



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LETICIA GONCALVES SERAGIOLLI

PROJETO DE TERRITÓRIO QUE ENVOLVE GESTANTE E MÃES QUE AMAMENTAM
EM CARAPICUÍBA-SP NA UBS VILA HELENA

SÃO PAULO
2020

LETICIA GONCALVES SERAGIOLLI

PROJETO DE TERRITÓRIO QUE ENVOLVE GESTANTE E MÃES QUE AMAMENTAM
EM CARAPICUÍBA-SP NA UBS VILA HELENA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: FERNANDA FERREIRA MARCOLINO

SÃO PAULO
2020

Resumo

O aleitamento materno é de suma importância para a saúde da mãe e do bebê. A recomendação é que as mães amamentem seu bebê de maneira exclusiva com o leite materno, sem a adição de águas, sucos e chás até os seis meses de vida, porém está indicado até os dois anos de idade, quanto mais tempo elas são amamentadas, mais adquire resistência contra as doenças. Na UBS Vila Helena, no município de Carapicuíba, durante as consultas médicas de puericultura, algumas mães relatam dificuldades em amamentar nos primeiros dias de vida do bebê. As situações relatadas são observadas e manejadas na UBS nas consultas individuais de pré-natal e do recém-nascido, entretanto faltam ações educativas. Nesse sentido, esse projeto tem o objetivo de realizar ações educativas sobre o aleitamento materno com mães e gestantes.

A proposta conta com a participação de uma médica e duas técnicas de enfermagem que realizam rodas de conversa com mães toda a terça-feira, dia da semana que a médica se dedica aos atendimentos de pediatria, e com gestantes que toda terça-feira, que é o dia da semana dedicado ao atendimento de pré-natal. As rodas de conversa são realizadas na sala de espera, de manhã e à tarde, contemplando mães e gestantes que esperam ou passaram por consulta.

Palavra-chave

Educação em Saúde. Aleitamento Materno.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

É recomendado amamentação exclusiva por aproximadamente 6 meses, devido o poder benéfico, nutricional, imunológico e emocional para mãe e para o bebê. O leite materno deve ser a primeira fonte de alimento dos bebês, pois não tem apenas a fonte de nutri-los, mas também de afasta-los de doenças, prevenir infecções, alergias e diarreias, reduzir o risco de obesidade e garantir o desenvolvimento cerebral saudável. Mas para que todos estes benefícios sejam ainda mais potencializados, é importante garantir que o bebê consuma o leite materno de forma exclusiva até os 6 meses de vida, e complementando com outros alimentos até 2 anos ou mais.

Na UBS Vila Helena, no município de Carapicuíba, durante as consultas médicas de puericultura, algumas mães relatam dificuldades em amamentar nos primeiros dias de vida do bebê, sendo um período de adaptação, que surgem obstáculos que podem até mesmo interromper este processo. As causas desta dificuldades estão relacionadas a diversos eventos, como a fisura mamária, muito dolorosa e uma das principais queixas de mães primíparas, e o engurgitamento, que caso o leite não seja ordenhado manualmente de maneira correta pode evoluir para mastite, levando ao fracasso na amamentação e ao desmame precoce. Também há casos de mulheres com vaidade excessiva, que acreditam que a amamentação pode deixar suas mamas flácidas e, devido a falta de conhecimento, interrompem a amamentação.

Algumas mães, relatam dores excessivas, tornando o momento extremamente desagradável, aumentando o estresse e ansiedade no momento das mamadas. Preocupações com o trabalho também estão presentes, pois tem receio de serem demitidas; algumas são autônomas e não podem ficar por muito tempo longe de suas tarefas para não comprometer o orçamento familiar. Quando as mulheres não conseguem elaborar seus medos, dificuldades e ansiedades diante da maternidade, pode desencadear o quadro depressão pós parto e até mesmo a rejeição do bebê. O bebê não alimentado com o leite materno estão mais propensos a episódios de gripe, pneumonia, sinusites, infecção de garganta, ouvido e urina, que podem levar a internações. O leite materno é rico em fatores imunológicos, que ajuda a criança a se proteger dessas doenças.

As situações relatadas são observadas e manejadas na UBS nas consultas individuais de pré-natal e do recém-nascido, entretanto faltam ações educativas. Nesse sentido, esse projeto tem o objetivo de realizar ações educativas sobre aleitamento materno com mães e gestantes.

ESTUDO DA LITERATURA

A amamentação previne infecções na infância. Bebês de 1 a 6 meses amamentados exclusivamente, mamam entre 4 a 13 vezes por dia, podendo ingerir de 54 a 234 ml em cada sessão. Pesquisas mostram que as doenças evitáveis são uma das principais causas de morte em crianças ao redor do mundo.

O leite materno é único e inigualável alimento ideal para criança, pois é totalmente adaptável nos seus primeiros anos de vida. Não existe outro leite igual, nem parecido, apesar dos esforços das indústrias em modificar leite de outros mamíferos (o de vaca é o mais comum), para torná-los mais adequados para o consumo de crianças pequenas. Produzido naturalmente pelo corpo da mulher, o leite materno é o único que contém anticorpos que protege a criança contra infecções respiratórias, infecções de ouvido, diarreia, enquanto estiver sendo amamentada. Os 2 primeiros anos de vida, são os mais decisivos para o crescimento e desenvolvimento da criança, com repercussão ao longo de toda a vida do indivíduo, a amamentação nesse período pode prevenir o aparecimento de várias doenças na vida adulta. A oferta de outros alimentos antes dos 6 meses, além de desnecessária, pode prejudicar a absorção de nutrientes importantes existente no leite materno (BRASIL, 2019).

O Ministério da Saúde lançou uma cartilha para as mães que amamentam e trabalham, visando informações sobre os direitos como mulher trabalhadora, desde a gestação até o período de amamentação; Dados sobre a importância do aleitamento para que possa negociar com o colega ou com o chefe a melhor forma de continuar amamentando; Como manter a amamentação e oferecer o leite de forma segura, mesmo longe do bebê. A ordenha adequada e do armazenamento seguro do leite, orientando a falsa ideologia de leite fraco, elevando os pontos positivos quanto a substância nutritiva e de defesa que protege o bebê contra a desnutrição, desidratação, diarreia e até mesmo a morte. O leite materno é limpo, pronto, auxilia na prevenção de defeitos de oclusão dentária, reduzindo a incidência de cáries e problemas na fala. Amamentar logo que o bebê nasce, diminui o sangramento da mãe e previne anemia materna, devido a secreção dos hormônios como a oxitocina, que tem o poder de contração, diminui os riscos de câncer de ovários e de mama, é econômico, prático, está sempre pronto e em temperatura ideal (BRASIL, 2015).

AÇÕES

Após reunião de equipe da UBS Vila Helena em Carapicuíba, foram analisadas as possibilidades de implantar ações educativas sobre aleitamento materno de forma que não prejudicasse a agenda de consultas médicas. A proposta conta com a participação de uma médica e duas técnicas de enfermagem que realizarão rodas de conversa com mães toda terça-feira, dia da semana que a médica se dedica aos atendimentos de pediatria, e com gestantes toda quarta-feira, que é o dia da semana dedicado ao atendimento de pré-natal. As rodas de conversa serão realizadas na sala de espera e terão duração de até 20 minutos, serão realizadas manhã e à tarde, contemplando mães e gestantes que esperam ou passaram por consulta.

Será abordada a correta pega e posição para amamentar, fator importante para o sucesso da amamentação, que reduz as chances de fissura mamária e facilita o bebê a extrair mais leite. Será utilizado uma boneca do tamanho de um recém nascido e a imagem de uma mama em um banner impresso para simular de maneira fácil e pratica a posição correta do bebê se alimentar e da mãe ao manusear a criança.

A orientação de uma pega correta inclui que o bebê precisará abrir a boca antes de abocanhar a mama, devendo pegar mais a parte de baixo da aréola do que a parte de cima. Ele deverá ficar com as bochechas cheias, queixo encostado a mama da mãe, e não deverá emitir nenhum som ao alimentar-se, somente ao de engolir o leite. Se o bebê estiver pegando somente no mamilo com a boca mais fechada, é preciso reposicioná-lo. Além de machucar a mãe, causa rachaduras no mamilo e o leite não sairá, deixando o bebê irritado, a mama engurgitada, podendo levar a mastite, desconforto ao amamentar, febre e até mesmo abscesso mamário. Será realizada simulação com a boneca, mostrando a melhor posição para amamentar, deitada de lado na cama, sentada com o bebê apoiado no colo, na posição de cavalinho em uma das penas da mãe (bebês maiores).

Citaremos algumas das vantagens oferecidos a mãe e ao bebê, exemplo: Diminuição da incidência do câncer de mama, diminui o risco de diabetes, obesidade, hipertensão, colesterol alto na mãe, melhor desenvolvimento da cavidade bucal do bebê, menor custo financeiro, aumenta o vínculo entre mãe e filho

Para as mães que trabalham e amamentam, abordaremos o modo correto para a ordenha e armazenamento do leite, que poderá ser ordenhado manualmente ou com uma bomba (apresentaremos também um modelo de bomba). A mulher deve ficar confortável, prender os cabelos, retirar a blusa e o sutiã, lavar as mão com água e sabão, massagear com movimentos circulares as mamas e a aréola e tirar o leite com a bomba e manualmente. Caso a bomba seja manual, deverá colocar o frasco debaixo da mama, fazer alguma pressão e esperar que caiam as gotas do leite. Depois da retirada do leite, armazenar o mesmo em um frasco com tampa, de fácil higienização. É fundamental colocar a data e a hora no recipiente, podendo ficar armazenado na geladeira por até 48 horas, na primeira prateleira, nunca na porta ou mantido no freezer com tampa separada por até 3 meses.

Caso a mãe precise transportar o leite do trabalho até sua casa, indicaremos o transporte do leite com bolsa térmica com gelo ou gel congelado. Para descongelar o leite, deverá usar o leite guardado a mais tempo, devendo utiliza-lo em até 24 horas, descongelado e aquecido em banho maria, não deve ser fervido, e nem aquecido no microondas, pois este tipi de

aquecimento pode destruir fatores de proteção. colocando o leite no frasco em que o bebê irá tomar em uma panela com água morna até a temperatura ideal para o bebê. No final de casa roda de conversa, serão sorteados produtos de higiene para o bebê, como lenços umedecidos, fraldas descartável, sabonetes líquidos para as mãos presentes, para estimular a participação destas rodas de conversa.

RESULTADOS ESPERADOS

O Projeto de Território teve os resultados alcançados. As ações já foram iniciadas na primeira semana de janeiro de 2020 e teve seu fim no final de fevereiro, sendo assim já é possível observar resultados obtidos. A idade das mulheres que participaram deste projeto varia entre 16 e 35 anos. Foram feitas 6 reuniões semanais tipo "roda de conversa" associados a brincadeiras com distribuição de brindes de pequeno valor para estimular a participação. Algumas delas disseram conhecer algum benefício do aleitamento materno, já as outras, em especial as mais jovens, dizem ter oferecido água e chás para seus bebês antes do 6 meses. As mães acima de 25 anos disseram que amamentarão seus bebês com aleitamento materno exclusivo até os 6 meses. É perceptível que a idade materna é um fator importante relacionado ao desmame precoce. Algumas das mães afirmaram que não receberam educação em saúde acerca da amamentação durante o pré natal. No entanto amamentaram e algumas referem ter obtido informações da internet, relato de outros familiares e por meio de comunicação falada, com TV e rádio.

A equipe do Projeto de Território, ou seja, os profissionais de saúde, tem um papel fundamental na promoção e proteção ao apoio ao aleitamento materno, que para por em prática, é necessário além do conhecimento, habilidades e técnicas da amamentação, sempre levar em conta os aspectos emocionais da mãe, cultura familiar e descobrir juntos as características de cada indivíduo em particular. Nas rodas de conversa foi citado o tema polêmico das mamadeiras, chupetas e bicos intermediários que pode prejudicar a dentição do bebê e até mesmo atrapalhar o aleitamento materno, devido ao alto risco de contaminar o leite e provocar doenças, foi demonstrada a correta higienização destes utensílios, higienização das mãos antes do preparo, utilizando água potável, preferencialmente fervida e instruídos a nunca reutilizar as sobras de leite deixada pelo bebê.

Nas apresentações, foram demonstrados os tipos de bicos da mama, o protuso que é o mais comum, o plano e o bico invertido. A orientação levada às mães é que todo tipo de bico da mama possibilita a amamentação, levando em conta algumas das recomendações como não usar cremes, pomadas ou sabão nos mamilos, pois a criança mama a aréola e não o bico. Foi citado o benefício do uso do sutiã, que ajuda na sustentação do peito. O projeto de território foi um sucesso de participação, as mães demonstravam espontaneidade, curiosas a respeito do tema, do qual foram trocadas informações e experiências vividas, não só por elas mas por outros familiares e conhecidos, foi discutido os mais fofos mitos e tabus que prejudicam a amamentação, foram citados os direitos das mães que trabalham de acordo com a legislação brasileira que protege a amamentação. E por fim, todos foram ricos em informações, idéias e conhecimentos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta** . 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_mulher_trabalhadora_amamenta.pdf. Acesso em 03 fev. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.pdf. Acesso em 19 fev 2020.

ANTUNES, Leonardo dos Santos et al . Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 13, n. 1, p. 103-109, Feb. 2008 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232008000100015&lng=en&nrm=iso>. access on 08 Mar. 2020.

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. 184 p. : il. - (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23) Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/saude-crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf. Acesso em 12. fev. 2020.