

CURSO PARA GESTANTES SOBRE ALEITAMENTO MATERNO EM UMA UNIDADE DE ATENÇÃO BÁSICA: UMA ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO EM SAÚDE

BREASTFEEDING PREGNANT COURSE IN A BASIC CARE: A HEALTH PROMOTION STRATEGY

Ilmara Cecília Pinheiro da Silva Morais
Orientação: Arethuzza de Melo Brito Carvalho

RESUMO

A chegada de um bebê no lar é um tanto desafiadora. Dentre os muitos desafios da maternidade, a Amamentação tem recebido um papel de destaque. Amamentar é uma etapa importante no pós-parto e pode ser um fator que favoreça o vínculo materno e nutrição do bebê, ou pode influenciar negativamente a saúde mental da mãe e gerar prejuízo para crescimento e desenvolvimento do recém-nascido, quando não realizada de forma eficaz. O objetivo deste estudo é propor uma estratégia para promoção do aleitamento materno durante a gestação em uma equipe de saúde da família, segundo um projeto de intervenção. É possível constatar a importância do preparo da mulher para o aleitamento e a assistência dos profissionais da Equipe de Saúde da Família como motivadores de hábitos saudáveis, com medidas educativas e técnicas de prevenção e promoção da saúde materna e infantil. Os profissionais das equipes de saúde são de grande valia para a promoção, proteção e para o apoio à amamentação. O curso para gestante sobre amamentação em unidade básica de saúde proporciona ações diretas por meio de ações educativas, forma clara e objetiva, do ensino de técnicas adequadas, do apoio verbal e favorece a interação entre as gestantes que compartilham dúvidas e expectativas semelhantes.

Palavras-chaves: gestação amamentação saúde da família aleitamento materno

ABSTRACT

The birth of a baby at home is somewhat challenging. Among the many challenges of motherhood, breastfeeding has received a prominent role. Breastfeeding is an important postpartum stage and may be a factor that favors the baby's maternal bond and nutrition, or it may negatively influence the mother's mental health and cause harm to the newborn's growth and development, when don't performed in an appropriate manner. effective. The aim of this study is to propose a strategy for the promotion of breastfeeding during pregnancy in a family health team, according to an intervention project. It is possible the importance of women's preparation for breastfeeding and the assistance of

Family Health team professionals as motivators of healthy habits, with educational measures and techniques for prevention and promotion of maternal and child health. Health team professionals are of great value in promoting, protecting, and supporting breastfeeding. The course for pregnant women on breastfeeding in a basic health unit provides direct actions through educational actions, clearly and objectively, the teaching of appropriate techniques, verbal support and favors interaction between pregnant women who share similar doubts and expectations.

Keywords: gestation, breastfeeding, family health

1 INTRODUÇÃO

A chegada de um bebê no lar é um tanto desafiadora. Os primeiros cuidados é uma incógnita para muitas mulheres: quando e como banhar um bebê, a limpeza do coto umbilical, entre outras questões. Dentre os muitos desafios da maternidade, a Amamentação tem recebido um papel de destaque. Amamentar é uma etapa importante no pós-parto e pode ser um fator que favoreça o vínculo materno e nutrição do bebê, ou pode influenciar negativamente a saúde mental da mãe e gerar prejuízo para crescimento e desenvolvimento do recém-nascido, quando não realizada de forma eficaz.

A Organização Mundial de Saúde e, conseqüentemente, o Ministério da Saúde recomenda o Aleitamento Materno Exclusivo (AME) nos 6 primeiros meses de vida e complementado até os 2 anos (BRASIL,1995) . A realidade atual mostra a dificuldade de seguir tal orientação. Isso porque, a amamentação carrega em si a premissa de ser algo fisiológico e então qualquer mulher instintivamente amamenta. Essa afirmação tem um lado de veracidade, porém o fato da mãe possuir todas as estruturas responsáveis para produção e descida do leite materno sem alterações e/ou patologias não é condição única para o sucesso no aleitamento materno.

A abordagem sobre a amamentação na gestação, desde orientação sobre o cuidado das mamas na gravidez até identificação das intercorrências que possam vim a acontecer, é mais conveniente fornecer uma serie de dados e cuidados para mãe fazer quando o bebê já está nos braços dessa mulher e a

atuação dos hormônios sobre o emocional podem criar ainda mais obstáculos nesse processo.

Na Estratégia Saúde da Família, a Educação em Saúde é uma ferramenta de promoção a saúde capaz de ofertar informação sobre um determinado assunto e em contrapartida a equipe pode obter usuários mais firmes dentro do propósito de uma qualidade de vida individual e também coletivo. Utilizar salas de espera para propagação de conteúdos sobre maternidade para gestantes de uma unidade de saúde parece ser uma boa estratégia, no entanto, organizar um curso para gestantes sobre amamentação pode favorecer as ações de forma mais direta e condensada, homogeneizando a oferta da informação e reduzindo o número de encontros.

Desse modo este estudo é consequência de um projeto de intervenção com a ferramenta - Curso para Gestantes- Unidade Básica de Saúde da Família da capital Teresina, Piauí. E tem sua importância justificada pelo impacto social nas famílias e comunidade da equipe selecionada para implantação dessa estratégia.

2 REFERENCIAL TEORICO

2.1 Amamentação: fisiologia da lactação e benefícios

As mamas são estruturas anexas à pele responsáveis pela produção de leite em anexas a pele. Existem em ambos os sexos, embora nos homens sejam pouco desenvolvidas. Nas mulheres ocorre um desenvolvimento e diferenciação durante a puberdade, atingindo o seu maior volume e maturação na gravidez e na lactação (ÓRFÃO; GOUVEIA, 2009).

De forma geral, grande volume de leite materno é produzida, enquanto a criança mama, sob o estímulo da prolactina. Daí vem a máxima dentro da amamentação em que “Peito é fábrica e não armazém”. Desse modo, quanto mais o recém-nascido mama, mais há sinalização para o organismo da mãe aumentar a produção de leite. A ocitocina, liberada principalmente pelo estímulo provocado pela sucção da criança, também é disponibilizada em resposta a impulsos condicionados, tais como visão, cheiro e choro da criança, e a fatores

de ordem emocional como motivação, autoconfiança e tranquilidade. Por outro lado, a dor, o desconforto, o estresse, a ansiedade, o medo, a insegurança e a falta de autoconfiança podem inibir a liberação da ocitocina, prejudicando a saída de leite da mama (GALÃO; HENTSCHEL, 2011).

O Ministério da Saúde segue as definições de aleitamento materno que são preconizadas pela Organização Mundial de Saúde : *Aleitamento Materno Exclusivo*: quando a criança recebe somente leite materno, a partir da mama ou adquirido por ordenha, ou leite humano de outra fonte (rede de banco de leite) , sem outros líquidos ou sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos; *Aleitamento Materno Predominante*: quando a criança recebe, além do leite materno, água ou bebidas à base de água (água adoçada, chás, infusões), sucos de frutas e fluidos rituais. *Aleitamento Materno complementado*: quando a criança recebe, além do leite materno, alimentos complementares, que são alimentos sólidos ou semi-sólidos que complementam o leite materno. Nesta categoria a criança pode estar recebendo, além do leite materno, outro tipo de leite, mas este não é considerado alimento complementar; *Aleitamento Misto ou Parcial*: quando a criança recebe leite materno e outros tipos de leite (BRASIL, 2005).

O Aleitamento Materno Exclusivo (AME) é recomendado pelo Ministério da Saúde e é um desafio para mulher e família, especialmente, pela falta de informação ou orientação durante a gestação. O profissional de saúde tem papel fundamental na promoção, proteção e apoio ao AM. Além de exercer o papel de facilitador do processo de aleitamento materno, o mesmo necessita de conhecimento e habilidades relacionados não somente aos aspectos técnicos da lactação, mas também emocionais, da cultura familiar, da rede social de apoio à mulher, entre outros.

2.2 Aspectos históricos, conceituais, clínicos e psicoemocionais do aleitamento materno

Ao longo do século XX, ocorreram constantes alterações no sistema de saúde brasileiro, mas somente em 1960 foram implantadas ações prioritárias

para assistência à mulher, relacionadas à gravidez, ao parto e à criança. Com a finalidade de contribuir para a redução da morbimortalidade da mulher e da criança, foi criado, em 1975, o Programa Nacional de Saúde Materno-Infantil, objetivando concentrar recursos financeiros, preparar a infraestrutura de saúde, melhorar a qualidade da informação, estimular o aleitamento materno, garantir suplementação alimentar para a prevenção à desnutrição materna e infantil, ampliar e melhorar a qualidade das ações dirigidas à mulher durante a gestação, o parto e o puerpério e à criança menor de cinco anos, proporcionando a melhoria da saúde materno-infantil (BRASIL, 2011b).

Nos últimos anos, devido ao impacto e à relevância do processo de nascimento, o Ministério da Saúde tem assumido compromisso com a maternidade segura. Dessa forma, vem adotando estratégias para promovê-la, com vistas à humanização do cuidado em saúde (BRASIL, 2002a; BRASIL, 2005).

Relacionado aos aspectos clínicos, o início do processo de amamentação ocorre no puerpério que corresponde ao período de seis semanas (42 dias) que se inicia logo após o parto ou a cirurgia cesariana, com expulsão da placenta (GALÃO; HENTSCHEL, 2011). Para o Ministério da Saúde, tal momento pode ser dividido, ainda, em imediato (1º ao 10º dia após o parto), tardio (11º ao 45º dia) e remoto (após o 45º dia) (BRASIL, 2016). Nesse período, acontece a involução dos órgãos reprodutivos, e o organismo materno retorna à condição pré-gravídica, porém há um novo rearranjo desse corpo para manutenção do aleitamento materno.

Relacionado aos aspectos psicoemocionais do puerpério, por ser um período de adaptação a novas rotinas, o momento requer apoio físico e emocional para que seja enfrentado de forma saudável, como parte do processo de desenvolvimento humano. É importante considerar que o nascimento de um filho é uma experiência familiar. Nesse sentido, o profissional de enfermagem pode desenvolver estratégias que favoreçam incentivo e motivação para a mãe no pós-parto ainda durante a gestação (BERNARDI; CARRARO, 2014).

Aos profissionais da Equipe de Saúde da Família compete refletirem criticamente sobre o processo de aleitamento, buscando adequações segundo o conhecimento e prática salutar. É importante que os profissionais busquem

sempre os aspectos técnicos e práticos necessários para que possa promover, proteger e apoiar o aleitamento materno, bem como realizar ações durante a período de gravidez aonde a mulher e demais familiares estão mais receptivos a compreensão das alterações que possam vir a acontecer após o nascimento do novo membro familiar.

3 OBJETIVO GERAL

Propor uma estratégia para promoção do aleitamento materno durante a gestação em uma equipe de saúde da família

3.1 Objetivos específicos

- Conhecer a partir de uma revisão da literatura, estratégias de promoção ao aleitamento materno.
- Compreender os desafios da equipe de saúde da família na atuação na promoção do aleitamento materno.
- Avaliar estratégia para promoção do aleitamento materno durante a gestação em uma equipe de saúde da família

4 PLANO OPERACIONAL

Situação problema	OBJETIVOS	METAS/ PRAZOS	AÇÕES/ ESTRATÉGIAS	RESPONSÁVEIS
Primeiro curso para gestantes na unidade de atenção básica escolhida.	- Tornar cientes e colaborativos todos os integrantes da equipe de saúde da família e funcionários gerais da UBS.	- Explicar com a equipe de saúde da família sobre curso e a proposta de promoção do aleitamento materno ainda na gestação –	- Reunião com a equipe de estratégia da família; - Apresentação do projeto do curso;	Ilmara Cecília Pinheiro da Silva Morais

		<i>30 DE JUNHO DE 2019</i>		
Inexistência de material didático sobre aleitamento materno na unidade de atenção básica	- Organizar material didático de demonstração.	- Disponibilizar um material didático para melhor visualização das explicações para gestantes - <i>10 DE JULHO DE 2019</i>	Solicitação de empréstimo do material didático da equipe doce amor	Ilmara Cecília Pinheiro da Silva Morais Equipe Doce Amor
Amamentação Ineficaz (dificuldades em relação a pega correta, fissuras mamárias, bebê com perda de peso).	- Promoção do aleitamento materno eficaz.	- Ofertar informação para gestantes sobre cuidados com o bebê - <i>25 DE JULHO DE 2019</i>	Encontro presencial com gestantes	Ilmara Cecília Pinheiro da Silva Morais

Espaço sem cadeiras suficientes, refrigeração e material audiovisual.	- Acomodar de forma confortável, especialmente para gestantes.	- Organizar material e estrutura para o curso (cadeiras, data-show, bonecos e mamás didáticos – <i>ATE O DIA 23 DE JULHO DE 2019</i>	Solicitar a coordenação da UBS ou da Equipe Doce Amor.	Ilmara Cecília Pinheiro da Silva Morais Equipe Doce Amor Coordenação da UBS
Análise da intervenção, discussão e considerações finais	- Organizar depoimentos e dados obtidos após intervenção.	- Copilar informações e organizar resultados da pesquisa. - <i>03 DE AGOSTO DE 2019</i>	Reunião de depoimentos e dados obtidos.	Ilmara Cecília Pinheiro da Silva Morais

5 CONCLUSÃO

Este projeto de intervenção representa um primeiro passo que pode ser utilizado por outras equipes de saúde. Representa um desafio, mas que se levado a sério e com a participação efetiva de todos, pode trazer mudanças significativas e concretas na construção de um sistema de saúde mais democrático para todos os cidadãos. Somente através da informação e conhecimento é que um ser humano pode ser agente transformador de sua realidade,

É possível constatar a importância do preparo da mulher para o aleitamento e a assistência dos profissionais da Equipe de Saúde da Família como motivadores de hábitos saudáveis, com medidas educativas e técnicas de prevenção e promoção da saúde materna e infantil. Os profissionais das equipes de saúde são de grande valia para a promoção, proteção e para o apoio à amamentação. O curso para gestante sobre amamentação em unidade básica

de saúde proporciona ações diretas por meio de ações educativas, forma clara e objetiva, do ensino de técnicas adequadas, do apoio verbal e favorece a interação entre as gestantes que compartilham dúvidas e expectativas semelhantes.

A capacitação dos profissionais também é fundamental para promoção do aleitamento materno. O incentivo ao aleitamento materno deve acontecer por meio de melhorias e mudanças por parte de todas as equipes profissionais.

FIGURA 1 – CURSO PARA GESTANTES SOBRE AMAMENTAÇÃO – PROSPECÇÃO DO EVENTO



Imagem 1: Gestantes, mães, crianças, acadêmicas de enfermagem, enfermeiras da equipe, funcionários da UBS. *Imagem 2:* Enfermeira da equipe de estratégia saúde da família selecionada apresentando as participantes o curso para gestantes sobre amamentação. *Imagem 3:* Enfermeiras e acadêmicos de enfermagem que executaram o plano operacional..

FIGURA 2 – CURSO PARA GESTANTES SOBRE AMAMENTAÇÃO – VISÃO PANORÂMICA DA RODA DE PARTICIPANTES



FIGURA 3 – CURSO PARA GESTANTES SOBRE AMAMENTAÇÃO – EQUIPE ORGANIZADORA DO EVENTO



FIGURA 4 – CURSO PARA GESTANTES SOBRE AMAMENTAÇÃO – MATERIAIS DIDÁTICO



Imagem 1: Idealizadora do Projeto com um boneco didático; Imagem 2: Colaboradora do curso verificando a técnica utilizada para banhar o recém-nascido, dúvida de uma participante.

REFERENCIA

BERNARDI, M. C.; CARRARO, T. E. Vital power of postpartum women during nursing home care. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 23, n. 1, p. 142-150, mar. 2014. Disponível em:

BRASIL. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015b. 184 p.

_____. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Pré-natal e puerpério: atenção qualificada e humanizada: Manual técnico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2005. 163 p.

_____. **Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2004. 82 p.

_____. **Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres**. Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. 230 p.: il.

_____. Secretaria de Atenção à Saúde. Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. **Gestões e gestores de políticas públicas de atenção**

à saúde da criança: 70 anos de história. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2011b. 80 p.

CASSIANO, A. C. M. *et al.* Saúde materno infantil no Brasil: evolução e programas desenvolvidos pelo Ministério da Saúde. **Rev.Serv Públ Brasília.**, Brasília, v. 65, n. 2, p. 227-44, abr./jun. 2014. Disponível em:< <https://revista.enap.gov.br/index.php/RSP/article/view/581>>. Acesso em: 28 jun. 2019.

GALÃO, A. O.; HENTSCHEL, H. Puerpério normal. In: FREITAS, F. et al. (Org.). **Rotinas em Obstetrícia.** 6. ed. Porto Alegre, Artmed, 2011. 904 p.

ÓRFÃO; Adelaide; Cristina, GOUVEIA. dossier: aleitamento materno. Apontamentos de anatomia e fisiologia da lactação. **Rev Port Clin Geral** .2009;25:347-54, 2009.