

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO ESTRATÉGIAS PARA A PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

HEALTH EDUCATION AS STRATEGIES FOR PROMOTING EXCLUSIVE BREASTFEEDING: EXPERIENCE REPORT

Maria Tereza Leite Mariano¹, Maria Taís da Silva Santos², Mércia de França Nóbrega Cavalcanti³

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cajazeiras-PB. E-mail: maria.mariano@estudante.ufcg.edu.br.

²Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cajazeiras-PB. E-mail: tais0674@gmail.com.

³Enfermeira pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Docente da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cajazeiras-PB. Doutora em Ciências da Saúde pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo (FCMSCSP). E-mail: merciaufcg@gmail.com.

RESUMO: O aleitamento materno fornece inúmeros benefícios para o binômio mãe-filho, sendo por este motivo recomendada até os seis meses de maneira exclusiva e até os dois anos de forma complementada. Entretanto, muitos aspectos são capazes de estimular o desmame precoce e por essa razão torna-se necessário trabalhar a temática ainda durante o ciclo gravídico, nas consultas de pré-natal. Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência de uma roda de conversa enquanto ação educativa para gestantes acerca da importância da amamentação e estratégias para superação dos entraves. O momento oportunizou a retirada de dúvidas com os profissionais da equipe, bem como a interação e socialização entre mulheres com distintas idades gestacionais. Através da ação intervencionista, notou-se o quão fundamental é o papel da atenção primária e da equipe de enfermagem no repasse de informações sobre aleitamento materno, uma vez que acompanham a gestante durante todo o pré-natal, conhecendo sua realidade e individualidade. A partir desta análise, é preciso traçar estratégias para fornecer uma rede de apoio eficiente e condutas para deixar o ato de amamentar mais confortável e prazeroso, reduzindo assim o risco de interrupção da amamentação antes dos seis meses de vida.

Palavras-chave: Aleitamento Materno. Cuidado Pré-natal. Educação em Saúde.

ABSTRACT: Breastfeeding provides numerous benefits for the mother-child binomial, and for this reason it is recommended up to six months exclusively and up to two years in a supplemented manner. However, many aspects are capable of encouraging early weaning and for this reason it is necessary to work on the topic during the pregnancy cycle in prenatal consultations. This is a descriptive study of the experience report type of a conversation circle as an educational action for pregnant women about the importance of breastfeeding and strategies for overcoming obstacles. The moment provided an opportunity to clarify doubts with team professionals, as well as interaction and socialization between women with different gestational ages. Through interventionist action, it was noted how fundamental the role of primary care and the nursing team is in passing on information about breastfeeding, as they accompany pregnant women throughout prenatal care, knowing their reality and individuality. Based on this analysis, it is necessary to outline strategies to provide an efficient support network and behaviors to make breastfeeding more comfortable and pleasurable, thus reducing the risk of interrupting breastfeeding before six months of age.

Keywords: Breast Feeding. Prenatal Care. Health Education.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que a amamentação promove inúmeros benefícios para a criança, a mãe, assim como toda a família e sociedade, pois o ato de amamentar, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), melhora a imunidade, protege contra infecções respiratórias, diarreias, alergias e permite o crescimento e desenvolvimento nutricional adequado. Nesse viés, o aleitamento materno exclusivo é recomendado até os seis meses de vida, devendo ser mantido até pelo menos dois anos de idade em associação com outros alimentos (Menezes; Coelho; Lobo, 2019).

Entretanto, muitos aspetos são capazes de interferir na amamentação e ocasionar sua interrupção precoce, como a ausência de uma rede de apoio, falta de informações sobre a qualidade do leite materno, fatores culturais, sociais, políticos e econômicos que findam condicionando e limitando a mulher na amamentação. Em virtude disso, é crucial assistir estas mulheres para que possam desempenhar um excelente papel de mulher-mãe-nutriz (Alves; Oliveira; Rito, 2018).

Entre os fatores que impactam benéficamente o incentivo a amamentação, está a educação em saúde durante o pré-natal, em que são oferecidas informações seguras à mulher, sobre os benefícios do aleitamento exclusivo tanto para a mãe quanto para o bebê, bem como instruções sobre as técnicas e cuidados durante esse processo, favorecendo o sucesso da lactação através da sensibilização e desenvolvimento da autoconfiança e empoderamento (Menezes; Coelho; Lobo, 2019).

Entre as atribuições do enfermeiro no que tange o cuidado com a gestante, destaca a realização de consultas de pré-natal de risco habitual, em que o profissional atua para o desenvolvimento saudável da gestação, identificando precocemente agravos à saúde da mulher e do concepto, além de fornecer orientações sobre os tipos de parto, incentivo e elucidações sobre o aleitamento, cuidados no período puerperal (Lima; Nascimento; Martins, 2018). Assim é evidente o papel protagonista do enfermeiro no incentivo e preparo para o aleitamento.

Portanto, partindo do pressuposto de que a amamentação é uma temática que deve ser trabalhada durante as consultas de pré-natal, este estudo tem como objetivo descrever a experiência de uma ação intervencionista para gestantes sobre a importância da amamentação exclusiva até os seis meses de vida da criança.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa descritiva, do tipo relato de experiência, na qual descreve a vivência de uma ação intervencionista realizada por acadêmicas do Curso de Graduação de Enfermagem durante o componente curricular Estágio Supervisionado I sob a supervisão da preceptora, enfermeira da unidade, para gestantes de uma unidade básica de saúde acerca da importância da amamentação exclusiva até os seis meses, bem como as estratégias para superar os entraves e melhorar o vínculo afetivo entre mãe e filho.

Esta ação teórica-prática desenvolvida no serviço de saúde na cidade de Cajazeiras, Paraíba foi efetuada em agosto de 2023, visto que é o mês designado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para simbolizar o incentivo à amamentação, também conhecido como Agosto Dourado. Para mais, é válido salientar que a cor dourada é padronizada por estar atrelada ao padrão ouro de qualidade do leite materno.

O dia escolhido para realização da ação foi referente ao dia marcado para as consultas de pré-natal com a enfermeira e o médico no turno da manhã, a fim de alcançar um maior número de participantes. Recursos como artes para divulgação da ação pelas redes sociais foram utilizados para convidar as mulheres, além de materiais de apoio como cartazes, bonecos e mamas didáticas de crochê empregados para encenar alguns passos da amamentação e facilitar a aquisição de informações. Outrossim, foi preparada uma dinâmica de mitos e verdades para avaliação do nível de conhecimento antes e depois da intervenção educativa, viabilizando o advento de uma plateia ativa e participativa.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Através do acompanhamento das consultas de pré-natal, foi possível identificar lacunas do conhecimento acerca da amamentação entre as gestantes. A partir desta percepção, foi planejada uma ação intervencionista para difundir conhecimentos com vistas a incentivar a amamentação exclusiva.

Durante a roda de conversa, foram abordadas pelas estagiárias da graduação de enfermagem e a preceptora enfermeira as seguintes temáticas para discussão: benefícios da amamentação para o binômio mãe-bebê; alimentação na amamentação, quais alimentos ajudam na produção de leite e quais precisam ser evitados; pega correta do bebê na amamentação; posições para amamentar; tipos de mamilo e respectivos manejos para o aleitamento; capacidade do estômago do recém nascido; como realizar massagem para ordenha das mamas e forma correta de armazenamento do leite.

Considerando que o processo de amamentação deve ser incentivado de forma multidisciplinar, a ação também contou com a participação de psicólogo, fisioterapeuta e odontólogo da equipe multiprofissional da Unidade Básica de Saúde, com as respectivas temáticas: saúde mental da gestante e depressão pós-parto; exercícios físicos para alívio de lombalgia durante a gravidez e cuidados com a saúde bucal durante o período gravídico e com o recém-nascido.

O uso de cartazes ilustrativos, bonecos e mamas didáticas foi eficaz em despertar o interesse das gestantes e prender a atenção. O momento oportunizou a retirada de dúvidas com os profissionais da equipe, bem como a interação e socialização com mulheres em distintas idades gestacionais, algumas que vivenciavam a primeira gestação e outras que já eram secundigesta favorecendo a troca de experiências.

Entre as partilhas, foi relatado que a amamentação era o que mais causava angústia e ansiedade, com inseguranças se seriam capazes de conseguir nutrir o filho, se teriam ferimentos mamilares, assim como sobre os cuidados com o recém-nascido pela fragilidade apresentada. Também foi falado sobre a pressão psicológica que é feita na mãe acerca da amamentação, através de comparações, que impacta negativamente nesse processo sobretudo durante o puerpério, sendo portanto, necessário enfatizar que cada gestação é única, não permitindo a interferência das representações sociais no comportamento materno e principalmente respeitando a decisão da mulher no tocante à amamentação.

A metodologia ativa do tipo “mitos e verdades” utilizada foi bem aceita entre as mulheres, que participaram efetivamente, fomentando o surgimento de dúvidas acerca de outras afirmações já relatadas, como por exemplo “é verdade que tudo que a gente come vai para o bebê?”. Outros questionamentos foram sobre o que fazer quando o bebê dorme no seio e não tem uma mamada efetiva, os quais foram discutidos e esclarecidos.

Nesse viés, assim como na ação intervencionista realizada por Schultz *et al* (2020), a palestra educativa acerca da importância da amamentação exclusiva e as maneiras para tornar esse momento satisfatório e livre de qualquer dano a integridade das mamas da mulher, foi possível despertar o maior interesse das mulheres em amamentar exclusivamente seus filhos até os 6 meses de vida, bem como foi crucial para elevar o nível de autoeficácia do aleitamento materno. Além disso, o momento oportunizou a melhora da confiança das nutrizes sobre como viver bem esta etapa, uma vez que foram enfatizados os benefícios tanto para a criança como para a mãe.

Outrossim, sabe-se que a educação em saúde é caracterizada como uma ferramenta crucial para identificar o problema e propor as soluções para tal. No que tange ao aleitamento

materno, é fundamental para reduzir os riscos de desmame precoce, uma vez que uma das principais razões para a interrupção da amamentação é o déficit de informações sobre a temática. Como resultado da intervenção educativa, foi possível propiciar além dos conhecimentos indispensáveis para a mãe, o entretenimento dessas mulheres na sala de espera do serviço de saúde, amenizando assim seus anseios e dúvidas sobre a amamentação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da ação intervencionista, notou-se que boa parte das mulheres sofrem antecipadamente devido a experiência de terceiros ou de gestações anteriores, evidenciando, portanto, a necessidade e a significância de trabalhar continuamente a temática com as gestantes para amenizar suas dúvidas e anseios, bem como estimular a amamentação exclusiva até os seis meses de vida da criança.

Ademais, evidencia-se o quão fundamental é o papel da atenção primária e da equipe de enfermagem no repasse de informações sobre aleitamento materno, uma vez que acompanham a gestante durante todo o pré-natal, conhecendo sua realidade e individualidade. A partir desta análise, é preciso traçar estratégias para fornecer uma rede de apoio eficiente e condutas para deixar o ato de amamentar mais confortável e prazeroso, reduzindo assim o risco de interrupção da amamentação antes dos seis meses de vida.

A ação configurou-se como uma experiência exitosa para as acadêmicas, sendo este um momento de associação entre a teoria adquirida na universidade e a possibilidade de planejar uma intervenção na realidade prática, desenvolvendo habilidades como a liderança, autonomia e trabalho em equipe.

REFERÊNCIAS

ALVES, J. S.; OLIVEIRA, M. I. C.; RITO, R. V. V. F. Orientações sobre amamentação na atenção básica de saúde e associação com o aleitamento materno exclusivo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 4, p. 1077–1088, abr. 2018.

LIMA, A. P. C; NASCIMENTO, D. S.; MARTINS, M. M. F.. A prática do aleitamento materno e os fatores que levam ao desmame precoce: uma revisão integrativa. **J. Health Biol Sci.** 2018.

MENEZES, R. R.; COELHO, A. S.; LOBO, M. R. G. A importância da amamentação na formação de vínculos afetivos saudáveis entre mãe/bebê. **BIUS-Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia**, v. 12, n. 5, p. 1-15, 2019.

SCHULZ, S. M.; MOREIRA, K. F. A., PEREIRA, P. P. S.; FERREIRA, L. N.; RODRIGUES, M. A. S.; FERNANDES, D. E. R. Influência da educação em saúde na

autoeficácia em amamentar: estudo quase experimental. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 34, 2020.