alimentação complementar deve ser introduzida, porém a amamentação é recomendada até os dois anos de idade ou mais.
- O momento de amamentar é um dos momentos mais ricos e importantes na sua relação com o seu bebê. O bebê que mama tem melhor desenvolvimento físico, motor e emocional.
- Ao mamar, seu bebê estará desenvolvendo sua estrutura oral, como língua, lábios, bochechas, ossos e músculos da face. Isto será muito importante para a mastigação e a fala dele no futuro.
- Olhar nos olhos de seu filho, conversar suavemente com ele e tocá-lo com carinho quando o estiver amamentando reforçará o vínculo e a confiança entre vocês.
- Quando estiver amamentando, procure um local tranquilo, confortável e calmo.
- *Lembre-se: não existe leite fraco. O seu leite é o melhor alimento para o bebê e contém todos os nutrientes necessários para o seu completo crescimento e desenvolvimento. O leite materno protege a criança de obesidade, catarros, diarreias e infecções.*

10 motivos para amamentar

- 1 O leite materno possui todas as proteínas, lipídios, carboidratos que ajudam a satisfazer as necessidades nutricionais e energéticas do seu bebê.
- 2 O leite materno é rico em nutrientes que são essenciais e favorecem o crescimento e desenvolvimento saudável do seu bebê.
- 3 Contém proteínas de fácil digestão, por isso o seu bebê deve alimentar-se apenas com o leite materno nos 6 primeiros meses de vida. Não há necessidade de dar água, pois o leite já contém água que sacia a sede do seu filho.
- 4 O leite materno contém imunoglobulinas, que ajudam o sistema imunológico do seu filho e previne diversas doenças, ele é a primeira vacina que o seu bebê recebe e é importante que continue recebendo.
- 5 O leite materno faz o seu filho crescer rápido e ganhar peso.
- 6 A amamentação previne contra o câncer de mama e de ovário.
- 7 Estimula a liberação de hormônios que fazem você se sentir relaxada e feliz.
- 8 Promove um vínculo emocional único entre você e seu filho.
- 9 Ajuda a diminuir o risco de doenças para o seu bebê.
- 10 É totalmente grátis.