

A IMPORTÂNCIA DA TEMÁTICA ALEITAMENTO MATERNO EM UM CURSO DE GESTANTES E PUÉRPERAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**CAROLINE RAMOS ROSADO¹; RAQUEL CAGLIARI²; EVELIN BRAATZ BLANK³;
LUIZA HENCES DOS SANTOS⁴; HELLEN DOS SANTOS SAMPAIO⁵; MARILU CORREA SOARES⁶**

¹*Universidade Federal de Pelotas – carolramosrosado@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – cagliariraquel01@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – evelin-bb@hotmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – h_luiza@live.com*

⁵*Hellen dos Santos Sampaio – lellysam@gmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – enfmari@uol.com.br*

1. APRESENTAÇÃO

O leite materno é o alimento ideal e necessário para crianças que se encontram nos primeiros anos de vida, sendo a amamentação de fundamental importância para a manutenção da saúde e desenvolvimento das mesmas devido as vantagens imunológicas, nutricionais e psicológicas que são proporcionadas (AMARAL; BASSO, 2009).

Além destes aspectos, a amamentação estimula o fortalecimento do vínculo com o bebê, passando a sensação de segurança, através de uma gama de estímulos e interações que são de extrema importância para o desenvolvimento motor e emocional (REZENDE; OLIVEIRA, 2012).

Ao questionar as mães sobre a desistência do aleitamento materno exclusivo, as justificativas mais apresentadas são a falta de conhecimento das mesmas sobre como se dá o processo de lactação, dúvidas sobre a quantidade e qualidade do leite produzido e a ansiedade gerada diante da recusa do recém-nascido ao pegar a mama, sendo que para Almeida, Luz e Ued (2015), a importância do papel da enfermagem nas ações de incentivo, promoção e apoio ao aleitamento materno, como a disponibilidade da equipe para o acolhimento tanto das mães como dos bebês, para esclarecimento de dúvidas e incentivo a troca de experiências, é essencial.

De acordo com Gonçalves (2013), o enfermeiro é um dos profissionais de saúde que mais possui um contato estreito com a gestante no período gravídico-puerperal, sendo de extrema importância que esteja preparado para fornecer orientações durante a vivencia da amamentação, esclarecendo dúvidas, dificuldades e possíveis complicações, facilitando então sua adaptação na fase puerperal. Sendo assim, devem ser incentivadas ações relacionadas à promoção do aleitamento materno, tendo como estratégias para que as gestantes conheçam e reconheçam a importância da amamentação para o bebê e para si mesma.

Frente a estas perspectivas o presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem sobre a temática do aleitamento materno em um curso de gestantes e puérperas.

2. DESENVOLVIMENTO

O seguinte trabalho trata-se de um relato de experiência 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 Cursos de Gestantes e Puérperas”.

O projeto é desenvolvido por docentes e discentes da Faculdade de Enfermagem da UFPel, e é realizado em uma Unidade Básica de Saúde, localizada na periferia da cidade de Pelotas/RS.

Os encontros foram realizados em três etapas em uma Unidade Básica de Saúde na periferia da cidade de Pelotas/RS, e ocorreram quinzenalmente. Foi acompanhado o terceiro dia de curso, no mês de agosto de 2017, em que foram discutidos os assuntos “aleitamento materno” e “cuidados com o recém-nascido” apresentado pela bolsista do projeto de extensão, junto com duas voluntárias.

O assunto discutido em roda de conversa foi o aleitamento materno apresentado pelas academicas de Enfermagem que utilizaram materiais audiovisuais sobre a temática. Participaram do primeiro encontro do curso cinco gestantes, com idade gestacional entre 12 e 40 semanas.

3. RESULTADOS

O curso foi realizado a partir de uma roda de conversa entre gestantes e acadêmicas para que assim fosse propiciado um ambiente mais acolhedor que favorecesse com as mães se sentissem mais a vontade para discutir sobre as dúvidas e ansiedades quanto ao aleitamento materno, o conhecimento da fisiologia da mama e da lactação, as fases da produção de leite, as vantagens da amamentação para mãe e criança, os posicionamentos do bebê para uma pega adequada, tipos de mamilos, assim como a discussão quanto a criação de mitos muito comuns escutados durante este período como o do “leite fraco” e da “pouca produção de leite”.

Perante o incentivo ao aleitamento materno exclusivo para bebês até o sexto mês de vida, foi a todo momento enfatizado as vantagens que a amamentação proporciona tanto ao bebê quanto a mãe como: o fortalecimento do vínculo afeitvo mãe/filho, a diminuição de internações infantis, a gratuidade e praticidade que o leite materno oferece, sendo também um alimento completo facilitando a eliminação do meconígio e protegendo contra possíveis infecções por possuir anticorpos contribuindo para a manutenção da imunidade do bebê e diminuindo o risco de infecções, como as respiratórias que para Ministério da Saúde (2013) acometem um grande número de crianças menores de um ano; proporcionando também a mãe, uma significativa redução do risco de hemorragias pós parto e consequentemente, de anemia, o favorecimento da involução uterina, diminuição do risco de câncer de mama e de ovários e a contribuição para o retorno do peso ao estado pré-gravídico.

No decorrer das discussões na roda de conversa ficou claro as dúvidas diante do mito “leite fraco”, sendo que todas relataram já terem ouvido falar sobre, porém algumas disseram não acreditar que essa informação fosse verdadeira, e no intuito de esclarecer esta questão, lhes foi esclarecido que é cientificamente comprovado que todo leite materno é composto pelos nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento saudável do bebê.

Algumas gestantes questionaram sobre os alimentos que deveriam comer durante a gestação, lhes sendo explicado que é indicado para a nutriz uma alimentação saudável através de uma dieta variada e balanceada onde contenha pães, cereais, frutas, legumes, verduras, carnes e derivados do leite. Para a produção de leite, foi aconselhado a ingestão adequada de calorias e líquidos (BRASIL, 2015).

Frente a todas as discussões realizadas as gestantes apresentaram o desejo em amamentar seus bebês, pois tiveram o entendimento de que não existe nenhum outro alimento tão completo para a manutenção do

desenvolvimento e da saúde da criança como o leite materno sendo este ainda mais favorável diante da praticidade, segurança e custo zero.

4. AVALIAÇÃO

Através deste relato de experiência pode-se perceber quão importante é a discussão sobre aleitamento materno, pois a partir de uma roda de conversa o curso de gestantes e puérperas tornou-se mais dinâmico, onde pôde-se esclarecer as dúvidas das gestantes que iam surgindo a partir dos conteúdos, aumentar o conhecimento das mesmas perante o assunto, promover trocas de experiências, poder esclarecer sobre mitos e verdades, fazendo com que as gestantes pudessem sentir-se cada vez mais confiantes e preparadas para uma amamentação de livre demanda, sem inseguranças, medos e aflições.

O curso de gestante e puérperas torna possível a criação de um espaço que é fundamental para troca de conhecimentos e esclarecimento de dúvidas das gestantes. Podendo concluir que a participação no projeto de extensão Prevenção e Promoção da Saúde em Grupo de Gestantes e Puérperas, proporcionou o fortalecimento do conhecimento, bem como a troca de experiências, além de propiciar reflexões acerca de nosso futuro como Enfermeiros e área de atuação desejada.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, J. M.; LUZ, S. A. B.; UED, F. B. Apoio ao aleitamento materno pelos profissionais de saúde: revisão integrativa da literatura. **Rev Paul Pediatr**, v. 33, n. 3, p. 355-352, 2015.

AMARAL, S.; BASSO, C. Aleitamento materno e estado nutricional infantil. **Disciplinarum Scientia**, v. 10, n. 1, p. 19-30, 2009.

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.

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.

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