



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

CARLA FERNANDA AMARAL DE OLIVEIRA

POTENCIALIZANDO O ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO EM UMA UNIDADE
DE SAÚDE NO MUNICÍPIO DE JANDIRA, SÃO PAULO

SÃO PAULO
2020

CARLA FERNANDA AMARAL DE OLIVEIRA

POTENCIALIZANDO O ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO EM UMA UNIDADE
DE SAÚDE NO MUNICÍPIO DE JANDIRA, SÃO PAULO

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: SERGIO VINICIUS CARDOSO DE MIRANDA

SÃO PAULO
2020

Resumo

O Aleitamento Materno Exclusivo (AME) é uma prática de promoção de saúde e de prevenção de doenças com grande impacto na saúde pública. É capaz de proporcionar benefícios e vantagens que influenciam de forma extremamente positiva no desenvolvimento nutricional, cognitivo e psicomotor da criança. No entanto, apesar de ser um tema muito abordado por diversos autores e de possuir um apoio consensual dos profissionais de saúde, a taxa de adesão, no Brasil e especificamente no meu território de atuação da Unidade de Saúde Integrada Gabriela, no bairro Jardim Gabriela, situado na cidade de Jandira, estado de São Paulo se encontra muito abaixo do considerado como ideal pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Por conseguinte, este projeto de intervenção apresenta como objetivo a potencialização da importância do apoio à prática do aleitamento, estabelecer estratégias para sua abordagem em diferentes momentos e na detecção precoce de possíveis falhas na técnica e desinformações associadas que possam conduzir ao abandono do AME (aleitamento materno exclusivo), tudo isso no contexto da Atenção Básica de Saúde. Destacou-se assim a importância da proteção e da promoção do aconselhamento a respeito do leite materno numa perspectiva integral e humanizada respeitando a história de vida das pacientes, seu contexto social, suporte familiar, suas inseguranças e sentimentos, brindando o apoio motivacional adequado para o sucesso do aleitamento tão almejado.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Acolhimento. Saúde da Mulher. Educação em Saúde. Acolhimento. Aleitamento Materno.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

A Unidade de Saúde Integrada Gabriela é um estabelecimento de saúde situado no bairro Jardim Gabriela, na cidade de Jandira, São Paulo. Seu território possui 22 mil pessoas adscritas, sendo assim considerado o bairro mais populoso da cidade. É uma região onde existe alta vulnerabilidade social, baixo desenvolvimento econômico com altos índices de criminalidade, empregos informais e baixa escolaridade. Atualmente, conta com quatro equipes da estratégia saúde da família e seis micro áreas, com a intenção de proporcionar um cuidado integral e longitudinal da população. São realizadas consultas de pré natal, saúde da criança, saúde da mulher, saúde do idoso e adulto e demanda espontânea por meio do acolhimento. Esta situação de vulnerabilidade acarreta uma imensa falta de planejamento familiar e, portanto, uma alta demanda de consultas de pré natal e puericultura.

Com a chegada do inverno houve um aumento considerável, como na grande maioria dos lugares, de pacientes com queixas respiratórias em pediatria, principalmente casos de crises de bronco-espasmo e reagudizações de asma brônquicas crônicas. Como é de meu conhecimento e interesse a importância do AME até os seis meses de vida para a prevenção de doenças infecciosas, tanto no trato respiratório como gastrointestinal, comecei a prestar especial atenção a respeito do aleitamento e sua correlação com o desenvolvimento das doenças mencionadas. Ao indagar sobre a alimentação dos lactentes consultados, constatei que de cada dez sibilantes recorrentes examinados em um período de três meses, sete deles não haviam recebido aleitamento materno exclusivo como preconizado pelo Ministério da Saúde, até o seis meses de vida. Diversas causas foram identificadas para este desfecho, dentre elas prevaleceram as inseguranças maternas e seu devido acolhimento, falta de informação a respeito dos seus benefícios, erros na técnica de amamentação causando complicações como mastite aguda e fissuras, conduzindo a uma desistência materna e o desmame precoce para reintrodução laboral.

Diante disso é indiscutível a importância da realização de Educação Permanente de todos os membros da equipe para que juntos e engajados no mesmo propósito possamos levar conhecimento, sanar dúvidas, amenizar angústias e desta forma, promover saúde em ambientes cujas condições sócio-ambientais são tão desfavoráveis, fomentando assim, de uma maneira “simples”, um bom desenvolvimento da criança. Portanto, este projeto se justifica devido a importância do aleitamento materno para o desenvolvimento neuro-psicomotor da criança e que a sua prática se encontra diretamente relacionada com diversos benefícios já descritos que podem ser simplesmente alcançados se reforçada a informação e o diálogo com os pacientes.

Objetivo Geral:

Potencializar as ações de incentivo ao Aleitamento Materno Exclusivo (AME) para as gestantes, puerperas e comunidade do território de atuação da Unidade de Saúde Integrada Gabriela.

Objetivos Específicos:

- * Capacitar a equipe de saúde sobre o protocolo de AME do Ministério da Saúde.
- * Identificar quais são os obstáculos mais prevalentes que interferem na amamentação.
- * Orientar durante as consultas de pré-natal todas as gestantes atendidas na unidade de

- ♦ saúde.
- ♦ Desenvolver palestras sobre a importância do AME com as gestantes, profissionais de saúde e comunidade.
- ♦ Promover o apoio ao AME na comunidade dando destaque para a importância do leite materno para a prevenção de doenças e promoção da saúde.

ESTUDO DA LITERATURA

De acordo com Malfatti *et al.* (2006) a gestação é um período de transição que faz parte do processo normal do desenvolvimento humano. Há grandes transformações, não só no organismo da mulher, mas no seu bem-estar, alterando seu psiquismo e o seu papel sócio-familiar. Os acompanhamentos realizados nos serviços de saúde durante as diferentes fases do período gestacional proporcionam um efeito protetor para a saúde do binômio mãe-filho. Dentre os procedimentos de acompanhamento existentes, destacam-se a realização do pré-natal, que tem como objetivos promover, proteger e recuperar a saúde da gestante e do concepto.

A assistência pré-natal na Estratégia Saúde da Família (ESF) compreende um conjunto de atividades que visa à promoção da saúde das mulheres grávidas e dos recém nascidos e o estabelecimento de ações adequadas à prevenção, ao diagnóstico e ao manuseio clínico de problemas obstétricos que venham a ocorrer, ou de enfermidades previamente existentes (CONCEIÇÃO *et al.*, 2009). Um dos assuntos relevantes a serem abordados na consulta pré-natal é o aleitamento materno. Nesse momento tão especial que é a gestação, a atenção de saúde por parte do profissional devidamente qualificado é primordial para esclarecer todas as dúvidas, dissipar os medos e mitos que circundam a gravidez e proporcionar à futura mãe, saúde e qualidade de vida durante o circuito gravídico e após o nascimento do seu bebê, em especial no que se refere ao aleitamento materno (MALFATTI *et al.*, 2006).

Diversas pesquisas científicas e autores apontam que o Aleitamento Materno Exclusivo (AME) é um dos exemplos mais claros de promoção de saúde e prevenção primária na atenção básica. Se trata de uma sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução da morbimortalidade infantil. Permite ainda um grandioso impacto na promoção da saúde integral da dupla mãe/bebê e regozijo de toda a sociedade (BRASIL, 2015). Os benefícios alcançados pela prática do AME são inquestionáveis para a vida e desenvolvimento da criança. Tal é esse efeito protetor que pesquisas apontam que aproximadamente 13% por cento das mortes em crianças menores de cinco anos podem ser evitáveis através do aleitamento” (JONES, 2003).

A adesão ao aleitamento materno é uma ferramenta de promoção de saúde e prevenção de doenças fundamental em países de baixo desenvolvimento socioeconômicos como o Brasil, diminuindo notoriamente a morbimortalidade infantil e prevenindo doenças diarreicas e respiratórias que são as principais causas de mortes em crianças menores de cinco anos de idade. Um estudo publicado em 2016 mostrou que, 823 mil mortes de crianças e de 20 mil de mães poderiam ser evitadas a cada ano com a ampliação da amamentação (VICTORA, 2016).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil (MS) recomenda que o aleitamento materno deve ser introduzido precocemente, dentro da primeira hora de vida, favorecendo o vínculo entre mãe e filho com livre demanda até os seis meses de vida do lactente e complementar até os dois anos de vida afim de proporcionar diversos benefícios para a saúde global da criança. Sendo assim, é importante destacar que para que o mesmo seja considerado exclusivo, o lactente deverá receber unicamente leite humano, da própria mama, ordenhado ou a partir de bancos de leite, desaconselhando o uso de bicos e mamadeiras. Segundo Nelson, 20ª edição, há diversas vantagens da amamentação, dentre

elas cabe mencionar:

- ♦ Composição nutricional ideal para o sistema gastrointestinal e renal, evitando possíveis sobrecargas e promovendo o melhor desenvolvimento possível do lactente;
- ♦ Prevenção de doenças mencionadas previamente. Diminui tanto a incidência quanto a gravidade de doenças respiratórias e diarreicas;
- ♦ Diminuição de doenças imuno-alérgicas;
- ♦ Diminuição de doenças crônicas na vida adulta como obesidade, hipertensão arterial e diabetes;
- ♦ Melhor desenvolvimento cognitivo;
- ♦ Desenvolvimento adequado da cavidade oral;
- ♦ Prevenção da hemorragia pós-parto materna através do Reflexo de Fergusson;
- ♦ Método Contraceptivo ao desenvolver amenorréia lactacional;
- ♦ Redução do risco de câncer de mama e ovário;
- ♦ Proteção materna contra DM tipo 2;
- ♦ Promove a perda ponderal materna;
- ♦ Economia; e
- ♦ Aumento do VÍNCULO afetivo entre mãe e filho.

No entanto, apesar de existir um consenso geral e multiprofissional a respeito ao aconselhamento do aleitamento, muitas mulheres se mostram insatisfeitas com o tipo de apoio recebido pelos profissionais, conduzindo ao abandono desta prática. Estudos mostram que, apesar da tendência de melhoria, os índices de aleitamento materno no Brasil estão muito abaixo do considerado ideal pela Organização Mundial da Saúde. A maternidade, é um momento extremadamente delicado na vida da mulher, repleto de mudanças, dificuldades, angústias e mitos socioculturais. Desta forma, cabe a nós profissionais da saúde, ampliar o olhar clínico, executar uma escuta qualificada, enxergando a paciente de forma integral, entendendo a família a qual ela pertence e dessa forma promover, apoiar e proteger a prática do aleitamento materno exclusivo (BRASIL, 2015).

O acesso, a informação, resolução de dúvidas, mitos e dificuldades devem ser constantes para que a partir disso a nutriz decida praticá-la ou não, respeitando assim a autonomia da mesma, sem julgamentos ou preconceitos. O acolhimento adequado, educação permanente, apoio emocional são ferramentas que aumentam o vínculo entre médico e paciente, facilitando desta forma a aceitação e adesão ao aleitamento. Erros na técnica são muito frequentes na prática clínica principalmente se tratando de mães primíparas. Estes podem conduzir ao ingurgitamento mamário, fissuras, mastite, abscessos, lesões mamilares, candidíase, ganho ponderal abaixo do esperado para a idade e sexo do lactente gerando dor e ansiedade maternas, dificultando assim o processo de lactação e conseqüentemente o abandono.

Outro problema frequentemente presente nas consultas são os mitos relacionados ao aleitamento materno que passam de geração para geração, podendo exercer grande influência no ato de amamentar. Queixas como “leite fraco” e “pouco leite são diariamente referidas nas consultas. Estas suposições são reflexo da insegurança materna que

desconhecem conceitos necessários a respeito e que estão aprendendo a cuidar e reconhecer seus filhos em uma realidade completamente nova em suas vidas, partindo da premissa que nem todo choro é fome. Primeiro, a quantidade de leite produzida na lactação varia de acordo com a demanda da criança e a galactopoiese depende diretamente da sucção e esvaziamento mamário. Ao introduzir bicos como os das mamadeiras há uma confusão de bicos por parte do lactente, desencadeando erros na sucção e uma mamada ineficaz. Segundo, o leite humano não apresenta uniformidade em sua constituição, fatores como momento da gestação, horário do dia e fase da mamada modificam seus componentes de acordo com as necessidades do lactente. Ao nascer, a nutriz secreta o colostro, um leite ralo e de coloração amarelada rico em proteínas. Logo aos sete dias do nascimento, o leite passa por um processo de transição até formar o leite maduro contendo um maior teor de lipídeos e carboidratos simples. Este último contém duas fases, a anterior caracterizada por um leite ralo doce com alto teor proteico e de lactose e uma fase posterior cuja função é brindar saciedade por possuir gorduras. Desta forma é fundamental o esvaziamento mamário completo garantindo dessa forma a saciedade, ganho ponderal adequado e evitando complicações devida ao ingurgitamento.

Outro obstáculo prevalente é a manutenção do aleitamento ao retornar ao trabalho uma vez finalizada a licença maternidade. As rápidas mudanças sociais e econômicas intensificam as dificuldades das famílias em manter uma alimentação adequada. A crescente urbanização resulta em mais famílias que dependem de empregos informais com rendimentos incertos e pouco ou nenhum dos benefícios legais de proteção à maternidade (OMS; UNICEF, 2005). Portanto, é necessário muito conhecimento técnico, apoio familiar, persistência, uma estrutura laboral adequada que permita o esvaziamento mamário em um ambiente tranquilo e seu armazenamento (refrigeração), tempo, incentivo, paciência, entre outros, fatos que infelizmente não são a realidade da maioria das famílias em nosso país. O Brasil desenvolveu em 2010, uma ação denominada "Ação Mulher Trabalhadora que amamenta" cujo objetivo é garantir assistência às mães e bebês, inclusive na regulamentação de leis que promovem e protegem o aleitamento materno. Para isso criou, 216 salas de Apoio à Amamentação certificadas pelo Ministério da Saúde, beneficiando 140 mil mães no país (BRASIL, 2018).

AÇÕES

- ♦ Criar oficinas nas unidades básicas de saúde brindando informação e capacitação com treinamentos que aumentem o preparo da equipe multiprofissional, para que assim, através de aspectos técnicos adequados, olhar ampliado, orientação, considerando a paciente de forma integral, o contexto social onde está inserida, suas redes de apoio, contenção familiar, nível de escolarização possam proporcionar o apoio necessário para o sucesso da amamentação;
- ♦ Realizar rodas de conversa durante o pré-natal mensais explicando os benefícios do aleitamento na nutrição e desenvolvimento do recém nascido, destacar que a prevenção de hemorragia puerperal, explicar as características do leite materno e suas variações para sanar futuras dúvidas, explicar os malefícios da introdução precoce do leite de vaca e da alimentação complementar, promover o vínculo entre mãe e filho e ensinar que nem todo choro é sinónimo de fome e sim uma das formas de comunicação do recém nascido, assim como desaconselhar antigas crenças a respeito do preparo da mama durante a gestação;
- ♦ Promover uma nova abordagem das consultas do pré natal, incluindo de forma ativa e participativa o parceiro, destacando a importância do papel da paternidade com a chegada do filho, fortalecendo o vínculo com a mulher, aumentando o apoio em seus momentos mais difíceis, apoiando a amamentação evitando desta forma possíveis insatisfações que possam se desenvolver com a chegada do filho e estimular o empoderamento da mulher, reconhecendo-a como protagonista no sucesso de amamentar;
- ♦ Realizar pequenas intervenções ilustrativas a respeito da correta técnica de amamentação, informando de forma clara os pontos-chave do posicionamento e pega adequada nas salas de espera das consultas de pré-natal e puericultura;
- ♦ Realizar a primeira consulta de puericultura na primeira semana de vida do lactente, junto com a enfermeira, acolhendo, escutando atentamente, sanando as dúvidas, pedindo para observar a técnica de amamentação, dando todo o suporte emocional que a puérpera requer, valorizando o papel da maternidade e demonstrando o quanto é fundamental a alimentação adequada, estimulando o autocuidado da mulher, ressaltando a importância de sua alimentação equilibrada e encorajando uma ingestão de líquidos suficientes para saciar sua sede;
- ♦ Realizar grupos mensais com a participação da psicóloga da unidade para acolher todas as mães com filhos menores de seis meses, tratando temas comuns do puerpério como a depressão e *blues* puerperal para que se sintam a vontade para se expressar e trocar experiências e ansiedades com mulheres que atravessam a mesma situação;
- ♦ Garantir uma consulta com a nutricionista da UBS reforçando os benefícios do leite materno e identificando possíveis erros e complicações associadas a pega inadequada;
- ♦ Garantir o acesso e atendimento diário de mães que possuam dúvidas ou queixas relacionadas a amamentação e/ou complicações;
- ♦ Reuniões mensais na unidade de saúde onde as nutrizes possam trazer suas mães e sogras

- ♦ que geralmente exercem um papel central na criação dos netos graças a suas experiências de vida, para que através do diálogo e informação possamos desmitificar práticas que possam ser nocivas para o desenvolvimento da criança e garantir que sejam um apoio fundamental no aconselhamento da amamentação. Nestas rodas de conversa, dar espaço para a mulher falar, ouvir e observar o que expressa a linguagem corporal das pacientes e estabelecer confiança para que se sintam a vontade de expressar seus sentimentos e opiniões a respeito. E, por último, dar sugestões, nunca ordenar;
- ♦ Realizar visitas domiciliares para realizar acompanhamento de saúde da criança e da mulher, sem aviso prévio para avaliar a técnica de amamentação em seu espaço, observar o papel que desempenham cada membro da família no cuidado e estimular a divisão de tarefas na casa para que a mãe possa se dedicar ao lactente;
- ♦ Promover o envolvimento dos agentes comunitários de saúde com os pacientes menores de dois anos pelos quais são responsáveis, solicitando visitas contínuas, sanando possíveis dúvidas e problemas para que haja uma maior resolutividade, evitando desfechos indesejados; e
- ♦ Garantir uma consulta de puericultura aos quatro meses de idade para ensinar a técnica de esvaziamento mamário através da ordenha manual e as formas de armazenamento e conservação do leite materno, difundindo a respeito da existência da cartilha da mulher trabalhadora para melhor compreensão e para debater dúvidas, estimulando assim a manutenção do AME.

RESULTADOS ESPERADOS

Este trabalho tem como objetivo principal o fornecimento de informação a respeito do leite materno destacando seus benefícios para que assim haja um aumento da adesão materna ao aleitamento materno. Sabemos que esta pratica é um dos maiores exemplos de promoção de saúde aplicável na atenção primaria. Sendo assim, ao brindar proteção contra doenças infecciosas agudas esperamos diminuir o numero de consultas como demandas espontâneas por queixas respiratórias e gastrointestinais, evitando a sobrecarga dos profissionais, melhorando a qualidade das consultas, diminuir prescrições medicamentosas infantis, evitar o desgaste psicológico e físico familiar, reduzir o numero de internações hospitalares em menores de cinco anos por causas como desidratação, pneumonia e bronquiolite, diminuindo procedimentos invasivos que podem ser traumáticos para a vida da criança e da família, diminuir também números de consultas por dermatites atópicas e por ultimo, porém não menos importante, aumentar o vínculo e a confiança entre profissional e paciente permitindo implementação da verdadeira estratégia de saúde da família, promovendo o cuidado integral do indivíduo de maneira longitudinal, prevenindo doenças e/ou realizando tratamento de forma precoce e evitando complicações tardias de difícil manejo com desfechos catastróficos ou que necessitem ser encaminhadas a especialistas.

REFERÊNCIAS

- BRASIL, Ministério da Saúde. 10 passos para uma alimentação saudável. Um guia para o profissional da saúde na atenção básica. Brasília. DF, 2015. http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_dez_passos_alimentacao_saudavel_2ed.pdf
- BRASIL, Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica n.23. Saúde da Criança. Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. Segunda Edição. Brasília. DF, 2015. 07p. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf
- BRASIL, Ministério da Saúde. Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta. 2 Edição. Brasília. DF, 2015. https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_mulher_trabalhadora_amamenta.pdf
- BRASIL, Ministério da Saúde. Prevalência de aleitamento materno nas capitais brasileiras e no Distrito Federal. Brasília: Ministério da Saúde; 2001.
- BUENO, K.C.V.N. A importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade para a promoção de saúde da mãe e do bebê. 2013. Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família, Universidade Federal de Minas Gerais/NESCON, para obtenção do certificado de Especialista. Campos Gerais. MG.
- CONCEIÇÃO, M.A. et al. Aleitamento materno: conhecimento das gestantes na consulta de pré-natal. Cadernos da Escola de Saúde Pública, Ceará, jul./dez.: 3(1): 16-23. 2009.
- MALFATTI, C.R.M. et al. Perfil das gestantes cadastradas em Equipes de Saúde da Família da 13ª Coordenadoria Regional de Saúde do Estado do Rio Grande do Sul. Texto Contexto Enferm, Florianópolis., Jul-Set; 15(3): 458-63. 2006.
- MORAES, J.T. et al. A PERCEPÇÃO DA NUTRIZ FRENTE AOS FATORES QUE LEVAM AO DESMAME PRECOCE EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE DIVINÓPOLIS/MG. Artigo de pesquisa. Revista de enfermagem do centro oeste mineiro.
- NELSON, Textbook of Pediatrics, 20th Edition. Kliegman, Behrman, Jenson, Stanton.
- Tratado de Pediatria. Sociedade Brasileira de Pediatria. 3 Edição, 2013
- VICTORA, C.G. et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. Lancet; 387: 475-90. 2016.