

PRÁTICAS EDUCATIVAS DE INCENTIVO AO ALEITAMENTO MATERNO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

EDUCATIONAL PRACTICES TO ENCOURAGE BREASTFEEDING: AN EXPERIENCE REPORT

Luana Davilla Pereira Freitas¹, Maria Eduarda Silva Rolim², Alba Rejane Gomes de Moura Rodrigues³, Rubens Felix de Lima⁴, Maria Sandra Beserra do Nascimento⁵, Fabiana Ferraz Queiroga Freitas⁶

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande(UFCG), campus Cajazeiras-PB
E- mail: luana.davilla@estudante.ufcg.edu.br. <https://orcid.org/0009-0008-3171-2592>

²Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande(UFCG), campus Cajazeiras-PB
E- mail: silva.rolim@estudante.ufcg.edu.br. <https://orcid.org/0009-0009-2191-880X>

³ Graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Universidade Regional do Nordeste -URNE .Licenciada em Letras (1993). Doutora em Pesquisa em Cirurgia pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa (FCMSC- São Paulo, 2017) . Mestre em Ciências da Educação pela ULHT (LISBOA, 2008) . Especialista em Educação Profissional em Enfermagem e Educação , Desenvolvimento e Políticas Educativas. Atualmente é professora da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). <https://orcid.org/0000-0003-1451-2114>

⁴Enfermeiro formado pela Universidade Federal de Campina Grande - Campus Cajazeiras. Especialista em Saúde da Família (2015), Docência do Ensino Superior (2019) e Educação Popular em Saúde (2022). Mestrando em Saúde da Família pela ProfSaúde.<https://orcid.org/0000-0002-8298-5661>

⁵Graduada em Licenciatura em Geografia pela Universidade Federal da Paraíba (1997). Técnica em Enfermagem pela UFPB (1997). Enfermeira pela Faculdade Santa Maria (2014). Especialista em Saúde Coletiva (2016) e em Saúde da Família (2016).

⁶Enfermeira pela Faculdade Santa Emilia Rodat (2005). Doutora em enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (2018). Mestre em enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba (2013). Docente da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cajazeiras-PB. E-mail: fabiana.ferraz@professor.ufcg.edu.br. <https://orcid.org/0000-0001-7374-1588>

RESUMO: O aleitamento materno é uma prática essencial para a saúde e desenvolvimento infantil, além de fortalecer o vínculo entre mãe e filho. Este estudo tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande, durante atividade educativa de promoção ao aleitamento materno realizada em alusão ao agosto dourado. Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvido em uma Unidade de Saúde da Família no município de Cajazeiras-PB, com a participação de gestantes, puérperas e familiares. A atividade foi conduzida por meio de palestra educativa, utilizando linguagem acessível, recursos visuais e demonstrações práticas, abordando benefícios, técnicas de amamentação, prevenção de complicações e orientações sobre ordenha e armazenamento do leite. Observou-se participação ativa do público, marcada por dúvidas, troca de experiências e esclarecimento de mitos relacionados à prática, o que favoreceu maior compreensão sobre a importância do aleitamento materno exclusivo. Conclui-se que ações educativas em saúde, quando pautadas no diálogo e no vínculo entre profissionais e comunidade, representam estratégia efetiva para a promoção do aleitamento e valorização do papel do enfermeiro na atenção primária.

Palavras-chave: Aleitamento Materno; Promoção da saúde; Educação

ABSTRACT: Breastfeeding is essential for child health and development, strengthening the bond between mother and child. This study reports on the experience of nursing students at the Federal University of Campina Grande during an educational activity promoting breastfeeding in honor of Golden August. This descriptive, qualitative experience report was conducted at a Family Health Unit in the municipality of Cajazeiras, Paraíba, with the participation of pregnant women, postpartum women, and their families. The activity involved an educational lecture using accessible language, visual aids, and practical demonstrations, addressing benefits, breastfeeding techniques, complication prevention, and guidance on expressing and storing milk. Active audience participation was observed, marked by questions, experience sharing, and clarification of myths related to the practice, which fostered greater understanding of the importance of exclusive breastfeeding. It is concluded that educational actions in health, when based on dialogue and the bond between professionals and the community, represent an effective strategy for promoting breastfeeding and valuing the role of nurses in primary care.

Keywords: Breast Feeding, Health Promotion, Education.

INTRODUÇÃO

O aleitamento materno constitui uma estratégia fundamental não apenas para a nutrição da criança, mas também para o fortalecimento do vínculo afetivo e da proteção entre mãe e filho. Essa prática promove benefícios diretos à saúde do binômio mãe-filho, contribuindo para a redução da morbimortalidade infantil, prevenção de agravos e o favorecimento do desenvolvimento integral da criança (BRASIL, 2015).

A composição do alimento natural, o leite humano, é uma combinação complexa de nutrientes, anticorpos e fatores bioativos ajustados especificamente às suas necessidades. Essa singularidade garante nutrição completa, fortalece o sistema imunológico e contribui para o crescimento e desenvolvimento saudáveis (Teixeira et al., 2024). Angreni et al. (2024) ressaltam que o aleitamento materno exclusivo está relacionado a avanços expressivos em diferentes dimensões do desenvolvimento infantil, abrangendo habilidades motoras grossas e finas, evolução da comunicação, capacidade de resolução de problemas e ampliação de interações sociais. Assim, sua função nutricional, configura-se importante fator de estímulo ao desenvolvimento global da criança.

No entanto, a amamentação representa uma prática complexa, envolvendo dimensões sociais, biológicas, psicológicas e culturais. Por isso, é essencial que sejam respeitadas as escolhas e decisões da mulher, oferecendo orientações que favoreçam uma alimentação infantil saudável. Recomenda-se para isso, que as orientações sejam iniciadas no pré-natal, de modo a estabelecer uma comunicação próxima e eficaz, permitindo que a

mãe compreenda a relevância da amamentação e seus benefícios, para ela e para a criança, contribuindo com a redução de complicações e minimização de intervenções (Silva, 2022).

Globalmente, apenas quatro em cada dez (44 %) crianças são amamentadas exclusivamente nos primeiros 6 meses de vida. Nas Américas, o número de crianças amamentadas de forma exclusiva nos seis primeiros meses era de 38 %, sendo que apenas 32% continuaram a amamentar até os dois anos de idade.(OPAS, 2021).

Os altos índices de desmame precoce são resultantes de um conjunto de fatores relacionados ao processo de industrialização com o surgimento e divulgação de leites industrializados e suas respectivas adesões pelos profissionais de saúde, além da prescrição da alimentação artificial e adoção de medidas pouco incentivadoras do aleitamento materno, associadas à falta de conhecimento para manejo de problemas que podem surgir durante a amamentação (Campos et al, 2020).

Com base nessa realidade, o profissional de enfermagem que atua na Estratégia em Saúde da Família (ESF) deve incentivar boas práticas relacionadas ao aleitamento materno, frisando hábitos positivos e esclarecendo sobre aqueles que de alguma forma trazem mais prejuízos do que benefícios à criança, não se esquecendo de dar importância ao conhecimento popular, que inúmeras vezes é valorizado pela comunidade. Logo, suas consultas precisam envolver aconselhamento pré-concepcional, no pré-natal, ou mesmo no puerpério, com vistas à trazer segurança a mulher e seu companheiro, por meio de informações precisas e bem direcionadas (Costa et al 2019).

Orientar as ações de promoção à amamentação exclusiva envolve necessariamente promover informações de qualidade, já que a ausência de conhecimento por parte das nutrizes tem sido apontada como uma das principais causas para o abandono do aleitamento materno. Portanto, o enfermeiro deve atuar como promotor dessa prática, favorecendo sua adesão por meio da promoção do conhecimento (Sousa et al 2022).

Nesse sentido, o presente estudo tem por objetivo relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande, durante atividade educativa de promoção ao aleitamento materno realizada em alusão ao agosto dourado.

Por meio da descrição da prática desenvolvida e dos benefícios a ela entrelaçados, busca-se promover atividades com o mesmo ideal e esclarecer a importância do incentivo ao aleitamento materno exclusivo realizado pelos profissionais da Atenção Primária à

Saúde (APS), estando claros os diversos benefícios dessa prática e do empoderamento desta para gestantes e nutrízes.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvido no contexto do estágio curricular supervisionado I em enfermagem, na Unidade de Saúde da Família Francisco Valiomar Rolim, localizada no município de Cajazeiras, Paraíba, em 28 de agosto de 2025. A experiência envolveu acadêmicos do estágio e da disciplina de primeiros socorros do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - Campus Centro de Formação de Professores, sob supervisão docente, em parceria com a equipe multiprofissional da APS.

A atividade teve como público-alvo gestantes, puérperas e familiares, com ênfase na promoção e incentivo ao aleitamento materno. As ações foram organizadas em formato de palestra educativa, utilizando linguagem acessível, recursos visuais, demonstrações práticas e materiais impressos. Durante a atividade, foram discutidos temas como a importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida, técnicas adequadas de amamentação, benefícios para mãe-filho, possíveis complicações durante o processo de amamentação, formas de coleta e armazenamento do leite materno, além do esclarecimento de dúvidas apresentadas pelo grupo.

Ressalta-se que foram observados os princípios éticos que regem as práticas de extensão e educação em saúde, garantindo a autonomia dos participantes, o sigilo das informações compartilhadas e a participação voluntária.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A atividade contou com a participação de 3 gestantes, 1 puérperas e 6 familiares, que se mostraram receptivos e interessados na temática. Durante a palestra, observou-se significativa interação dos presentes, especialmente quando foram convidados a compartilhar seus conhecimentos prévios sobre os pontos abordados. Nesse momento, surgiram dúvidas relacionadas à forma de se familiarizar com a ideia de amamentar ainda no período gestacional, principalmente diante de receios prévios quanto à prática, além de questionamentos sobre mitos e verdades associados ao aleitamento materno.

Essa participação ativa evidenciou a relevância da abordagem educativa, uma vez

que possibilitou a elucidação de informações muitas vezes permeadas por crenças populares, favorecendo o esclarecimento das mulheres e familiares para a tomada de decisões conscientes quanto à temática abordada.

Para Pereira et al (2022), o sucesso da amamentação depende do significado atribuído pela mulher a esta e ao esclarecimento feito de forma abrangente a respeito das vantagens e benefícios que o aleitamento materno traz para bebê e nutriz. Entretanto, é evidente que muitas são as crenças transmitidas de geração a geração, as quais corroboram diretamente para o desmame precoce, devido, essencialmente, a influência de informações inverídicas e a falta de recomendações adequadas as nutrizes.

Mediante o exposto, Serafim e Manhabusque (2024) destacam que entre os principais motivos para o desmame precoce estão o pré-natal inadequado, ausência de rede de apoio e suporte familiar, idade materna, uso de chupetas e a introdução de fórmulas infantis, sendo de extrema importância a assistência pré natal e puerperal realizada nos serviços de saúde para subsidiar ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno a fim de evitar a propagação de informações errôneas sobre o ato de amamentar.

Evidencia-se através do referido, a clara necessidade do esclarecimento dos mitos enraizados em sociedade e de uma abordagem integralizada voltada a aspectos psicossociais de gestantes e nutrizes, haja vista que estas são permeadas por informações errôneas ao longo da gravidez e puerpério e por muitas vezes vivenciam dificuldades em sua vida diária que a impedem de realizar amamentação exclusiva de forma satisfatória.

Nesse sentido, o enfermeiro deve desenvolver a assistência humanizada, pois este aspecto é de extrema relevância na transmissão de informações, podendo realizar uma abordagem socioeducativa em nível primário de saúde com impactos relevantes, corroborando para um maior empoderamento e comprometimento da mãe e para o sucesso na prática do aleitamento materno (Santos e Meireles, 2021).

Outro fator abordado durante a atividade educativa tratou da promoção da técnica de pega adequada no momento da amamentação e da forma como esta pode ser realizada de maneira confortável e segura. Para tanto, foi realizada demonstração com uso de peças anatômicas que simulavam os diferentes tipos de bicos de seios e o busto da mãe durante a amamentação. Por meio do uso destes, foi possível demonstrar a forma adequada de pega, que envolve múltiplos fatores e que necessita de conhecimento e vínculo estabelecido entre mãe e bebê.

Segundo o Ministério da Saúde, o método como a mãe posiciona o bebê nos seios e como este promove a pega influencia diretamente na capacidade de nutrição e na prevenção de fissuras e dor para a nutriz. Tal técnica envolve, de maneira geral, posicionamento adequado de ambos (barriga com barriga), oferta dos seios pela mãe em formato de “C” e abocanhamento da maior parte do mamilo pelo bebê, lábios do lactente voltados para fora, nariz livre, queixo tocando a mama e movimento da mandíbula do bebê promovendo sucção adequada, sem desconforto (Brasil, 2015).

A pega correta, acima esclarecida, é um dos fatores primordiais para o sucesso da amamentação, estímulo da produção de leite e prevenção de eventos adversos. Lima et al (2022) abordaram em estudo de campo relatos positivos sobre a técnica adequada de pega demonstrada por profissionais da saúde em momentos anteriores ao parto e no puerpério, apresentando a importância da enfermagem garantir transmissão de conhecimento e apoio contínuo às mães-filhos, estando evidentes os inúmeros benefícios dessa prática.

Ademais, durante os primeiros dias é comum que a nutriz sinta desconforto ou sutil dor nos mamilos, tendo em vista que seu corpo ainda não está adaptado à forte sucção do lactente. No entanto, esses incômodos não devem ser duradouros, haja vista que a pega e/ou posicionamento inadequado durante a amamentação pode levar a lesões e complicações (Brasil, 2015). Entre elas, a complicação mais frequente observada são as fissuras, que surgem principalmente devido à pega incorreta, resultante da falta de conhecimento técnico e de orientações sobre a amamentação (Silva, 2022).

Para tanto, a prevenção do trauma mamilar abrange o uso de técnicas adequadas de amamentação, com intervenções corretivas de pega e posicionamento do lactente, amamentar a livre demanda, evitar o uso de protetores de mamilo e da chupeta (Cunha et al, 2022). Além disso, é importante orientar a puérpera a espalhar o leite ao redor do mamilo e aréola ao final de cada mamada do bebê, deixando que seque sozinho, pois essa é a forma certa de hidratação, bem como oferecer inicialmente o seio menos dolorido ou o que não está machucado com trauma mamilar, levando ao alívio dos sintomas (Oliveira et al, 2021).

No decorrer da atividade, observou-se ainda que as lactantes que retornavam ao trabalho sentiam necessidade de interromper a amamentação exclusiva, em grande parte devido à falta de conhecimento sobre as técnicas de ordenha e o armazenamento adequado do leite materno. Nessa perspectiva, Silva (2022) defende que é responsabilidade do

enfermeiro favorecer a manutenção do aleitamento materno até os seis meses de vida, contribuindo para a prevenção do desmame precoce.

Sob esse aspecto, considerando as dificuldades relatadas pelas participantes, foram apresentadas orientações preconizadas pelo Ministério da Saúde (Brasil, 2015), as quais contemplam: importância de realizar a ordenha em ambiente confortável e tranquilo; o uso de máscara e cabelo preso; higienização das mãos antes da manipulação das mamas; utilização de recipientes de vidro previamente esterilizados para coleta; massagens para auxiliar a ordenha; além dos cuidados relacionados ao tempo de conservação do leite - até 12 horas em geladeira e até 15 dias em freezer. Ressaltou-se, ainda, que o descongelamento deve ser feito em banho-maria, utilizando-se apenas a quantidade necessária para a oferta imediata à criança, preferencialmente em uma colher ou copo.

Em suma, foram esclarecidas as dificuldades e dúvidas percebidas acerca do aleitamento materno, ao mesmo tempo em que se reforçam os benefícios dessa prática para a mãe-filho. A atividade buscou oferecer às mulheres um ambiente acolhedor e esclarecedor, demonstrando que a assistência está disponível para atender suas necessidades, favorecendo a construção de uma relação de confiança e vínculo entre a equipe e o cliente, condição fundamental para um cuidado holístico no âmbito da Estratégia Saúde da Família.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através do exposto, fica evidente a importância do papel do enfermeiro e da equipe multidisciplinar da Estratégia em Saúde da Família no estímulo à amamentação. Destarte, a abordagem integrativa, em linguagem simples e esclarecedora sobre os principais anseios que permeiam o processo de aleitar funciona como intervenção educativa, condutora de impactos positivos na realidade de lactantes e lactentes.

Assim, faz-se necessário dar continuidade a ações similares, com abordagens diversas da temática, por meio do uso de diferentes recursos educativos (palestras, folders, simulação realista, jogos), tratando do incentivo ao aleitamento, suas técnicas, o esclarecimento de mitos e formas de promoção do cuidado.

Além disso, estreitar as relações e promover vínculos com o público-alvo é uma estratégia eficaz, pois promove maior interação entre profissionais e usuários do serviço de

saúde, formando laços, facilitando a transmissão e a absorção do conhecimento, bem como o interesse das nutrizes em praticar aquilo que foi incentivado. Portanto, o apoio e a continuidade do encorajamento ao aleitamento materno exclusivo, seguindo as recomendações necessárias, devem se tornar prioridade para as equipes em saúde, visto que o leite materno, primordial para a vida, promove vitalidade, proteção e laços de afeto duradouros.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf. Acesso em: 5 set. 2025.

CAMPOS, P.M, GOUVEIA, H.G, STRADA, J.K.R, MORAES, B.A. Contato pele a pele e aleitamento materno de recém-nascidos em um hospital universitário. Revista Gaúcha de Enfermagem [Internet].2020;41(spe):e2019015..Disponível em: : <http://www.scielo.br/j/rgenf/a/d9ZGSyPWYzSWvDv3r8fPHfp/abstract/?lang=pt> .Acesso em: 04 de set. de 2025.

CUNHA, A. G. et al. Promoção do autocuidado em mulheres com fissuras mamárias decorrentes da amamentação: relato de experiência. Research, Society and Development, v. 11, n.12, e277111234434, 2022(CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 . Disponível em : <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/34434/29068>. Acesso em: 05 de set. de 2025.

LIMA, L. G. A et al. Influência das orientações recebidas por mulheres em relação à amamentação. Revista Eletrônica Acervo Saúde. 2022. | ISSN 2178-2091. Disponível em : acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/10141/6122 . Acesso em: 05 de set. 2025.

Oliveira, A. de C. C.,et al. (2021). Competência do enfermeiro frente as fissuras mamárias. Brazilian Journal of Health Review, 4(6):27522-27534. file:///C:/Users/User/Downloads/41184-103087-1-PB.pdf . Acesso em : 05 de set. de 2025.

Organização Pan-Americana da Saúde. OPAS destaca importância de participação de toda sociedade na promoção do aleitamento materno, em lançamento de campanha no Brasil - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde [Internet]. 2021 . Disponível em: : <https://www.paho.org/pt/noticias/29-7-2021-opasdestaca-importancia-participacao-toda-sociedade-na-promocao-do-aleitamento> Acesso em: 04 de set. de 2025

PEREIRA, R. de S. et al. Fatores que influenciam o desmame.Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo, v.16. n.102. p .487-499. Maio/Jun.2022. ISSN 1981-9919. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2049/1280>. Acesso em: 13 de set. de 2025.

SANTOS, A.C; MEIRELES, C.P. A importância da amamentação exclusiva nos seis primeiros meses de vida e o papel da enfermagem. REVISTA COLETA CIENTÍFICA, Ano V, Vol. V, n.9, jan.-jun., 2021. ISSN: 2763-6496. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5111606>. Disponível em:<https://portalcoleta.revistajrg.com/index.php/rcc/article/view/56/47>. Acesso em 5 set. 2025.

SERAPHIM, J.C, MANHABUSQUE, K.V. Aleitamento Materno Exclusivo e Desmame Precoce. Resid Pediatr. 2024;14(4): DOI: 10.25060/residpediatr-2024.v14n4-1171.

Disponível em:

<https://residenciapediatrica.com.br/detalhes/1603/aleitamento%20materno%20exclusivo%20e%20desmame%20precoce> . Acesso em: 13 de set. De 2025.

SILVA, Sorailda Leal de Moraes. Práticas exitosas em prol do aleitamento materno: relato de experiência. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Escola de Ciências Sociais e da Saúde, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2022. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/4664>. Acesso em: 4 set. 2025.

SOUSA, H. A. K. P et al. Promoção do aleitamento materno no contexto hospitalar brasileiro .Enfermería: Cuidados Humanizados. 2022;11(2), e2831 .Disponível em: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2393-66062022000201208 . Acesso em 04 de set. de 2025.

TEIXEIRA, A. S.; UCHÔA , J. M. G.; MENEZES, M. I. L. de; MORAIS , S. K. M.; RIBEIRO , R. R. G.; ROCHA , L. M.; SOARES , L. D. B.; FEITOSA, J. B. N.; BRANCO , J. P. C.; SANTOS , S. B. dos; MENDES , L. D.; FIGUEIREDO , G. S.; ROCHA , P. A.; GONÇALVES , P. R.; SILVEIRA , K. M. M. Aleitamento materno: benefícios para a saúde infantil e desenvolvimento. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences , [S. l.], v. 6, n. 8, p. 1792–1801, 2024. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/2947>. Acesso em: 4 set. 2025.