



Pós-Graduação em
**Atenção Básica
em Saúde da Família**



FABIANA RIBEIRO COSTA

RESIGNIFICANDO O ALEITAMENTO MATERNO: AÇÕES
EDUCATIVAS JUNTO A UMA COMUNIDADE DE BRASÍLIA-DF

CAMPO GRANDE

2015

FABIANA RIBEIRO COSTA

**RESIGNIFICANDO O ALEITAMENTO MATERNO: AÇÕES
EDUCATIVAS JUNTO A UMA COMUNIDADE DE BRASÍLIA-DF**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul como
requisito para obtenção do título de Especialista em
Atenção Básica em Saúde da Família.

Orientadora: Prof^a SILVANA DIAS CORRÊA GODOI

CAMPO GRANDE

2015

DEDICATÓRIA

Dedico este projeto de intervenção primeiramente a Deus que sempre tem guiado meu caminho para que eu possa de alguma forma fazer diferença na vida de pessoas tão carentes, dedico também aos meus queridos pacientes que são os principais fontes de conhecimento e mais ainda, dedico o meu esforço por este trabalho ao meu marido Guilherme e filho Felipe, pois com eles tudo se torna possível.

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente a Deus por poder seguir a vida tentando fazer alguma diferença na vida dos pacientes queridos, que tanto tem a nos ensinar um pouco da vida além da nossa, agradeço aos colegas do *moodle* por compartilharem suas experiências e conhecimentos tornado-me mais rica em conhecimentos saberes.

EPÍGRAFE

"A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação."

Constituição da República Federativa do Brasil

RESUMO

O Aleitamento materno é o primeiro e principal alimento que uma criança de 0 a 6 meses de idade precisa para se tornar saudável, nutrido, hidratado e amado. Diversos fatores, entre eles crenças e mitos, levam as mães a desmamar precocemente ou utilizarem outro tipo de alimento aos seus bebês, o que os tornam mais predispostos a doenças respiratórias e outras infecções. Frente a esses acontecimentos frequentemente registrados pela equipe de saúde F do centro de saúde 6 da regional do Gama/DF propôs-se a criação de grupos de mães com intuito de resignificar a amamentação com destaque a sua importância para saúde da criança. As estratégias metodológicas dizem respeito a reuniões para atualização da equipe, aprofundando conhecimentos sobre o aleitamento materno exclusivo, discussões e definições de estratégias de educação em saúde destinadas as gestantes. Em janeiro de 2015 foram realizados os dois primeiros grupos de aleitamento materno exclusivo, em que foi discutido sobre a importância do leite materno, desmistificação de mitos e crenças sobre o aleitamento, e foi orientado sobre a pega do bebê e posições adequadas para a amamentação. Foi percebido nas gestantes presentes grande satisfação pela atenção dada pela equipe, que atestaram que a falta de informação pode levá-las ao desmame precoce. Após o grupo de aleitamento, muitas afirmaram ter mudado modo de pensar e enxergar o aleitamento. Conclui-se que é possível e necessário desenvolver ações de cunho educativo, sendo essas de discreto investimento financeiro com significativo impacto social.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Aleitamento Materno.

ABSTRACT

Breastfeeding is the first and main food that a child between 0 and 6 months old needs to become healthy, nourished, hydrated and loved. Several things, including beliefs and myths, lead mothers to early wean or use other type of food to their babies, what make them more prone to respiratory diseases and other infections. In view of these events often recorded by the health team F, health center 6 regional Gama/DF, was proposed the creation of mothers' groups aiming to reframe breastfeeding, highlighting its importance to children's health. The methodological strategies are meetings to update staff, deepening knowledge of exclusive breastfeeding, discussions and definitions of health education strategies for pregnant women. In January 2015, were held the first two exclusive breastfeeding groups, in which the importance of breast milk were discussed, debunking myths and beliefs about breastfeeding, and instructed on proper latch and suitable positions for breastfeeding. Was seen large satisfaction among participating pregnant by the attention given by the staff, who testified that the lack of information could lead them to early weaning. After breastfeeding group, many said they have changed their minds about lactation. We conclude that it is possible and necessary to develop education basis of shares, that needs low investment cost but significant social impact.

Keywords: Health Education; Breastfeeding.

SUMÁRIO

1 ASPECTOS INTRODUTÓRIOS.....	08
1.1 Introdução.....	08
1.2 Objetivos: Geral e Específicos.....	11
2 ANÁLISE ESTRATÉGICA.....	12
3 IMPLANTAÇÃO, DESCRIÇÃO E AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO.....	15
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	17
REFERÊNCIAS.....	18

1 ASPECTOS INTRODUTÓRIOS

1.1 Introdução

O leite humano é o único alimento capaz de oferecer todos os nutrientes na quantidade exata que o bebê precisa. Ele garante o melhor crescimento e desenvolvimento, não existindo nenhum outro alimento capaz de substituí-lo¹. Além disso, é a melhor forma de se criar um vínculo e afeto entre mãe e filho, além de ser a forma mais econômica e eficaz de intervenção para redução da morbimortalidade infantil². Caso o aleitamento materno exclusivo fosse praticada pela maioria, 2 milhões de mortes seriam evitadas³.

No Brasil a prevalência do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida é de 41%. No Centro-Oeste é de 45% e no Distrito Federal de 50%². A duração média de amamentação tem sido em torno de 90 dias³.

Estudos mostram que mulheres de países em desenvolvimento amamentam menos que as mulheres de países desenvolvidos³. Mesmo que estudos mostrem uma curva ascendente de aleitamento materno nas últimas três décadas⁴ no Brasil ainda se tem um número muito aquém de aleitamento materno exclusivo, o que torna o papel do profissional da área de saúde de fundamental importância na reversão desse quadro². Não faltam indícios de que ações de proteção, promoção e apoio a amamentação devem ser intensificadas, uma vez que estamos longe de atingir as metas propostas pela Organização Mundial da Saúde (OMS)⁴.

Há 30 anos o aleitamento materno era somente apoiado na perspectiva hospitalar, porém desde a criação da Atenção Básica de Saúde em 1993 o aleitamento vem sendo trabalhado pelas Equipes de Estratégia em Saúde da Família⁵, onde a atenção à criança é uma prioridade⁶. Uma das ações relacionadas à saúde da criança é o incentivo ao aleitamento materno, importante estratégia para a redução da morbi-mortalidade infantil, por seu efeito protetor contra as doenças infecciosas, especialmente diarreias e infecções respiratórias⁶.

O Ministério da Saúde e a OMS recomendam o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade, pois é a estratégia que isoladamente mais previne mortes em crianças menores de cinco anos⁷.

A primeira alimentação humana se dá através do leite materno o qual é rico em nutrientes, tem importante papel nas funções imunológicas para prevenção de infecções e ainda provê nutrientes e desenvolvimento psicoafetivo⁸.

O leite materno reduz a mortalidade infantil, o número de internações hospitalares, as manifestações alérgicas, incidências de doenças crônicas, melhora o desenvolvimento neuropsicomotor, favorece a economia familiar e a sociedade como um todo, pois a criança adocece menos, diminuindo assim os gastos com atendimento médico, medicações e hospital⁹.

A composição do leite humano, especialmente quanto à presença de micronutrientes, é muito variada, e pode ser influenciada por diversos fatores como a individualidade genética, à nutrição materna, o período de lactação, variações entre grupos étnicos e entre as próprias mulheres⁸. Atualmente, são conhecidos, em sua composição, mais de 200 constituintes como: proteínas, gorduras, hidratos de carbono, vitaminas, sais minerais, fatores imunológicos e imunomoduladores, enzimas e hormônios⁹.

Para uma mesma mulher, são registradas variações no decorrer da lactação, ao longo do dia e da mesma mamada, havendo diferenças entre o leite anterior e posterior, com alterações na concentração dos macro e micronutrientes⁸

A promoção ao aleitamento materno deve ser iniciada na rede básica, tão logo a gestação seja detectada. A gestação é uma etapa chave para a promoção do aleitamento materno, pois é nesse período que a maioria das mulheres define os padrões de alimentação que espera praticar com seu filho⁷.

Os motivos que levam ao desmame precoce são os mais variados, ainda que algumas mães tenham tido diversos tipos de informações, elas não seguem a maior parte, e continuam a acreditar e valorizar suas crenças e tabus e por conta própria, desmamando seus filhos precocemente¹⁰.

Os mitos mais frequentes¹¹ são de que o leite é insuficiente, o bebê não quis pegar o peito, o leite materno não mata a sede do bebê, os seios caem com a lactação e que o leite é fraco, e é por isso que algumas mães interrompem precocemente e ou complementam com outro alimento não esperado para a idade entre 0 a 6 meses.

Dessa maneira, a promoção ao aleitamento materno, como já mencionado, deve ser iniciada na rede básica tão logo a gestação seja detectada⁷.

A população da nossa área de abrangência possui quatro micro áreas, as quais são acompanhadas pela equipe F, do Centro de Saúde 06, da Regional do Gama, em Brasília-DF. A área é composta por 2465 habitantes, 50 gestantes em diferentes idades gestacionais, 43 crianças entre 0 e 6 meses de idade dentre os quais 15 foram desmamados precocemente.

A criação deste projeto se deu a partir da minha experiência durante as consultas de puericultura onde pude observar que algumas mães desmamam seus filhos precocemente sem ao menos entender o tanto de benefício que este alimento, com sua falta, estaria deixando de prover aos pequenos. Além disso pude perceber que a equipe precisaria estar mais bem capacitada para orientar as mães durante o pré-natal para que estas possam chegar no período de amamentação mais encorajadas a praticar a amamentação e consciente sobre a importância do leite para seu bebê tanto em termos nutricional quanto em relação psicoafetivo entre mãe e filho.

Com isso será criado um grupo de Aleitamento Materno onde as gestantes são o foco de intervenção e os resultados serão observados durante as consultas de puericultura após o nascimento dos seus respectivos bebês através de um cronograma com dados pessoais da mãe e do bebê, quando este nascer, a participação em cada grupo e a evolução das mamadas a cada consulta de puericultura, logo, posteriormente poderemos entender se as mães absorveram a idéia que teria sido passada durante os grupos de Aleitamento Materno.

1.2 Objetivos:

Geral

Implantar grupos de mães com intuito de resignificar a amamentação na equipe de saúde F do centro de saúde 6 da regional do Gama/DF .

Específicos

Auxiliar as gestantes na compreensão dos benefícios do aleitamento materno até o sexto mês de idade

Tentar diminuir os mitos sobre o ato de amamentar

Incentivar os profissionais da equipe F a estabelecer um conhecimento sobre o assunto para incentivo do aleitamento materno.

2 ANÁLISE ESTRATÉGICA

"A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação." ¹².

Visando a redução do risco de doenças através da amamentação materna exclusiva nos primeiros seis meses de vida que será dado início ao projeto de intervenção nesse processo com as gestantes.

Para melhorar o indicador de amamentação é preciso intervir, e o acompanhamento do pré-natal é uma excelente oportunidade para motivar as mulheres a amamentar. Amamentar não é fácil precisa de dedicação¹³.

Por este motivo, a equipe F (1 médica, 1 enfermeira e 2 auxiliares de enfermagem) se reunirá em novembro 2014 para discutir os vários casos de desmame precoce na comunidade em que atendemos, o que nos motivou a criação de grupos sobre Aleitamento Materno Exclusivo para gestantes, onde será enfatizado a importância deste alimento tão importante para o bebê e desmistificação de alguns mitos. Logo, o foco da intervenção serão as gestantes durante as consultas de pré-natal e durante os grupos de aleitamento.

Ainda no mês de novembro será realizada outra reunião para aperfeiçoamento do conhecimento da equipe sobre aleitamento materno exclusivo.

A equipe, durante o aperfeiçoamento, aprenderá os dez passos para o sucesso do Aleitamento Materno segundo a OMS¹⁴.

1. Ter uma norma escrita sobre o aleitamento que deveria ser rotineiramente transmitida a toda a equipe de cuidados de saúde.
2. Treinar toda a equipe de cuidados de saúde, capacitando-a para implementar esta norma.
3. Informar todas as gestantes sobre as vantagens e o manejo do aleitamento.
4. Ajudar as mães a iniciar o aleitamento na primeira meia hora após o nascimento.

5. Mostrar às mães como amamentar e como manter a lactação, mesmo se vierem a ser separadas de seus filhos.
 6. Não dar a recém-nascidos nenhum outro alimento ou bebida além do leite materno, a não ser que tal procedimento seja indicado pelo médico.
 7. Praticar o alojamento conjunto – permitir que mães e bebês permaneçam juntos 24 horas por dia.
 8. Encorajar o aleitamento sobre livre demanda.
 9. Não dar bicos artificiais ou chupetas a crianças amamentadas ao seio.
 10. Encorajar o estabelecimento de grupo de apoio ao aleitamento, para onde as mães deverão ser encaminhadas, por ocasião da alta do hospital ou ambulatório.
- Estes dez passos serão enfatizados durante os grupos, onde as gestantes se tornarão mais confiantes em relação a amamentação.

Após a segunda reunião de novembro serão confeccionados os convites para serem entregues às gestantes durante as consultas de pré-natal durante o mês de dezembro/2014.

No atual momento temos uma média de 50 gestante em diferentes idades gestacionais, dados obtidos através de uma lista de gestantes que foram atendidas pela nossa equipe ao longo dos meses de 2014.

A área de abrangência da equipe F do Centro de Saúde 06 da Regional do Gama localiza-se no Setor Oeste, comporta quatro microáreas com 2465 habitantes, 50 gestantes acompanhando no pré-natal e 43 crianças acompanhando no ambulatório de puericultura. A área possui saneamento básico e sua grande maioria possui água filtrada. O período de intervenção será feito durante o mês de janeiro de 2015 com dois grupos.

Durante o grupo de discussão sobre o Aleitamento Materno e durante as consultas de pré natal as gestantes receberão um cartão para ser respondido os seguintes dados:

Controle de participação no Grupo de Aleitamento Materno e Evolução das mamadas nos primeiros seis meses de vida – Equipe F

Nome: *(preenchido durante o pré natal)*

Datas do grupo: *(preenchido durante os grupos)*

Nome da criança/idade/ DN: *(preenchido após nascimento da criança)*

Evolução das mamadas nos primeiros seis meses de vida durante as consultas de

puericultura: *(preenchidos durante as consultas de puericultura)*

- 0 mês: () AME () outro. Justifique:
- 1 mês: () AME () outro. Justifique:
- 2 meses: () AME () outro. Justifique:
- 3 meses: () AME () outro. Justifique:
- 4 meses: () AME () outro. Justifique:
- 5 meses: () AME () outro. Justifique:
- 6 meses: () AME () outro. Justifique

A ficha criada será anexada no cartão da gestante e posteriormente na caderneta da criança para que a médica, a enfermeira e demais componentes da equipe possam acompanhar a evolução da participação das gestantes nos grupos e da evolução das mamadas durante os seis primeiros meses de vida durante as consultas de puericultura e assim avaliar se a intervenção sobre o aleitamento materno exclusivo durante os grupos foi produtivo.

Os principais assuntos que serão abordados durante o grupo são:

- A importância do leite materno para a criança de 0 a 6 meses de idade
- Quais os benefícios do leite materno
- Desmistificação de alguns mitos e crenças sobre o leite materno
- Pega e posição correta para uma boa amamentação.

Serão utilizados durante os grupos panfletos elaborados pelo Ministério da Saúde, mamas confeccionadas à mão com linha de crochê, uma boneca para demonstração da pega e posições de amamentação.

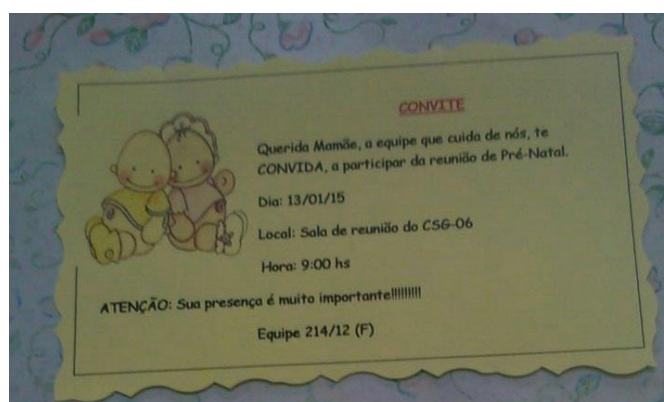
O principal resultado esperado com este projeto é diminuir o número de desmame precoce a partir da sensibilização das gestantes sobre a importância do leite materno, desvendamento dos mitos e crenças em relação ao leite materno transmitidos de geração a geração, e conseqüentemente permitir que essas crianças tenham uma maior chance de sobrevivência, redução de doenças infecciosas e internações hospitalares, sabendo que o leite materno é o alimento mais nutritivo que melhora a imunidade e cria um vínculo emocional entre a mãe e filho(a) assim levando ao crescimento de uma criança mais saudável e mais confiante.

3 IMPLANTAÇÃO, DESCRIÇÃO E AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO

Após a equipe ter estudado sobre o tema do projeto que é o aleitamento materno exclusivo, houve um momento de discussão para questionamento e resolução das dúvidas ainda no mês de novembro/2014.

No mesmo dia de discussão sobre o aleitamento com a equipe trabalhamos em cima da confecção dos convites (Imagem 1). Os convites foram entregues às gestantes durante as consultas de pré-natal no mês de dezembro realizadas pela enfermeira e pela médica.

Imagem 1 - Convite para o Grupo de Aleitamento Materno Exclusivo



No período de janeiro ocorreram dois encontros com as gestantes. No primeiro encontro tivemos a presença de apenas duas gestantes das 25 que haviam sido convidadas para esse dia, e no segundo encontro compareceram 10 gestantes das 25 gestantes restantes.

Com o número baixo de gestantes presentes nos grupos, solicitamos aos agentes comunitários da equipe que fizessem a confirmação da residência das gestantes que tínhamos na nossa lista criada durante as consultas e para nossa surpresa pudemos observar que a grande maioria das gestantes que estavam fazendo o acompanhamento do pré-natal conosco porém não moram na nossa área de abrangência, e devido a dificuldade de comparecer ao centro, as mesmas se limitam a comparecer somente durante as consultas mensais.

Durante os dois grupos pudemos conversar bastante sobre a importância do leite materno para a criança de 0 a 6 meses de idade, quais os benefícios do leite materno, mitos e crenças sobre o leite materno e pega e posição correta para uma boa amamentação.

Para demonstração da pega e posições corretas da amamentação utilizamos uma boneca e as mamas artesanais. (Imagem 2 e 3)

Imagem 2 – Boneca para demonstração da posição de amamentação



Imagem 3 – Mamas artesanais



Entregamos os panfletos elaborados pelo Ministério da Saúde às gestantes presentes.

Apesar destes problemas citados, as poucas pacientes que compareceram aos dois grupos se mostraram muito satisfeitas com a reunião, ficaram bastante sensibilizadas com o convite confeccionado pela equipe, especialmente para elas. Muitas relataram que mudaram o modo de pensar em relação a amamentação, quebraram os mitos que haviam aprendido no decorrer da vida por escutar os mais velhos falarem algo que não conheciam profundamente. Outras referiram que havia uma grande medo do leite ser fraco e poderiam fazer mal ao bebê, porém a reunião mudou seus modos de enxergar as dúvidas.

Imagem 4 – Gestantes no primeiro grupo de amamentação



4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como o projeto realizado foca as gestantes durante as consultas de pré-natal e grupos de aleitamento materno para gestantes, precisaremos esperar o período de amamentação após o nascimento das crianças para verificar se os grupos conseguiram atingir o verdadeiro objetivo que é aumentar a sensibilização das mães com conseqüente aumento do número de mãe que mantém suas crianças em aleitamento materno e principalmente exclusivo no período de 0 a 6 meses de vida. Ainda que o Objetivo geral não tenha sido observado, os objetivos específicos foram bastantes trabalhados como o aperfeiçoamento da equipe sobre o assunto, a desmistificação dos mitos e crenças, fortalecimento da importância do leite materno e demonstração da pega e posição para a amamentação.

Acredito que a equipe ainda precisa crescer com equipe, trabalhar mais em conjunto, os componentes da equipe precisam se envolver mais com o papel de cada um na estratégia em saúde da família para que a comunidade consiga ser beneficiada de tudo o que uma equipe pode proporcionar para a população.

REFERÊNCIAS:

1. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Brasil). Amamentação: Garantir este direito é responsabilidade de todos. Norma Brasileira de Comercialização de Alimentos para Lactentes. [acesso em 15 de nov 2014]. Disponível em: www.anvisa.gov.br/propaganda/folder_NBCAL.pdf.
2. Ministério da Saúde (Brasil), Secretaria de Atenção a Saúde. Saúde da Criança: Nutrição Infantil - Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. 23rd ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2009; 1:1; 112 p.
3. Giugliani ERJ. Amamentação: como e por que promover. *Jornal de Pediatria*. Rio de Janeiro; 1994; 70:138–51.
4. Venâncio, SI. et al. Diagnóstico rápido em aleitamento materno em municípios. *BIS - Boletim do Instituto de Saúde*; 2002; 4:4-5.
5. Ministério da Saúde (Brasil). II Pesquisa de Prevalência de Aleitamento Materno nas Capitais Brasileiras e Distrito Federal. Secretaria de Atenção à Saúde, Ministério da Saúde. Brasília: Editora do Ministério da Saúde; 2009; 108p.
6. Ciconi, RCV; Venâncio, SI. Situação do aleitamento materno no PSF. *BIS - Boletim do Instituto de Saúde*, 2002; 4:10.
7. Correa MA, Monteiro MD, Soeiro RL. Promoção, Apoio e incentivo ao aleitamento materno. Niterói: Universidade Federal Fluminense. [acesso em 2014 nov 15]. Disponível em: www.uff.br/psienf/incentivoaleitamen.pdf
8. Morgano MA, Souza LA, Neto JM, Rondo PHC. Composição mineral do leite materno de bancos de leite. *Revista Ciência e Tecnologia de Alimentos*; 2005; 25(4): 819-824.
9. Grassi MS, Costa MTZ, Vaz FAC. Fatores imunológicos do leite humano. *Pediatria*. São Paulo; 23(3):258-263.
10. Parizotto J, Zorzi NT. Aleitamento materno: fatores que levam ao desmame precoce no município de Passo Fundo, RS. *O Mundo da Saúde*. São Paulo; 2008; 32(4):466- 474.
11. Marques ES, Cotta RMM, Priori SE. Mitos e crenças sobre o aleitamento materno. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2011; 16(5):2461-2468.
12. Brasil. Constituição, 1988. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília: Senado Federal; 1988.

13. Pereira, GOM. Educação em Saúde no Pré-Natal para o fortalecimento do Aleitamento Materno [Monografia]. Fortaleza: Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza, 2010.
14. Unicef Brasil. Dez passos para o sucesso do aleitamento materno; 1989 [Internet] [acesso em 15 nov 2014]. Disponível em: www.unicef.org/brazil/pt/activities_9999.htm