

ALEITAMENTO MATERNO EM GRUPO DE GESTANTES E PUÉRPERAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

EVELIN BRAATZ BLANK¹; MARILU CORREA SOARES²; GREICE CARVALHO DE MATOS³; BRUNA MADRUGA PIRES⁴; KAMILA DIAS GONÇALVES⁵; KATIA DA SILVA ROCHA⁶

¹Acadêmica de Enfermagem do 6º semestre da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas. Bolsista PROBEC- Membro do Núcleo Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias - NUPECAMF – evelin-bb@hotmail.com

²Enfermeira Obstetra, Professora Associada da FEn_UFPel e do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da FEn_UFPel, Líder do Núcleo Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias - NUPECAMF e orientadora do trabalho – enfmari@oul.com.br

³Doutoranda do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da FEn_UFPel, Bolsista CAPES. Membro do Núcleo Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias - NUPECAMF – greicematos1709@hotmail.com

⁴Mestranda do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da FEn_UFPel, Membro do Núcleo Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias - NUPECAMF – brunamadrugapires@hotmail.com

⁵Mestranda do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da FEn_UFPel, Membro do Núcleo Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias - NUPECAMF – kamila_goncalves_@hotmail.com

⁶Mestranda do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da FEn_UFPel, Membro do Núcleo Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias - NUPECAMF – katiadasilvarocha@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

O aleitamento materno é considerado uma das maneiras mais eficientes de atender aos aspectos nutricionais, imunológicos e psicológicos da criança em seu primeiro ano de vida (CARVALHO; CARVALHO; MAGALHÃES, 2011).

Além destes aspectos, a amamentação estimula o vínculo mãe-filho, que é de extrema importância para o crescimento e desenvolvimento da criança, proporcionando uma gama de estímulos ao recém-nascido e interações mais intensas com sua mãe (RESENDE; OLIVEIRA, 2012).

Quando se questiona mães sobre a recusa do aleitamento materno exclusivo, as justificativas apresentadas são a falta de conhecimento da fisiologia da lactação, da qualidade/quantidade de leite produzido, recusa do bebê em pegar o peito e a alegação de que o “leite secou”. Para Pereira et al. (2010) apontam o papel da enfermagem no incentivo ao aleitamento materno exclusivo por meio de ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno para a melhoria da saúde da criança.

Acredita-se que o enfermeiro é um dos profissionais de saúde que mais se relaciona com a gestante no período gravídico-puerperal, sendo importante que esteja preparado para orientar a mulher na vivência da amamentação, facilitando sua adaptação na fase puerperal, esclarecendo dúvidas, dificuldades e possíveis complicações. Neste sentido as ações relacionadas à promoção do aleitamento materno devem não somente ser incentivadas, mas pensadas enquanto estratégias para que as gestantes conheçam e reconheçam a importância da amamentação não apenas para o bebê, mas também para a mulher (GONÇALVES, 2013).

Nesta perspectiva o presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem sobre a temática do aleitamento materno em um grupo de gestantes e puérperas.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma mestranda de enfermagem e de acadêmicas de graduação da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas - RS, que participam do projeto de extensão universitária "Prevenção e Promoção da Saúde em Grupos de Gestantes e Puérperas".

O projeto é desenvolvido por docentes e discentes da Faculdade de Enfermagem da UFPel, além da enfermeira, dentista e agentes comunitárias de saúde de uma Unidade Básica de Saúde, localizada na periferia da cidade de Pelotas/RS.

Os grupos acontecem mensalmente nesta unidade e visam a troca de conhecimento e experiências entre participantes e estudantes de enfermagem. O público-alvo são mulheres em diferentes idades gestacionais, faixa etária, condições socioeconômicas e culturais.

O encontro foi realizado no mês de abril de 2016, contou com a participação de nove gestantes, uma acadêmica de Enfermagem bolsista PROBEC do projeto, uma mestranda de Enfermagem e a dentista da Unidade Básica de Saúde.

O assunto discutido em roda de conversa foi o aleitamento materno apresentado pela mestranda e acadêmica de Enfermagem que utilizaram materiais audiovisuais e folders informativos sobre a temática. Ao final a dentista conversou com as gestantes sobre a importância do cuidado com saúde bucal da mãe e do bebê, ensinando a correta higienização da boca do bebê após a alimentação.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com a WHO (2001) o aleitamento materno deve ser exclusivo até o sexto mês de vida e, para além dos dois anos de maneira complementar, sendo esta orientação da WHO incentivada no grupo de gestantes e puérperas já citado.

Durante a roda de conversa abordamos a fisiologia da mama, fisiologia da lactação, fases da produção de leite (colostro, leite de transição e leite maduro), tipos de mamilos, as vantagens da amamentação para a mãe e criança, posicionamento do bebê para uma pega adequada, o uso de chupetas e mamadeiras; e esclarecemos alguns mitos como o do "leite fraco" e do "pouco leite".

O enfoque principal do encontro foi o incentivo ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida destacando as vantagens para a mulher e para o bebê como aumento do vínculo afetivo, o favorecimento da involução uterina, a redução do risco de hemorragias, a contribuição para o retorno do peso ao estado pré-gravídico, a diminuição das internações para o bebê, a gratuidade, um alimento completo que facilita a eliminação de mecônio e protege contra infecções, principalmente as respiratórias que acometem as crianças menores de um ano, e diminui as chances de alergia por possuir anticorpos que conferem imunidade ao bebê (BRASIL, 2013).

Durante a roda de conversa foram esclarecidas dúvidas pertinentes das gestantes como exemplo, o mito de que existe "leite fraco", que as mulheres disseram não acreditar que existisse, no entanto algumas ficavam em dúvida se

era ou não verdade. Assim, foi explicado que tal afirmação é mito, pois todo leite possui os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento saudável da criança.

Outra dúvida que surgiu foi em relação à alimentação adequada para a mulher que está amamentando. Para a alimentação adequada da nutriz indicou-se uma dieta variada entre pães, cereais, frutas, legumes, verduras e derivados do leite e carnes. Para a produção do leite, indicou-se a ingestão de calorias e líquidos. Não há regra de que algum alimento tenha que ser evitado, entretanto, na dúvida, é preciso verificar algum efeito na criança, deve-se fazer a prova retirando o alimento da dieta por um tempo, e reintroduzi-lo gradativamente observando as reações da criança (BRASIL, 2015).

Ao final do encontro procurou-se incentivar que as mulheres compartilhassem suas experiências anteriores em relação à amamentação, sendo relatada por algumas a interrupção da amamentação antes dos seis meses de vida do bebê devido ao “leite ter secado”. Outras relataram que amamentaram para além do seis meses de forma complementar, não tendo dificuldades neste processo de amamentação.

Todas as participantes relataram ter o desejo de amamentar seus bebês, pois entendem que o leite materno é melhor para sua saúde e crescimento, além de ser mais prático e rápido, o que não acontece com leite industrializado segundo relato das gestantes.

4. CONCLUSÕES

Por meio deste relato de experiência foi possível perceber a importância da temática aleitamento materno no grupo de gestantes e puérperas, esclareceu-se as dúvidas das gestantes, promoveu-se a troca de experiências e proporcionou-se que mitos e crenças fossem esclarecidos neste momento.

Acredita-se que o grupo de gestante e puérperas surge como um espaço de troca de conhecimento e esclarecimento de dúvidas das gestantes e ao mesmo tempo aprender com elas na troca de experiências por meio de roda de conversa. Conclui-se que a participação no projeto de Extensão Prevenção e Promoção da Saúde em grupo de gestantes e puérperas torna-se um acréscimo à vida acadêmica, proporcionando o fortalecimento do conhecimento, bem como a troca de experiências, além de propiciar reflexões acerca de nosso futuro como Enfermeiros.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Atenção ao pré-natal de baixo risco**. 1ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013, 320p.

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, 184p.

CARVALHO, J. K. M.; CARVALHO, C. G.; MAGALHÃES, S. R. A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno. **E-Scientia**. Belo Horizonte. v. 4, n. 2, p.11-20, 2011.

GONÇALVES, P. M. **Assistência de enfermagem no incentivo ao aleitamento materno frente as dificuldades apresentadas por primíparas no alojamento conjunto**. 2013. 26f. Trabalho de Conclusão de Curso I (Graduação em Enfermagem)- Curso de Enfermagem, Universidade do Estado de Mato Grosso.

PEREIRA, R. S. V.; et al. Fatores associados ao aleitamento materno exclusivo: o papel do cuidado na atenção básica. **Caderno Saúde Pública**. Rio de Janeiro. v. 26, n. 12, p. 2343-2354, 2010.

RESENDE, K. M.; OLIVEIRA, D. M. V. A amamentação como fator relevante no estabelecimento do vínculo afetivo mãe-filho. **Anuário de produção científica-IPTAN**. São João del-Rei. v. 1, n. 1, p. 1- 14, 2012.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The optimal duration of exclusive breastfeeding**. Report of an Expert Consultation. Geneva, Switzerland, 2001.