



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FRED SCHINAIDER CERQUEIRA

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO ATÉ O SEXTO MÊS E
COMPLEMENTADO ATÉ O SEGUNDO ANO DE VIDA

SÃO PAULO
2019

FRED SCHINAIDER CERQUEIRA

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO ATÉ O SEXTO MÊS E
COMPLEMENTADO ATÉ O SEGUNDO ANO DE VIDA

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: KARINA MARTNS MOLINARI MORANDIN

SÃO PAULO
2019

Resumo

Diante do elevado número de mães abandonando precocemente o aleitamento materno exclusivo por volta do terceiro mês, e casos onde a amamentação materna nunca foi adotada, sendo substituído por fórmulas químicas ou até mesmo leite de origem animal, o trabalho apresenta uma proposta de Projeto de Intervenção que teve início no mês de dezembro de 2018 e previsão de término em maio do ano seguinte, realizado na UBS Núcleo de Saúde Independência, localizada no município de Bauru-SP. Para isso, as principais intervenções planejadas foram à criação de grupos de incentivo ao aleitamento. A partir dessas ações, espera-se que consigamos elevar o número de mães que pratiquem o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês e complementar até os dois anos de idade.

Palavra-chave

Aleitamento Materno. Práticas Integrativas e Complementares. Prevenção de Doenças. Recém-Nascido.

Introdução

O presente estudo relata a experiência de um projeto de intervenção, que teve como finalidade melhorar a percepção dos usuários da área de abrangência da Unidade Núcleo de Saúde Independência, situado na cidade de Bauru, estado de São Paulo quanto aos benefícios da amamentação materna exclusiva até pelo menos o sexto mês e complementar até os dois anos de idade.

A amamentação materna constitui uma das mais importantes e completas formas de alimentação, principalmente nos dois primeiros anos de vida, devido suas propriedades o leite materno é o único alimento capaz de atender às necessidades nutricionais, metabólicas, imunológicas, além de ser um importante estímulo psicoafetivo ao lactente.

O leite materno é um alimento completo, em sua composição possui proteínas, lipídios, carboidratos, minerais e vitaminas, além de conter 88% de água, contendo elementos para hidratação e nutrição que aumentam a proteção e colaboram para o metabolismo da criança, o que garante o crescimento e desenvolvimento adequado (MORGANO et al., 2005).

As recomendações mais atuais do Ministério da Saúde, da Organização Mundial de Saúde (OMS), e da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) com relação ao aleitamento materno são de que seja realizado o aleitamento materno exclusivo até pelo menos o primeiro semestre de vida, ou seja, nesse período a criança não precisa tomar água, chás, sucos, caldos ou qualquer outro tipo de alimento, apenas ser amamentada com leite materno. Outra recomendação desses órgãos é o aleitamento materno complementado de seis até dois anos de vida, após o sexto mês, deve ser iniciado gradativamente a introdução da alimentação complementar. Porém vale ressaltar que nenhum outro tipo de leite (vaca, cabra, industrializado, dentre outros) deve ser inserido na dieta. O leite materno deve ser mantido até pelo menos o segundo ano de vida, pois, ele continua fornecendo nutrientes indispensáveis como por exemplo vitamina C (fornece cerca de 95% das necessidades), vitamina A (fornece cerca de 45% das necessidades), proteínas (fornece cerca de 38% das necessidades), e energia (fornece cerca de 31% das necessidades), além disso fornece elementos indispensáveis para o sistema imunológico para a prevenção de doenças.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) criou categorias para classificar o aleitamento, no quadro abaixo podemos observar essas categorias e suas principais características:

Aleitamento Materno Exclusivo (AME)	A criança recebe apenas leite materno, da própria mãe ou de outra fonte (banco de leite, etc.), sem complemento de outras substâncias (líquidos ou sólidos), exceto de vitaminas, sais de hidratação e medicamentos que sejam recomendados pelo médico.
Aleitamento Materno Predominante (AMP)	Além da amamentação materna, a criança recebe água, chás, sucos, e outros fluidos em quantidades limitadas.
Aleitamento Materno Complementado (AMC)	Além da amamentação materna, a criança começa a receber alimentos semisólidos e sólidos, com o objetivo de complementação alimentar ao leite materno.

Aleitamento Materno Misto ou Parcial (AMM) Além do leite materno a criança recebe outros tipos de leite (vaca, cabra, industrializado, dentre outros).

Fonte: BRASIL, 2015.

VANTAGENS DO ALEITAMENTO MATERNO

Para o Bebê

O leite materno é o único alimento completo, capaz de suprir todas as necessidades nutricionais, metabólicas, e calóricas do lactente, nos seus seis primeiros meses de vida, além de ser ideal para o sistema gastrointestinal e renal que estão em processo de maturação.

Prevenção de Doenças

- ♦ Segundo dados do Ministério da Saúde (2015), estima-se que a amamentação materna reduza em média cerca de 13% das mortes de crianças menores de cinco anos de idade.
- ♦ As propriedades imunológicas, presentes no leite materno colaboram para diminuição da incidência e gravidade das doenças respiratórias e diarréicas.
- ♦ Redução de alergias (asma, rinites, dentre outras).
- ♦ Redução de doenças crônicas (cânceres, gastrointestinais, metabólicas e cardiovasculares).
- ♦ Alguns estudos acreditam que o leite materno contenha substâncias que melhore o crescimento e desenvolvimento cerebral.
- ♦ A amamentação materna estimula o desenvolvimento correto da cavidade oral.
- ♦ O ato de amamentar estimula o vínculo entre mãe e filho.

Para a Mãe

Durante a sucção do mamilo, a liberação de ocitocina pela hipófise é estimulada, esse hormônio tem grande importância na contração uterina, no pós parto, o Ministério da Saúde (2015) recomenda o aleitamento imediato após o nascimento, devido o favorecimento a dequitação placentária, o que colabora para a contração uterina, reduzindo o risco de hemorragia pós parto. Em longo prazo essa prática colabora na redução de peso das mães.

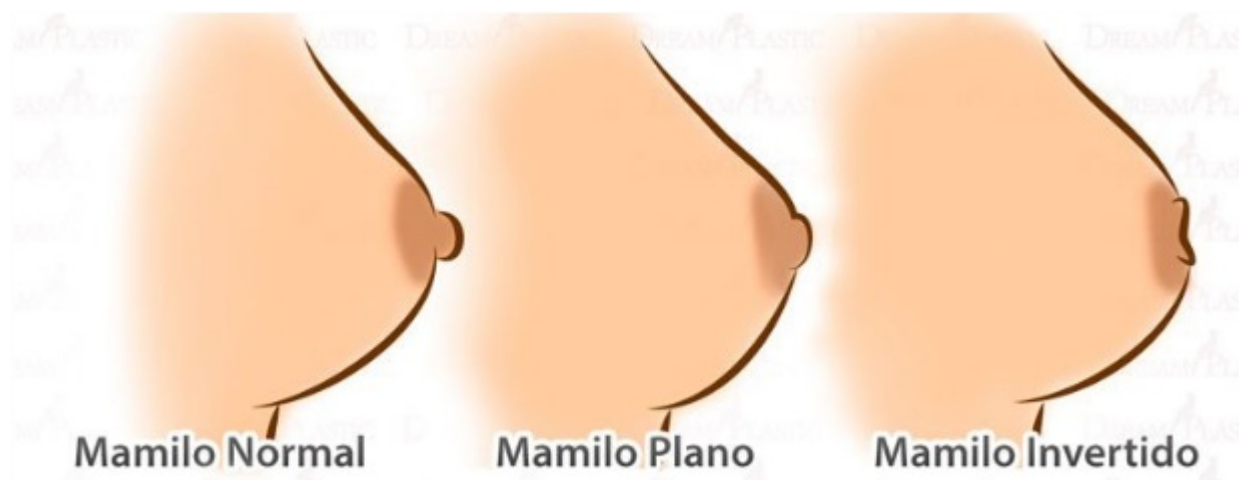
Outras vantagens para as mães que amamentam exclusivamente são a amenorréia

lactacional prolongada, que funciona como um método anticoncepcional natural com eficácia de até 98%, também melhora a remineralização óssea, diminui o risco de desenvolvimento de câncer de mama e ovário, promove a perda calórica (aproximadamente 704 kcal/dia), além de ser um alimento completo, barato e prático (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

RECOMENDAÇÕES IMPORTANTES

Durante toda gestação o corpo da mulher passa por transformações, e uma delas são o desenvolvimento das mamas, esse processo ocorre naturalmente, sendo necessárias apenas algumas recomendações:

- ♦ Evitar utilizar sabonetes e buchas nos mamilos. Essa prática retira a oleosidade natural do local o que pode provocar rachaduras;
- ♦ Tomar banho de sol nas mamas, como uma forma de diminuir naturalmente a sensibilidade dos mamilos;
- ♦ Existem três tipos de mamilos, os normais, planos ou invertidos. Nos dois últimos casos um orifício feito no sutiã no último trimestre, estimula e facilita a protusão do mamilo. Na imagem abaixo podemos melhor observar os tipos de mamilos.



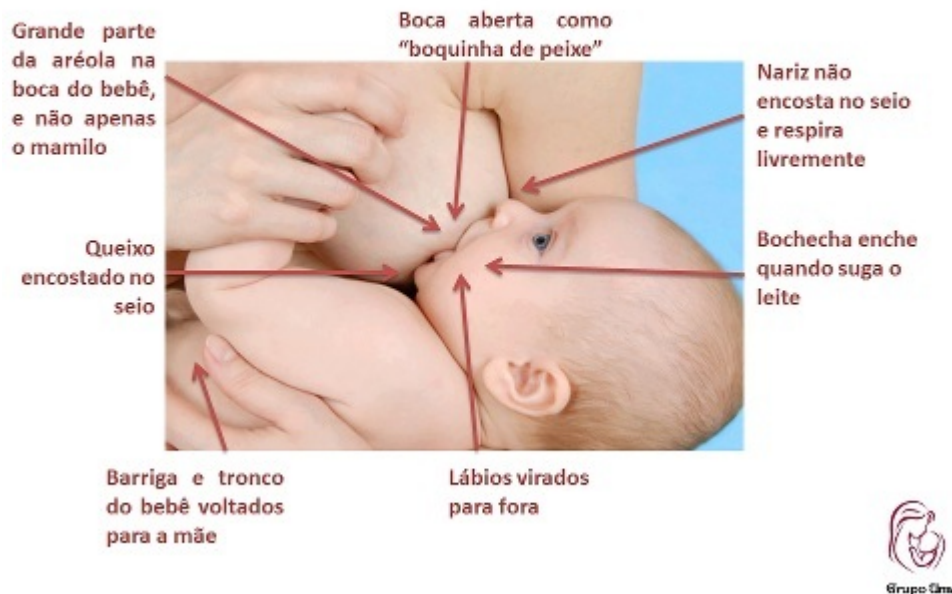
Fonte: BRASIL, 2015.

TÉCNICA PARA A AMAMENTAÇÃO

O Ministério da Saúde recomenda que sempre que possível o início da amamentação deva ocorrer ainda na sala de parto, ou entre a primeira a quarta hora de vida. Ao nascer o recém nascido (RN) permanece alerta por cerca de seis horas, nesse período a amamentação torna-se mais fácil. Após esse período, o recém nascido entra em um período de sono reparador, que dura geralmente doze horas, dificultando o processo de amamentação.

Existem vários posicionamentos para a amamentação, o importante é o conforto materno e do RN. As recomendações são de posicionar o RN de frente a mama, com o nariz encostado no mamilo, com cabeça e troncos alinhados no mesmo eixo axial, com o pescoço levemente estendido e bem apoiado pelas mãos da mãe. A fim de promover uma melhor pega (quando o boca do RN engloba maior parte a aréola, lábio inferior evertido, queixo tocando a ama, deglutição visível e audível). Na imagem abaixo podemos observar a pega correta.

A pega correta



Fonte: Google Imagens.

A frequência das mamadas varia de acordo com cada RN, mas em geral o esvaziamento gástrico varia de uma a quatro horas. Portanto, a amamentação deve ser oferecida quando o RN quiser, mas sempre observando se o mesmo está se alimentando e desenvolvendo nos padrões esperados.

Com o passar do tempo e o crescimento da criança, o intervalo entre as mamadas aumenta. Ao final de uma semana, os RN mamam em torno de 60 a 90 ml por mamada, com frequência de 8 a 12 mamadas por dia.

JUSTIFICATIVA

Segundo estudos a amamentação materna pode prevenir mais de 820.000 mortes anualmente de crianças menores de cinco anos, e evitar 20.000 mortes anualmente decorrentes do câncer de mama (SIQUEIRA, et al, 2007).

Outros benefícios associados à amamentação materna para a mãe é que a amamentação constitui um contraceptivo natural, ideal nos seis primeiros meses de vida, contribuição para a prevenção da hemorragia pós-parto, diminuição das chances de desenvolvimento de osteoporose. Além disso, financeiramente também traz benefícios, diminuindo de 15% a 40% os gastos da renda familiar mensal, que seriam destinados a compra de leite, gastos hospitalares, dentre outros, decorrentes do desmame materno precoce (CABRERA, PEREIRA e

FRACOLLI, 2018).

Diante desses inúmeros benefícios acarretados pela amamentação materna exclusiva até pelo menos o sexto mês de vida e complementado até os dois anos, e observando o aumento do abandono do aleitamento materno, e o aumento do número de acolhimentos de crianças que apresentam doenças muitas vezes relacionadas ao abandono do aleitamento materno precoce, motivou a criação desse projeto de intervenção. Que consistirá em ações que buscarão sensibilizar as mães desde a primeira consulta do pré natal, até o dia do nascimento do bebê, da importância da amamentação materna exclusiva, ressaltando os benefícios para a mulher e para o RN, evidenciando os riscos que o abandono da amamentação materna precoce poderá acarretar ao bebê e a mãe, a curto, médio e longo prazo. Além disso, promoveremos momentos na Unidade Núcleo de Saúde Independência, onde mostraremos as mães às técnicas de amamentação, os cuidados com as mamas, o que fazer quando o RN engasgar e dicas sobre a alimentação materna.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

- ♦ Incentivar a amamentação materna exclusiva até o sexto mês e a complementar até o segundo ano de vida.

Objetivos Específicos:

Conscientização das mães sobre a importância do aleitamento materno: benefícios para mãe e filho.

- ♦ Alertar sobre os possíveis riscos que o abandono precoce do aleitamento materno pode acarretar a curto, médio, e longo prazo na vida da criança e da mãe.
- ♦ Trazer informações sobre o aleitamento: técnicas de amamentação, cuidados com a mama, cuidados com a alimentação materna, primeiros socorros em casos de engasgamento do RN, além de trazer informações sobre o benefício dessa prática a mãe e ao filho.
- ♦ Incentivar o apoio familiar a prática do aleitamento materno.
- ♦ Avaliar o nível do conhecimento das mães e família sobre o aleitamento materno antes e depois das ações.

Método

Local: Unidade Núcleo de Saúde Independência, situado na cidade de Bauru, estado de São Paulo.

Público-alvo: Gestantes e mães de crianças com até 2 anos de idade, pertencentes à Unidade Núcleo de Saúde Independência.

Participantes: Equipe da Unidade Núcleo de Saúde Independência (médicos, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem e agentes comunitários de saúde).

Ações:

Primeira etapa: Reunião com a equipe, para realização de um levantamento de todas as gestantes e as crianças da comunidade que tenham até dois anos de idade e estejam praticando o aleitamento complementado.

Segunda etapa: O projeto será apresentado aos profissionais de saúde da unidade, além de outras pessoas interessadas na participação.

Terceira etapa: Treinamento, os profissionais da área de saúde envolvidos no projeto participarão de um curso com carga horária de 10 horas, ministrado pelo médico responsável. Os conteúdos abordados serão a importância da amamentação materna, os cuidados com as mamas, as técnicas de amamentação e a importância do incentivo e promoção do aleitamento materno.

Quarta etapa: Após o treinamento a estratégia principal é implantar grupos de aleitamento materno na unidade, realização de palestras educativas para as mães e suas famílias com as temáticas (técnicas de amamentação, cuidados com a mama, cuidados com a alimentação materna, primeiros socorros em casos de engasgamento do RN, além de trazer informações sobre o benefício dessa prática a mãe e ao filho) como já citadas anteriormente.

Quinta etapa: Após o início dos grupos serão realizados questionários para avaliar os níveis de conhecimentos adquiridos nas palestras, além disso, serão analisadas mensalmente, a participação dos usuários das ações de incentivo ao aleitamento materno e as dificuldades encontradas pelos profissionais envolvidos no projeto.

Sexta etapa: A etapa final consistirá em efetivar em implantar o projeto, que ocorrerá durante um período (manhã ou tarde), uma vez por semana. Esses encontros contarão com a participação de mães de RN até crianças com dois anos de idade que estejam fazendo o aleitamento materno complementado, para acompanhamento e incentivo à lactância materna.

Resultados Esperados

A partir da implantação desse projeto de intervenção, espera-se que com a elevação do nível de conhecimento das mães e familiares sobre a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês e complementado até o segundo ano de vida e a ampla promoção dessa prática consigamos elevar o número de mães que realizem a amamentação. O que consequentemente diminuirá o adoecimento das crianças, principalmente por doenças crônicas e alergias, com a finalidade de diminuir a morbimortalidade infantil do município.

Referências

BRAGA, Rocha Letícia. et al: Aleitamento materno na primeira hora de vida: uma revisão da literatura, Revista de Medicina e Saúde de Brasília; v.6, nº3, p.384-394, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da Criança. Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. Brasília, 2015. Disponível: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf. Acesso: 30 de setembro de 2018.

CABRERA, Ferreira Maria Gabriela; PEREIRA, Maria Fernanda Gomes; FRACOLLI, Lislaine Aparecida. Aleitamento materno: orientações recebidas por gestantes acompanhadas pela estratégia saúde da família, Rev. Aten. Saúde, São Caetano do Sul, v. 16, n. 55, p. 36-41, jan./mar., 2018

CARVALHO, Marcus Renato de. O poder imunológico do leite materno, 2013. Disponível: <http://www.aleitamento.com/amamentacao/conteudo.asp?cod=1830>. Acesso: 01 de agosto de 2018.

DAMIÃO, Jorginete de Jesus. Influência da escolaridade e do trabalho maternos no aleitamento materno exclusivo. Revista brasileira epidemiológica, p. 442-52, 2008.

FUGITA, dos Santos Vera Lúcia; SPERLI, Zaida Aurora Geraldine Soler; AZOUBEL, Reinaldo: Alimentação de crianças no primeiro semestre de vida: enfoque no aleitamento materno exclusivo, Rev. Bras. Saude Mater. Infant. vol.5 no.3 Recife July/Sept 2005. Disponível: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-38292005000300004. Acesso: 01 de agosto de 2018

SIQUEIRA, Cristiano Boccolini. et al. Tendência de indicadores do aleitamento materno no Brasil em três décadas, Revista de Saúde Pública; p.51-108, 2017.

SOUZA, Marques Emanuele, MINARDI, Rosângela Mitre Cotta. Mitos e crenças sobre aleitamento materno, SciELO - 2009. Disponível: https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S1413-81232011000500015&script=sci_abstract&tling=en. Acesso: 02 de agosto de 2018.