

# FORTALECIMENTO DA REDE DE APOIO A GESTANTE COMO ESTRATÉGIA DE INCENTIVO AO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO

Camila Ferreira Melo de Abrantes<sup>1</sup>, Charlene Belo dos Santos<sup>2</sup>, Gerlane Maria Dias Salvador<sup>3</sup>, Maria Thereza Ferreira da Luz Duarte<sup>4</sup>, Stephane Kelly Paulino da Silva<sup>5</sup>, Tarcísio Saulo Anastácio Quirino<sup>6</sup>

**Resumo:** A presente pesquisa é de natureza qualitativa, do tipo descritiva com abordagem teórica, recorte transversal com perspectiva longitudinal e fundamentada em dados secundários. Os resultados mostram como os profissionais utilizam diferentes estratégias para ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno exclusivo, fortalecendo a rede de apoio materna, inserindo a família/parceiro e equipe multiprofissional no pré-natal e grupos de apoio.

**Palavras-chave:** Aleitamento Materno; Enfermagem; Unidade Básica de Saúde.

## 1. Introdução

A amamentação é de fundamental importância para a saúde e o bem-estar tanto da mãe quanto do bebê. Além de fornecer todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento do recém-nascido, o leite materno possui uma composição única, rica em fortalecer o sistema imunológico do bebê, protegendo-o contra uma série de doenças. Também é capaz de contribuir para a melhoria da capacidade física, cognitiva e social de crianças [1].

O Ministério da Saúde recomenda que o Aleitamento Materno (AM) seja o único alimento que a criança necessita até o sexto mês de vida, apenas a partir desse momento o complemento com outros alimentos pode se estender até o segundo ano de vida. Em suas estratégias Políticas Nacionais de Promoção, proteção e apoio ao AM, o MS procura a colaboração da Rede Amamenta Brasil, Iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC), Proteção Legal ao Aleitamento Materno, Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano, Mobilização Social e Monitoramento dos Indicadores de Aleitamento Materno no Brasil, com o propósito de elevar as proporções da amamentação [2].

A amamentação adequada e exclusiva nos primeiros seis meses de vida está associada a uma redução significativa do risco de morbidade e mortalidade infantil, incluindo infecções respiratórias, gastrointestinais e crônicas. Além disso, a amamentação também oferece benefícios de longo prazo como menor incidência de obesidade, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares na vida adulta [3].

Diversos fatores podem influenciar a amamentação, tais como: idade, nível socioeconômico, paridade, cultura, escolaridade, trabalho da mãe, pouco conhecimento

quanto aos benefícios da amamentação, mitos e tabus relacionados ao tema, uso de mamadeira e chupeta e falta de apoio ao aleitamento materno após a alta hospitalar [3].

A interrupção precoce da amamentação tem sido relacionada ao desconhecimento materno sobre as vantagens do aleitamento materno, ao despreparo dos profissionais de saúde em orientar as mulheres, bem como ao suporte inadequado diante das complicações, além da maior atuação da mulher no mercado de trabalho e às fragilidades das políticas públicas na promoção do aleitamento materno. No entanto, a falta de conhecimento e as distorções de informações sobre o aleitamento materno, as crenças e os significados que a mulher atribui ao aleitamento materno representam maior influência na duração da amamentação, sendo considerados determinantes para o sucesso desta prática [1].

É essencial que as gestantes tenham um sistema de suporte emocional, físico e prático durante esse período de transformação e desafios. Uma rede de apoio para gestantes desempenhando um papel fundamental na jornada da maternidade. Através dessa rede, que pode incluir familiares, amigos, profissionais de saúde e grupos de apoio, as gestantes encontram o suporte necessário para lidar com as mudanças físicas e emocionais, obter informações e orientações sobre cuidados pré-natais, parto e pós-parto, além de receber encorajamento e compreensão. A presença dessa rede de apoio contribui para a saúde mental das gestantes, diminuindo com a ansiedade e o estresse, promovendo, assim, um ambiente seguro e acolhedor. Através do compartilhamento de experiências e do apoio mútuo, a rede de apoio para gestantes fortalece a confiança e a autoestima das mulheres [1].

Diante do exposto, o objetivo do estudo foi fortalecer a rede de apoio da gestante como estratégia de incentivo ao aleitamento materno exclusivo até os 06 meses.

## 2. Metodologia

A rede de apoio funciona como parte do enfrentamento dos desafios decorrentes das transformações físicas, mentais e sociais, contribuindo no seu desenvolvimento pessoal e social e na sua autonomia frente às escolhas e decisões. Esta rede pode ser familiar, de educadores, profissionais de saúde e grupos de iguais integrados em projetos sociais e educativos [4].

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Estudantes do Programa de Especialização em Saúde da Família, ESP, João Pessoa, PB – Brasil.



O apoio recebido durante a gestação, parto e puerpério, ajuda a mulher a lidar com os sentimentos provocados pelas intensas modificações vividas nesta nova fase. A mulher que é acompanhada de perto pelos profissionais da saúde e pela família é influenciada de maneira positiva, o que proporciona sensação de segurança e de apoio [4].

Com base no contexto, a equipe multidisciplinar da unidade básica estará a postos para levar as gestantes para ter todo o conhecimento acerca da hora do parto, amamentação, bem como mostrar a importância do aleitamento materno exclusivo com palestras na UBS.

Com a implementação desta intervenção será trabalhado diversos temas sobre o período gestacional e puerpério com a equipe multiprofissional da UBS, gestantes e sua rede de apoio.

### **3. Resultados e Discussões**

A maioria dos estudos conclui que as crianças amamentadas apresentam vantagens nas suas funções cognitivas quando comparadas com as não amamentadas, principalmente as com baixo peso de nascimento, promoção do desenvolvimento da cavidade bucal. O exercício que a criança faz para retirar o leite da mama da mãe é muito importante para o desenvolvimento adequado de sua cavidade oral. O desmame precoce pode levar à ruptura do desenvolvimento motor oral adequado, podendo prejudicar as funções de mastigação, deglutição, respiração e articulação dos sons da fala, bem como ocasionar má-oclusão dentária e respiração bucal. Promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho [5].

A atenção primária na gestação abrange a prevenção de doenças, a promoção da saúde e o tratamento dos problemas ocorridos durante o período gestacional, até o pós-parto. Previne agravos tanto na mulher, quanto no bebê, comuns durante a gravidez, uma vez que a gestante se sente segura, pois é neste atendimento que a mulher pode prevenir e tratar as intercorrências que possivelmente se agravam durante o ciclo gravídico puerperal [6].

O enfermeiro está sempre atento, em busca de qualquer sinal que indique alguma complicação, procurando oferecer orientação para que a gestante se sinta segura. Esse plano estabelece pontos importantes para as orientações de enfermagem, tais como alimentação adequada na gestação, à importância dos exames a serem realizados neste período e os encaminhamentos a outros serviços, promovendo a interdisciplinaridade das ações [7].

Graças aos inúmeros fatores existentes no leite materno que protegem contra infecções, ocorrem menos mortes entre as crianças amamentadas [5].

### **4. Conclusão**

A partir dessas observações, nota-se a importância da qualidade da assistência e orientações durante o pré-natal pelo profissional de saúde sobre a importância do fortalecimento da rede de apoio a gestante como estratégia de incentivo ao aleitamento materno exclusivo.

Nas mãos desses profissionais muitas vezes são colocados os anseios, o medo, explosão de ansiedade, expectativas de muitas mulheres e a certificação de que tudo ocorra bem durante a gestação, principalmente, a certeza de que está tudo bem com o futuro do bebê. Reforça-se a importância da realização dos exames laboratoriais na atenção às gestantes para as condutas profissionais corretas durante o pré-natal, juntamente com as orientações dadas durante as consultas pelo profissional de saúde.

O puerpério é um momento da vida da mulher de intensas modificações físicas, sociais e emocionais, é o momento em que a puérpera se reconhece como mãe e que passa por processos de inseguranças, dúvidas, mas também de autoconhecimento. Entretanto, é nessa fase que ela necessita do fortalecimento da rede de apoio para conseguir amamentar e seu bebê conseguir ter a pega correta do mamilo.

A rede de apoio na qual a puérpera está inserida possui influência significativa, o apoio dado à mulher por familiares, amigos, vizinhos e profissionais durante o ciclo gravídico-puerperal é de suma importância incluindo tanto as relações íntimas como aquelas ocasionais.

A participação em grupo de gestantes favorece aprendizados, compartilhamento de vivências e o preparo para o parto e puerpério, a experiência nos grupos e o apoio social da família e amigos contribuem também para a mudança de hábitos de vida, confirmando a relação entre a rede social e o autocuidado.

Destaca-se ainda que as mães necessitam buscar informações e também conversar sobre amamentação com outras mulheres, com profissionais especializados em aleitamento materno e outras pessoas. Elas devem ficar atentas porque a experiência com a amamentação costuma ser diferente entre as mulheres, algumas passam por dificuldades iniciais, enquanto outras não encontram problemas.

A amamentação é muito influenciada pela condição emocional da mulher e pela sociedade em que ela vive. Por isso, o apoio do companheiro (a), da família, dos profissionais de saúde, enfim, de toda a sociedade é fundamental para que a amamentação ocorra sem complicações.



## 5. Referências

- [1] CAPUTO NETO, M. Caderno de Atenção à Saúde da Criança: Aleitamento Materno. Secretaria de Estado da Saúde. Banco de Leite Humano de Londrina. IBFAN Brasil. Sociedade Paranaense de Pediatria. Paraná, 2013. Disponível em:  
[https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos\\_restritos/files/documento/2020-07/pdf3.pdf](https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2020-07/pdf3.pdf).
- [2] BRASIL. Ministério da Saúde. Promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno, Brasília: Ministério da Saúde, 2013.
- [3] SANTANA, J. da M.; BRITO, S. M.; SANTOS, D. B. dos. Amamentação: conhecimento e prática de gestantes. *O Mundo da Saúde*, v. 37, n. 3, p. 259–267, 2013.
- [4] AVANZI, S. A.; DIAS, C. A.; SILVA, L. O. L.; BRANDÃO, M. B. F. Importância do apoio familiar no período gravídico-gestacional sob a perspectiva de Gestantes inseridas no PHP. *Revista de Saúde Coletiva da Uefs, Feira de Santana*, v. 9, n. 1, p. 55-62, out. 2019.
- [5] 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, 2015.
- [6] ARÁUJO, S. M. et al. A importância do pré-natal e a assistência de enfermagem. *Revista Eletrônica de Ciências*. v.3, n.2, p. 1- 7, jul./dez. 2010.
- [7] BARBOSA, T. L. A. et al. O pré-natal realizado pelo enfermeiro: a satisfação das gestantes. *Cogitare Enfermagem*. v.16, n.1, p. 29-35, jan./mar. 2011.

## Agradecimentos

À Escola de Saúde Pública da Paraíba (ESP-PB) e à Equipe do Programa de Especialização em Saúde da Família pelo suporte e apoio no desenvolvimento das atividades referentes ao Projeto.