



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
ESCOLA PAULISTA DE MEDICINA**



CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

ESTRATÉGIAS PARA PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO

CAMILA DE MARTIN

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
à Universidade Federal de São Paulo para ob-
tenção do Título de Especialista em Saúde da
Família.**

Orientador(a): LIA LIKIER STEINBERG

**São Paulo
2016**

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	3
2 OBJETIVOS	4
2.1 Geral	4
2.2 Específico(s)	4
3 REFERENCIAL TEÓRICO	4
4 MÉTODO	5
4.1 Local	5
4.2 Participantes	5
4.3 Ações	6
4.4 Avaliação e Monitoramento	6
5 RESULTADOS ESPERADOS	7
6. CRONOGRAMA	7
7. REFERÊNCIAS	8

1. INTRODUÇÃO

O aleitamento materno diminui o índice de morbidade e mortalidade infantil, além de trazer inúmeras vantagens durante a adolescência e vida adulta. A Organização Mundial de Saúde recomenda o aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida. Deve-se enfatizar a importância do aleitamento materno por dois anos ou mais, deixando claro que o leite materno protege o bebê de infecções e alergias, enumerando as demais vantagens da amamentação para o bebê e a mãe. O aleitamento materno é muito importante na saúde pública, evitando mortes infantis, diarreia, infecções respiratórias, diminuindo o risco de alergias, reduzindo chances de obesidade, dando uma melhor nutrição, evitando câncer de mama na mãe, uma nova gravidez, menor custo financeiro, e causa uma melhor qualidade de vida para mãe e para o bebê. No Brasil alimentar um bebê nos seis primeiros meses de vida com leite artificial consome 12,77% do salário mínimo, e se for leite modificado quase 1/3 do mesmo. A amamentação é um método fisiológico natural, porém fatores interferem no processo da lactação, as barreiras surgem quando se aplica regras e normas artificiais ou quando a posição da mamada não é adequada. As mães devem ser instruídas quanto a essa dificuldade, favorecendo assim o estabelecimento da amamentação.

Apesar dos esforços, o desmame precoce é um problema em muitos países, e tem aumentado cada vez mais em nosso país. As causas do desmame precoce são inúmeras, a maioria ligadas às mudanças dos valores sociais e tipo de vida, como alta taxa de urbanização, industrialização, volta ao trabalho, ausência de medidas de proteção, tecnologias médicas inapropriadas. Para que esse processo de desmame possa ser revertido às ações de incentivo ao aleitamento materno, devem ser iniciadas desde o pré-natal e continuar durante todas as vindas da criança à Unidade de Saúde para o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento, abordando os seguintes aspectos:

- discussões com as mães sobre as vantagens do aleitamento materno;
- exame das mamas e orientação sobre a técnica correta de amamentação;
- manuseio das dificuldades mais comuns durante o período de lactação;
- crescimento e desenvolvimento da criança alimentada ao peito.

O aleitamento materno exclusivo no Brasil esta cada vez menor (342,6 dias, ou seja, menos de um ano), muitas mães acabam retirando a amamentação exclusiva devido à falta de apoio familiar, e também ao grande e cansativo trabalho que é amamentar. No município de Ibitinga, interior de São Paulo, a situação não é diferente. Muitas mães re-

latam que pararam de amamentar devido o leite materno ser fraco, ou terem pouco leite, e também pela volta ao trabalho no terceiro ou quarto mês de vida do bebê, e com o pouco tempo que elas têm, acabam não fazendo a ordenha, preferindo o leite artificial. As estratégias para um aleitamento materno por mais tempo, sem a introdução de outros leites ou alimentos incluem; grupos de apoio a gestantes com participação dos familiares no pré-natal; orientar tanto a gestante quanto seus familiares sobre as vantagens da amamentação, o tempo ideal de aleitamento materno, conseqüências de um desmame precoce, amamentação precoce ainda na sala de parto, técnicas de amamentação. A família (principalmente companheiro, filhos e avós) e a comunidade são de extrema importância no processo de amamentação, pois a nutriz necessita de constante incentivo e suporte, não só dos profissionais de saúde, mas da sua família e comunidade, estando inserida em um ambiente que a apóie.

O paciente que faz um pré-natal completo, que se interessa por informações e sabem da grande importância em amamentar, acaba se esforçando mais, prevenindo tanto ela quanto o bebê de doenças graves.

2. OBJETIVOS

2.1 Geral

Estimular o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade.

2.2 Específico(s)

- 1- Aumentar a taxa de aleitamento materno exclusivo
- 2- Diminuir o consumo de leite artificial
- 3- Diminuir a morbidade e mortalidade infantil
- 4- Reduzir o aparecimento de reações alérgicas e distúrbios gastrointestinais
- 5- Promover vínculo mãe e filho, com conforto, segurança e afeto

3. REFERENCIAL TEÓRICO

Amamentar é um processo de amor, carinho, gerando afeto e ligação entre mãe-filho. É muito mais do que apenas nutrir a criança, gera efeitos afetivos, psíquicos, biológicos e cognitivos, aumentando sua defesa contra doenças infecciosas, além de ter grandes efeitos na saúde psíquica e física da mãe. O aleitamento materno supre todas as necessidades que a criança precisa até seus seis meses de vida exclusivamente, protegendo e fortificando o sis-

tema imunológico, gastrointestinal, psicológico e emocional do bebê, sendo que uma pega adequada é a chave de uma boa amamentação, e a geração de um vínculo mãe-filho. Mas para isso acontecer, as mães necessitam de apoio nos aspectos técnicos relacionados à lactação, família, compreensão, e cabe ao profissional da saúde dar início e direcionamento a família em entender e compreender o quão importante é o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida do lactente, cuidando tanto da mãe, quanto do bebê.

As mães que amamentam querem informações corretas e precisas, além de apoio emocional, para estarem confiantes, sabendo da importância e do bem que estão fazendo tanto a elas, quanto aos bebês.

O correto e o mais recomendado é o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida e, após essa idade, os lactentes devem receber alimentação complementar, mas que continuem com o leite materno até os dois anos de idade, sendo de extrema importância para o crescimento, desenvolvimento, saúde, sobrevivência e nutrição dos lactentes em qualquer lugar, fazendo com que ocorra uma diminuição na taxa de morbidade e mortalidade infantil e também uma grande redução no aparecimento de reações alérgicas e distúrbios gastrointestinais.

A implantação de uma iniciativa de promoção, proteção e apoio à amamentação na atenção primária à saúde contribui para intensificar a prática do aleitamento materno exclusivo entre os lactentes menores de seis meses.

4. METODOLOGIA

4.1 Local: UBS Drº Albino Quaresma Filho, Bairro dos Bancários, em Ibitinga, SP,.

4.2 Participantes (público-alvo): Gestantes, puérperas e familiares dessas mulheres. Toda a equipe da UBS, gestor do município, profissionais da saúde atuantes em outras unidades, pediatra e ginecologista.

4.3 Ações:

- Treinamento dos profissionais: Capacitação das equipes sobre o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida e os orientar sobre os principais desafios para este sucesso. Orientações durante as consultas de pré-natal, onde as maiores incertezas surgem, onde ocorre o início do aleitamento materno, número de mamadas por dia e a duração delas, uso de bicos artificiais, alimentação da nutriz. Os passos para o sucesso da amamentação na Atenção Básica até os dois anos de vida, envolvendo to-

dos os profissionais da saúde, familiares e a maior beneficiada que é a gestante ou puérpera.

- Estratégias de divulgação do projeto: Grupos educativos de gestantes e puérperas do bairro, primeiramente com dicas de prevenção e manejo dos principais problemas relacionados à amamentação como; bebês que não sugam ou tem sucção fraca; demora na descida do leite, ingurgitamento mamário; mamilos planos ou invertidos; dor nos mamilos ou mamilos machucados; mastite; abscesso mamário; pouco leite e reflexo anormal de ejeção do leite. Será feito com reuniões em grupo, onde serão discutidos todos os problemas, dúvidas e os meios para não interromper o aleitamento materno.
- Processo de implantação do projeto: A estratégia principal para a implantação do projeto será discutir com o gestor local a forma mais adequada de organização, sendo o autor do estudo responsável pela supervisão, e os técnicos em saúde responsáveis pela implantação. Com o treinamento das equipes, estas farão as reuniões, e ficarão responsáveis pela formação dos grupos. Todo o processo de implantação será observado pelo autor: reuniões com os gestores; treinamento e visitas aos serviços, sendo os dados anotados em caderno de campo, para posterior análise.

4.4 Avaliação e Monitoramento:

- Um mês após o treinamento, será feita uma visita nos locais para se avaliar como os profissionais e equipes estão organizando a implantação do projeto. Observações feitas pelos profissionais durante o treinamento deverá ser realizada a fim de analisar como as mães estão conseguindo lidar com os desafios do dia-a-dia, suas maiores dificuldades e dúvidas, se está ocorrendo ajuda da família. A forma pela qual os profissionais valorizam a questão da importância do aleitamento materno. Um questionário de perguntas fechadas deverá ser realizado com os pacientes e familiares para analisar e monitorar as desistências, e as dificuldades encontradas, feito pelos profissionais.

5. RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se com essas ações conscientizar os profissionais, as mães, os familiares e toda a população em geral sobre a importância do aleitamento materno, diminuindo o índice de desmame precoce, gerando um aumento da prevalência e da duração mediana do aleitamento materno exclusivo, melhoria da qualidade da

alimentação complementar, maior resolubilidade das dificuldades na lactação e melhorias do estado nutricional das crianças menores de um ano na área da UBS da Vila dos Bancários.

Este estudo e projeto poderão trazer inúmeros benefícios às mães e aos bebês, contribuindo para um aumento do número de aleitamento exclusivo até o sexto mês de vida, além de diminuir a taxa de desmame, promovendo informações necessárias as mães e aos familiares de como poderão ajudar a nova rotina da família.

6. CRONOGRAMA

Atividades	Ago sto 2016	Setem tem- bro 2016	Outu tu- bro 2016	Novem vem- bro 2016	Dezem zem- bro 2016	Ja- nei- ro 201 7	Feve- reiro 2017
RevisãoBibliográfica	X	X	X	X			
Aprovação no Comitê de Ética	X	X	X				
Treinamento da equipe	X	X					
Implantação das Ações		X	X	X			
Monitoramento e ajustes			X	X			
Análise dos dados				X	X		
Apresentação dos resulta- dos				X	X	X	X
Acompanhamento do Pro- jeto				X	X	X	X

7. REFERÊNCIAS

- 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.
- http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732005000300002
- Fonte: PORTAL EDUCAÇÃO - Cursos Online : Mais de 1000 cursos online com certificado
<http://www.portaleducacao.com.br/enfermagem/artigos/55630/a-importancia-do-aleitamento-materno-exclusivo-nos-primeiros-seis-meses-de-vida#!2#ixzz3ui0m7L9o>
- http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/aleitamento_materno_alimentar_desma_me.pdf<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=333882&indexSearch=ID>
- http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf
- <http://www.unisa.br/graduacao/biologicas/enfer/revista/arquivos/2011-1-13.pdf>
- <http://www.portaleducacao.com.br/enfermagem/artigos/55630/a-importancia-do-aleitamento-materno-exclusivo-nos-primeiros-seis-meses-de-vida#!4>