



UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO



UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

**VIABILIZANDO ESTRATÉGIAS DE LACTAÇÃO: TREINAMENTO ÀS
GESTANTES COMO FORMA DE CONSCIENTIZAÇÃO**

KAROLLYNE HENRIQUES LOPES VIALI

RIO DE JANEIRO

2016

KAROLLYNE HENRIQUES LOPES VIALI

**VIABILIZANDO ESTRATÉGIAS DE LACTAÇÃO: TREINAMENTO ÀS
GESTANTES COMO FORMA DE CONSCIENTIZAÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso de
Especialização em Saúde da Família pela
Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

Orientador: Prof. PHILIPP ROSA DE OLIVEIRA

RIO DE JANEIRO

2016

RESUMO

A amamentação desempenha um importante papel no processo de desenvolvimento da criança, como também, ocasiona inúmeros benefícios para as lactantes. No entanto, mesmo diante desses benefícios mútuos provocados pela amamentação, assim como outras vantagens de ordem afetiva, psicológica e econômica, em muitos casos, opta-se pela não concretização dessa prática, em virtude de mitos, falácias e julgamentos inconsistentes que criaram certos tabus na sociedade moderna. Sendo assim, elaborou-se este estudo, cujo objetivo é propor um plano de intervenção com o intuito de demonstrar às gestantes, através da aplicação de treinamento como forma de conscientização, os benefícios mútuos da amamentação. Para tanto, o referido projeto apresenta aspectos conceituais e a importância da amamentação; reflete acerca da importância da adoção de estratégias, por parte dos profissionais da saúde e do poder público, haja vista promover a conscientização a respeito da amamentação; e, por fim, propõe uma metodologia para aplicação de treinamento a gestantes, composta por palestras, dinâmicas e manual de orientações. O projeto destina-se a uma Unidade Básica de Saúde (UBS), instituição que realiza serviços de pré-natal e acompanhamento de pós-parto. Com a condução do projeto, adentrando-se a aspectos de cientificidade e a partir do planejamento previamente elaborado, os resultados evidenciam que o projeto é viável, uma vez que demonstrará às lactantes informações e estratégias de conscientização, algo que, nem sempre é possível perceber na realidade cotidiana.

Palavras-chave: Gestação. Leite materno. Amamentação. Lactante.

ABSTRACT

The diet plays an important role in the child development process, but also brings numerous benefits to breastfeeding. However, despite these mutual benefits during breastfeeding, as well as other advantages of emotional, psychological and economic, in many cases, options by not implementing this practice, because of myths, fallacies and inconsistent judgments that created certain taboos in modern society. Therefore, it elaborated this study, which aims to propose an action plan in order to demonstrate to pregnant women through the implementation of training as a form of awareness, mutual benefits of breastfeeding. To this end, this project presents conceptual aspects and the importance of breastfeeding; reflects on the importance of adopting strategies on the part of health professionals and the public authorities, given raise awareness about breastfeeding; and finally proposes a methodology for training the application to a pregnant woman, comprising lectures, dynamic and guidance instructions. The project is aimed at a Basic Health Unit (BHU), institution of pre-natal and post-natal monitoring. With the conduct of the project, is entering to aspects of scientific and from the previously elaborated plan, the results show that the project is viable, since it will demonstrate the breastfeeding information and awareness strategies, something that is not always possible to see in everyday reality.

Keywords: Pregnancy. Breast milk. Breast-feeding. Lactating.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
1.1 JUSTIFICATIVA	6
1.2 PROBLEMATIZAÇÃO	7
1.3 OBJETIVOS	8
1.3.1 Objetivo geral	8
1.3.2 Objetivos específicos.....	8
2 REVISÃO DE LITERATURA	9
2.1 AMAMENTAÇÃO: ASPECTOS CONCEITUAIS E IMPORTÂNCIA	9
2.2 AMAMENTAÇÃO: POLÍTICAS PÚBLICAS E ESTRATÉGIAS QUE VIABILIZEM A CONSCIENTIZAÇÃO	12
3 METODOLOGIA	16
4 PLANO DE INTERVENÇÃO	17
4.1 DEFINIÇÃO DO PROBLEMA.....	17
4.2 SELEÇÃO DE NÓS CRÍTICOS.....	18
4.3 CONSEQUÊNCIAS DO PROBLEMA.....	19
4.4 DESENHO DA OPERAÇÃO	20
4.5 PÚBLICO ALVO	22
4.6 RECURSOS MATERAIS E HUMANOS	22
4.7 RESULTADOS ESPERADOS.....	
4.8 CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO.....	24
4.9 AVALIAÇÃO DO PLANO DE INTERVENÇÃO	25
REFERÊNCIAS	26
APÊNDICE A – MODELO DE CARTILHA INSTRUTIVA PARA LACTANTES	28

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho acadêmico, caracterizado como Projeto de Intervenção, foi desenvolvido com o propósito de cumprir um dos pré-requisitos para titulação no Curso de especialização em Saúde da Família oferecido pela Universidade Aberta do SUS (UNASUS) em parceria com a Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). Refere-se, portanto, ao Trabalho de Conclusão de Curso, cuja temática abordada diz respeito aos benefícios oriundos com a prática da amamentação.

A amamentação tem sido um dos grandes destaques abordados pela comunidade médica, sobretudo nas últimas décadas. No entanto, o assunto é de extrema importância, que essa preocupação não se restringe apenas aos profissionais da saúde, mas se constitui como um problema governamental, o que tem despertado intervenções do poder público no sentido de elaborar ações e políticas voltadas a essa questão.

Sabe-se da importância que o processo de amamentação pode proporcionar ao desenvolvimento saudável de uma criança. Diversas pesquisas versam a respeito da interferência que o aleitamento materno possui no processo de crescimento do ser humano. Trata-se, na verdade, de uma estratégia que mais previne mortes infantis, além de promover a saúde física, mental e psíquica da criança (COSTA et al., 2013).

O leite materno é composto por um conjunto de nutrientes necessários para garantir o crescimento da criança, além de permitir que o organismo torne-se imune, de forma a combater agentes causadores de doenças. Assim, a criança tende a crescer saudável, uma vez que ingere os nutrientes necessários, ou melhor, imprescindíveis para seu desenvolvimento (RODRIGUES; GOMES, 2013).

Nesse sentido, a amamentação deveria constituir-se um ato adotado por todas as mães, principalmente nos seis primeiros meses de vida da criança.

Nesse contexto, este projeto de intervenção apresenta uma proposta que possa promover a consciência sobre o aleitamento, por conseguinte, garantir que a amamentação torne-se uma ação frequente, habitual e consolidada nas sociedades.

1.1 JUSTIFICATIVA

A escolha pelo tema “aleitamento materno” deve-se ao fato da importância atribuída a esse ato, conforme aponta inúmeros estudos publicados na literatura especializada da área, tal como a pesquisa de Toma e Rea (2008), Rodrigues e Gomes (2013), Oliveira et al. (2013), dentre tantos outros.

Tal importância não deve ser considerada apenas pelos benefícios nutritivos oriundos com o consumo do leite materno pela criança. Deve-se, também, segundo Martins e Santana (2013), considerar outros fatores de suma repercussão na saúde e bem-estar da criança.

Nesse âmbito, dissertar acerca do processo de amamentação é algo pertinente para as diversas áreas da saúde, assim como pode contribuir na conscientização das mães a respeito do ato de amamentar, como também, pode provocar discussões acerca de uma participação mais efetiva dos órgãos públicos.

Além dos argumentos expostos nos parágrafos anteriores, os quais justificam a escolha da temática “importância da amamentação”, outro motivo que justifica essa escolha, refere-se ao fato da autora desta pesquisa ter atuado, profissionalmente, no diagnóstico e acompanhamento de gestantes, o que despertou a necessidade de intervenção, no intuito de garantir melhorias nas relações entre mães e filhos recém-nascidos.

1.2 PROBLEMATIZAÇÃO

Embora a ciência tenha comprovado os efeitos que a amamentação tem provocado no crescimento saudável de uma criança, observa-se, sobretudo nos últimos anos, freqüentes práticas de desmames. Essa ocorrência tem demonstrado o quanto a amamentação tem sido fragilizada ao longo dos tempos.

Trindade, Linhares e Araújo (2008) consideram que um dos motivos para que essa fragilização ocorresse diz respeito às tendências do sistema capitalista. Para esses autores, o estímulo ao consumo exacerbado de alimentos artificiais, inclusive na fase neonatal, inserção da mulher no mercado de trabalho, gravidez precoce acompanhada de desinformação sobre esse estado e até, sobre seu próprio corpo, avanço tecnológico e, de um modo geral, alterações no estilo de vida da maior parte das sociedades vigentes, são alguns fatores que contribuíram para uma redução na importância atribuída à prática da amamentação.

Considerando, por um lado, os intensos benefícios provocados pela amamentação e, por outro lado, a diminuição dessa prática, faz-se necessário adotar ações no sentido de estimular essa prática, sendo necessário elaborar políticas públicas que viabilizem estratégias para promoção do aleitamento (REA, 2004).

O ato de amamentar tem grande importância, visto que tem sido recomendado por organizações internacionais, como a Organização das Nações Unidas (ONU), a qual estabelece que as mães devem amamentar seus filhos, pelo menos, até o sexto mês de vida (RODRIGUES; GOMES, 2014).

No entanto, mesmo existindo recomendações e algumas estratégias elaboradas pelos governos em prol de fomentar o incentivo à amamentação, observa-se que muitas das ações advindas dos programas públicos não são implementadas. Cita-se, nesse contexto, a realidade brasileira, em que programas

governamentais bem elaborados e monitorados, assim como políticas públicas consistentes têm se mostrado insuficientes (TOMA; REA, 2008).

Na visão de Toma e Rea (2008), embora seja comprovada a importância da amamentação e, mesmo sendo divulgada na sociedade, principalmente pelos canais de comunicação, muitos países ainda carecem de políticas públicas, as quais sustentam a criação de ações interventivas pelos órgãos da saúde, com o intuito de despertar a conscientização.

Sendo assim, este estudo apóia-se na seguinte problematização: que ações podem ser desenvolvidas, durante o diagnóstico da gravidez, haja vista despertar nessas pacientes a prática do aleitamento?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo geral

- Elaborar um plano de intervenção com o intuito de demonstrar às gestantes os benefícios mútuos da amamentação através da aplicação de treinamento como forma de conscientização.

1.3.2 Objetivos específicos

- Apresentar aspectos conceituais e a importância da amamentação;
- Refletir acerca da importância da adoção de estratégias, por parte dos profissionais da saúde e do poder público, haja vista promover a conscientização a respeito da amamentação;
- Propor uma metodologia para aplicação de treinamento a gestantes, composto por palestras, dinâmicas e manual de orientações.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 AMAMENTAÇÃO: ASPECTOS CONCEITUAIS E IMPORTÂNCIA

Amamentação, também conhecida como aleitamento ou lactação, constitui uma prática realizada por mães, iniciada após o nascimento do filho, cujo objetivo dessa ação é garantir a sustentação do recém-nascido, uma vez que esse ainda não desenvolveu os hábitos e a capacidade de ingerir alimentos extraídos de fontes externas (animais ou vegetais) (REGO, 2008).

Segundo o autor acima citado, amamentar constitui uma prática essencial para que a criança cresça com saúde. Isso se deve, segundo o referido autor, ao fato da riqueza nutricional existente no leite materno, o qual é produzido pelas glândulas mamárias.

Em linhas gerais, o leite materno é considerado o melhor alimento para o bebê, ou seja, o mais capacitado para um bom crescimento e desenvolvimento da criança, mantendo-a longe de infecções e maiores agravos (TRINDADE; LINHARES; ARAÚJO, 2008).

No entendimento de Oliveira et al. (2011), o leite materno possui custo zero e proporciona inúmeros benefícios para a criança, sendo assim, o alimento de melhor custo-benefício para a família em todos os aspectos. Nas palavras desses autores, tem-se que:

A importância do aleitamento materno como melhor e único alimento para crianças menores de seis meses é reconhecida mundialmente. Devido aos seus **benefícios nutricionais, psicológicos, econômicos, imunológicos e fisiológicos**, a amamentação é indicada pela Organização Mundial da Saúde como a atitude mais eficiente para o desenvolvimento adequado de uma criança no primeiro ano de vida (OLIVEIRA et al., 2011, p. 68, grifo nosso).

Portanto, conforme discorrido pelos autores acima citados, vê-se que o leite materno exerce diversas interferências na criança, atuando, não apenas como fonte

de nutrição, mas também acarreta interferência no desenvolvimento psicológico do futuro adulto.

Desse modo, além de possuir inúmeros nutrientes que favorecem o desenvolvimento fisiológico da criança, é importante observar também outras potencialidades atribuídas ao leite materno. Esse alimento intervém na imunidade da criança, protegendo-a de infecções e doenças respiratórias. Além dessas vantagens, também pode-se citar como vantagem, o fato de que a amamentação é considerada como uma técnica simples e de baixo custo financeiro (ICHISATO; SHIMO, 2001).

Além dos benefícios que a amamentação proporciona à criança, considera-se, também, os benefícios que a mulher adquire ao praticar tal ato. Assim, essa prática tende a proteger a mulher contra o câncer mamário e ovariano, auxilia na involução uterina, retarda a volta da fertilidade e aperfeiçoa a mulher em seu papel de mãe, permitindo um maior contato entre mãe e filho, aumentando assim, o vínculo afetivo entre ambos (ICHISATO; SHIMO, 2001).

Conforme disposto na pesquisa de Barbieri et al. (2015), a lactação constitui uma estratégia isolada que mais previne mortes infantis, além de promover a saúde física, mental e psíquica da criança e da mulher que amamenta.

Nesse enfoque, entende-se que a lactação constitui uma prática que possui uma importância dupla, ou seja, acarreta benefícios tanto para o lactente quanto para a lactante (BARBIERI et al., 2015).

Com base na obra de Marques, Cotta e Priori (2011), Barbieri et al. (2011, p. 18) menciona que a amamentação tem ação importante para o lactente, citando como exemplo: “[...] a proteção contra infecções, diarreia, doenças respiratórias, autoimunes, celíaca e de Crohn, linfomas, diabetes mellitus, entre outras [...]”. O leite materno, segundo os autores anteriormente citados, também permite o crescimento

e desenvolvimento saudável da criança, de modo a fortalecer o vínculo afetivo entre mãe e filho. Para Barbieri et al. (2015, p. 18), o leite materno,

[...] além de reduzir o índice de mortalidade infantil [também] gera benefícios não só para as crianças, mas também para a nutriz, uma vez que, esta ação produz benefícios econômicos, diminui a ocorrência de alguns tipos de fraturas ósseas e morte por artrite reumatóide, além de câncer de ovários e mamas.

Melo et al. (2010) descreveram as funcionalidades do leite materno no organismo do recém-nascido e defenderam a necessidade de conscientizar as mães quanto à adesão da prática do aleitamento. Segundo os referidos autores, a sociedade atual está impregnada a tabus e preconceitos que têm impactado negativamente na prática da lactação.

Segundo esses teóricos, não resta dúvida de que, a lactação é uma das práticas mais eficientes de atender os aspectos nutricionais, imunológicos, psicológicos e o desenvolvimento de uma criança em seus primeiros anos de vida. Essas funcionalidades têm comprovações científicas e têm sido estimuladas por parte dos profissionais e instituições de saúde de todo o mundo.

Todavia, mesmo com toda essa gama de aspectos favoráveis, de acordo com a tese de Melo et al. (2015), esses fatores não parecem exercer maior influência sobre a amamentação do que os benefícios e vantagens do leite materno sobre as fórmulas e leites artificiais.

Em face dos problemas que proporcionaram diminuição da prática da lactação, é preciso, *a priori*, elaborar estratégias que viabilizem ações, no sentido de gerar conscientização das lactantes. Para Melo et al. (2015), essas ações envolvem desde aspectos mais amplos, como a construção de políticas públicas sobre essa questão, até aspectos mais simplistas, mas que podem gerar grandes resultados, tais como ações de aconselhamento e treinamento direcionado às futuras mães.

2.2 AMAMENTAÇÃO: POLÍTICAS PÚBLICAS E ESTRATÉGIAS QUE VIABILIZEM A CONSCIENTIZAÇÃO

Encontram-se, na literatura, diversos estudos que dissertam acerca da necessidade de mobilização da sociedade, no sentido de incentivar a prática da lactação, devido aos benefícios promovidos por essa importante prática de sustentação das crianças. Em proporção similar, diversas pesquisas dissertam a respeito da importância e necessidade de se adotar estratégias que despertem a conscientização das mães.

A princípio, segundo o estudo de Giugliani (2000), principalmente no contexto brasileiro, diversos programas definem estratégias para garantir o processo de amamentação. Cita-se como principais programas no âmbito de Brasil, o Programa de Incentivo ao Aleitamento Materno, criado pelo Governo Federal e direcionado a todos os estados e instâncias do país.

De acordo com Giugliani (2000), o Estado exerce fundamental importância na consolidação de políticas públicas que justifiquem a criação de medidas em todas e quaisquer instâncias da sociedade, no sentido de garantir a prática do aleitamento, sendo que, tal prática tende a atingir o sucesso se conseguir, *a priori*, promover a conscientização dos pais e de toda a família.

A conscientização certamente é o caminho mais adequado para se atingir sucesso no que se almeja. Isso porque, a decisão em amamentar representa uma atitude particular da mãe, o que não cabe ao Estado ou qualquer outra instituição, tornar tal ato obrigatório (RODRIGUES; GOMES, 2013).

Porventura, adotando ações que demonstrem à mãe a importância que a amamentação acarreta tanto a seu filho quanto a ela mesma, certamente, a conscientização despertará a mudança de concepção, por conseguinte, ocasionará

a mudança de mentalidade e de comportamento. Dessa forma, a mulher acompanhada adequadamente, promoverá o aleitamento não por obrigação, e sim, por prazer (RODRIGUES; GOMES, 2013).

A realidade tem demonstrado o quanto as mães deixam de adotar a lactação, simplesmente, por acreditar em determinadas especulações criadas pela própria sociedade. Desse modo, embora a amamentação seja um ato natural, observa-se, na atualidade, que esse ato não é instintivo, conforme apontado na pesquisa de Trindade, Linhares e Araújo (2015).

Algumas mulheres conseguem realizá-lo sem maiores problemas, outras, porém precisam ser estimuladas e apoiadas. Estas últimas, muitas vezes apresentam inúmeras dúvidas ou convivem com muitos mitos, o que converte em dificuldades tanto para a mãe quanto para o bebê, necessitando assim, de apoio do companheiro, da família e, dos profissionais de saúde, a fim de obterem êxito em tal tarefa (TRINDADE; LINHARES; ARAÚJO, 2008, p. 124).

Assim, fica evidente que, mesmo sabendo que o leite materno é o alimento ideal para o bebê, sendo, portanto, fundamental para a saúde e o desenvolvimento da criança, devido suas propriedades nutricionais, psicológicas, imunológicas, além de trazer importantes vantagens para as mães, muitas acabam abandonando essa prática por não encontrar apoio no momento em que surge alguma dificuldade (TRINDADE; LINHARES; ARAÚJO, 2008, p. 124).

Os estudos de Giugliani (2000), Melo et al. (2010) e Rodrigues e Gomes (2013) consideram as instituições de saúde e os profissionais que conduzem as práticas de saúde, como principais agentes a estimular a conscientização das mães em adotar o ato da amamentação.

A pesquisa de Barbieri et al. (2015) também demonstra essa necessidade, no entanto, também atribui ao Estado, a responsabilidade no incentivo à lactação, através da elaboração, condução e monitoramento de políticas públicas, leis,

programas e ações que provocam sensibilidade nas gestantes, como em seus familiares.

De acordo com o estudo de Melo et al. (2010), prática não meramente biológica, a amamentação caracteriza-se como um evento de relevância na vida de uma mulher. Ao longo dos anos, o que era uma atividade meramente fisiológica, ganhou destaque dentro da sociedade e hoje órgãos de saúde mobilizam-se em prol da iniciativa do aleitamento materno.

Melo et al. (2015) descrevem a função do profissional da saúde em propor ações de aconselhamento, assim como treinamentos, atividades essas que, normalmente, acontecem atreladas aos períodos da gestação, através do pré-natal.

Considera-se como ideal, a formação de uma equipe multidisciplinar, formada por médicos, enfermeiros, fisioterapeutas e psicólogos. Esses profissionais ao atuarem conjuntamente, promoverão treinamentos junto às pacientes, utilizando diversas metodologias para que se alcance a principal finalidade: aconselhamento que, por sua vez, promoverá conscientização (BUENO; TERUYA, 2004).

Considera-se como principais e simples ações que devem permear o ambiente de treinamento junto às pacientes, as seguintes: comunicação não verbal, mostrando-se interessado através de gestos como balançar a cabeça afirmativamente ou sorrir; prestando atenção; dedicando tempo para ouvir e tocando na mulher de forma apropriada; perguntas abertas, dando mais espaço para a mãe se expressar; empatia, ou seja, mostrar às mães que os seus sentimentos são compreendidos; não uso de palavras que soam como julgamentos, como por exemplo, certo, errado, bem, mal etc. (GIUGLIANI, 2000).

Além das ações supracitadas, Bueno e Teruya (2004) também descrevem como atitudes que devem ser tomadas pelos profissionais da saúde no momento do

treinamento e aconselhamento das gestantes: aceitação dos sentimentos e opiniões das mães, sem, no entanto, precisar concordar ou discordar do que ela pensa; reconhecimento e elogios ao que a mãe está fazendo certo, o que aumenta a confiança dela, encorajando-a a manter práticas saudáveis e facilitando que ela aceite sugestões; poucas informações em cada aconselhamento, as mais importantes para o momento; linguagem simples, acessível ao nível da mãe; sugestões ao invés de ordens; e, por fim, informações sobre todos os procedimentos e condutas (GIUGLIANI, 2000).

Metodologicamente, na condução desses treinamentos, não resta dúvida que se faz necessária a adoção de estratégias metodológicas, contendo recursos necessários para instruir as mães. Assim, conforme defendido no estudo de Monteiro et al. (2015), durante a fase perinatal, o uso de cartilhas instrutivas, assim como folhetos e demais materiais impressos, contendo informação textual e ilustrações, constitui um método de enriquecimento quanto ao aprendizado, encorajamento e conscientização da lactante.

3 METODOLOGIA

Este trabalho caracteriza-se como um projeto de intervenção, cujo objetivo é intervir em um dado problema existente em uma realidade e sugerir estratégias ou propostas de melhoria. Por isso, entende-se que a metodologia que sustentará este estudo é a pesquisa aplicada em campo.

A fim de fundamentar a escolha do tema, qual seja, “importância da lactação”, faz-se necessário adotar, *a priori*, a pesquisa em materiais já publicados que apresentam similaridade com o projeto descrito neste estudo. Portanto, além da pesquisa de campo, outra metodologia adotada foi a pesquisa bibliográfica.

A pesquisa de campo constitui a análise, coleta e interpretação de dados obtidos a partir de um estudo investigativo sobre uma realidade, considerando problemas existentes e que possam ser melhorados a partir da proposta intervencionista. Especificamente, neste estudo, o ambiente de pesquisa foi uma unidade de saúde, em que são ofertados serviços de pré-natal e perinatal.

Já a pesquisa bibliográfica foi efetivada através da consulta a materiais já publicados em diferentes formatos e locais, nos quais apoiamos nossa análise no sentido de formular resultados para conclusões dentro da temática que discutimos.

No âmbito específico deste trabalho, a pesquisa bibliográfica foi conduzida por meio da busca, análise, seleção e interpretação de artigos científicos publicados em revistas eletrônicas da área da saúde, tendo o intento de demonstrar a importância de se realizar as ações interventivas.

4 PLANO DE INTERVENÇÃO

O objeto de análise proposto neste projeto ou plano de intervenção diz respeito à “amamentação”. O objetivo do projeto é demonstrar às gestantes os benefícios mútuos da amamentação através da aplicação de treinamento como forma de conscientização. Por sua vez, o título do projeto é “Viabilizando estratégias de lactação: treinamento às gestantes como forma de conscientização”.

4.1 DEFINIÇÃO DO PROBLEMA

A gênese desse projeto de intervenção está relacionada à experiência profissional da autora, na área obstétrica, atuando em uma clínica e maternidade. Nessa instituição são oferecidas consultas às gestantes, durante todo o período da gestação, assim como consultas nos primeiros meses de vida do bebê.

Atuando nessa instituição durante um período de um ano, percebeu-se a resistência que muitas mães apresentavam em adotar a prática da lactação, sobretudo àquelas mais jovens. Coincidentemente, a instituição atende um grande número de pacientes jovens, a maioria ainda na adolescência.

Os relatos dessas pacientes demonstraram o quanto elas não possuem conhecimento acerca dos reflexos que a lactação desencadeia tanto na paciente quanto na criança. Além disso, percebeu-se a falta de preparo psicológico e de acolhimento familiar que muitas pacientes estão submetidas.

Notou-se a percepção das gestantes acerca dos mitos que perfazem o contexto da amamentação nos dias de hoje. Normalmente, as gestantes mostram-se frustradas, com temor e pudor a respeito da deformação corporal resultante do parto e da amamentação.

Sendo assim, pensou-se em oferecer a essas pacientes algo que elas, certamente, não receberiam da família e da sociedade: o acolhimento e preparação psicológica para vivenciar com entusiasmo e gratidão, o dom da maternidade.

Entende-se que, além da preparação fisiológica, que perfaz todo o período de diagnóstico pré e pós- parto, é preciso que os profissionais da saúde unam esforços e elaborem atividades que desmistifiquem inúmeros tabus existentes na sociedade contemporânea.

Assim, não resta dúvida de que um apoio psicológico, acompanhado de orientações, instruções, enfim, as gestantes precisam ser capacitadas, a fim de tornarem-se cientes dos mitos, das crenças e das verdades que permeiam o contexto da geração e criação de um filho.

Sendo assim, este projeto foi pensado, tendo o propósito de reunir uma equipe multidisciplinar que atue no pré natal, de modo que todas as gestantes recebam treinamento a fim de conhecer a importância da amamentação, refutar os mitos e falácias dessa prática e, por fim, conscientizarem-se de que tal prática é de extrema importância, pois ocasiona benefícios para ambas as partes.

Por meio do treinamento, pretende-se disseminar ações e condutas humanas, de modo que a lactação não seja uma prática forçada ou obrigatória, mais sim, um desejo humanizado e afetivo, oriundo do vínculo entre mãe e filho.

4.2 SELEÇÃO DE NÓS CRÍTICOS

O período da gestação e pós-parto são períodos regidos por inúmeras complexidades. A relação entre mãe e filho deve ser, primeiramente, sustentada por meio do afeto, pois é através desse vínculo que se inicia os primeiros reflexos no comportamento da criança.

Especificamente, no âmbito deste projeto de intervenção, o principal problema detectado no âmbito da gestação e pós-parto diz respeito à prática da amamentação. Portanto, embora havendo outros problemas que requeiram intervenções, tais como a relação afetiva entre mãe e filho, os cuidados fisiológicos com a criança, a questão da alimentação, dentre outros, este plano restringe, tão somente, à questão da lactação.

Pretende-se elaborar atividades em que a mãe possa se capacitar, ampliando seus conhecimentos a respeito dos reflexos da lactação. Por conseguinte, a mãe estará consciente a respeito da importância e necessidade de se adotar a prática da amamentação.

As operações realizadas não constituem processos complexos, que demandarão grandes esforços, recursos financeiros, tempo e pessoal. Ao contrário, são pequenas ações que, se aplicadas com eficiência, poderão gerar resultados satisfatórios, pois o objetivo final do projeto volta-se à conscientização. Assim, através de palestras, testemunhos, oficinas, dinâmicas e instruções, certamente, a mãe será capacitada e conscientizada.

4.3 CONSEQUÊNCIAS DO PROBLEMA

Conforme explicitado nas seções anteriores, a falta de conhecimento ou informações básicas, por parte de muitas gestantes, na unidade estudada, acarreta visões equivocadas a respeito dos reflexos oriundos com a amamentação.

Por isso, esse problema repercute na angústia da gestante em adotar a prática da lactação. Além disso, a falta de amparo, aconselhamento, capacitação e instruções também são ocorrências que impactam a percepção das gestantes,

tornando-as inseguras e duvidosas, o que pode impulsioná-las a realizar essa prática por obrigação.

Oferecendo treinamentos para as gestantes, certamente, despertar-se a conscientização, o que poderá mudar a percepção dessas pacientes, logo, realizarão a prática da lactação por prazer e satisfação, o que favorece o crescimento do vínculo maternal.

4.4 DESENHO DA OPERAÇÃO

Para realização deste projeto de intervenção, faz-se necessário, a princípio, definir a equipe que monitorará todas as atividades a serem realizadas no período de tempo estipulado para este plano. Tal equipe deve ter caráter interdisciplinar, formada por Médico, Pediatra, Enfermeiro, Psicólogo e Fisioterapeuta.

Após definição da equipe, realizar-se-ão diversas reuniões iniciais a fim de esclarecer as dúvidas, dividir as tarefas e estabelecer o cronograma de execução.

Logo em seguida, o projeto será sustentado por quatro fases, as quais constituirão quatro encontros com as pacientes, momento esse em que se configurarão os treinamentos/capacitações.

O primeiro treinamento envolverá todas as pacientes da unidade que se encontram nos cinco primeiros meses de gestação. De modo geral, nesse encontro, ocorrerão palestras sobre maternidade e vínculo afetivo entre mãe e filho. Trata-se, na verdade, de uma estratégia que viabilize às participantes, a importância do afeto que deve sustentar a relação dos pais com sua prole.

O segundo treinamento ocorrerá com essas mesmas gestantes, agora em fase final de gestação, a partir dos seis meses. Nesse momento, além de palestras e oficinas, as gestantes terão a oportunidade de relatar o que estão sentindo, as

mudanças ocorridas na vida e no corpo, a percepção sobre a gestação e as expectativas para a chegada da criança. A palestra central desse encontro será sobre a lactação, em que serão demonstrados os benefícios mútuos da amamentação e a ruptura de mitos e falácias a respeito dessa prática. Será distribuída a todas as mães, uma cartilha impressa, contendo informações textuais e ilustrativas acerca da importância mútua da amamentação e dos valiosos benefícios que esse ato pode desencadear. Essa cartilha será elaborada pela equipe que gerencia o projeto e será confeccionada por uma gráfica editorial. O esboço prévio da cartilha encontra-se no apêndice A.

O terceiro encontro será realizado no primeiro mês de vida da criança. Na ocasião, novamente, serão reforçadas a importância da lactação e a desmistificação de alguns julgamentos. As mães terão a oportunidade de narrar a experiência que estão vivenciando e trocar idéias com os demais participantes. Destaque para apresentação de vídeos com depoimentos de outras mães que mudaram radicalmente suas percepções sobre a importância da lactação.

Por fim, no quarto e último evento, que ocorrerá no terceiro mês de vida da criança, as participantes receberão orientações instrutivas sobre amamentação.

A fim de finalizar o projeto, a equipe aplicará questionários às mães, coletando dados a respeito das contribuições oriundas com a capacitação. Após, a equipe se reunirá para avaliar os resultados obtidos e finalizar o projeto, prestando contas à administração da unidade e propondo outras ações interventivas, a serem realizadas, posteriormente.

4.5 PÚBLICO ALVO

O presente projeto de intervenção será direcionado às pacientes gestantes atendidas na UBS onde o projeto será aplicado. Assim, essas pacientes constituem o público real, ou seja, os principais personagens a participarem, pois as atividades serão feitas para elas.

No entanto, convém mencionar que também haverá público em potencial, ou seja, além das gestantes, outras pessoas poderão participar; pessoas que, direta ou indiretamente estão ligados à vivência da gestante. Portanto, os companheiros das gestantes, suas mães, avós, dentre outros familiares que estejam envolvidos nesse contexto poderão, também, participar.

4.6 RECURSOS MATERIAIS E HUMANOS

Para concretização deste projeto, não resta dúvida de que serão necessários recursos materiais quanto humanos. Assim, no quadro 1 apresentam-se os recursos necessários para cada etapa do projeto:

Quadro 1 – Etapas do projeto com os respectivos recursos necessários

ETAPAS DO PROJETO	RECURSOS MATERIAIS	RECURSOS HUMANOS
Reuniões iniciais	Caderno para anotações	Equipe multidisciplinar do projeto
Primeira fase Treinamento 1	– <ul style="list-style-type: none">• Projetor multimídia;• 1 televisão;• 1 computador• Papel e caneta	<ul style="list-style-type: none">• Palestrante psicólogo;• Palestrante médico;
Segunda fase Treinamento 2	– <ul style="list-style-type: none">• Projetor multimídia;• Papel cartolina para dinâmica;• 1 computador;• Cartilha instrutiva.	<ul style="list-style-type: none">• Palestrante psicólogo;• Palestrante assistente social
Terceira fase Treinamento 3	– <ul style="list-style-type: none">• Projetor multimídia;• 1 televisão;• Brinquedos para	<ul style="list-style-type: none">• Palestrante psicólogo;• Palestrante médico

	dinâmica.	
Quarta fase – Treinamento 4	<ul style="list-style-type: none"> • Projetor multimídia; • Folha A4 e caneta para dinâmica; • Brinquedos para dinâmica; • 	<ul style="list-style-type: none"> • Palestrante psicólogo; • Palestrante médico; • Palestrante pediatra • Palestrante pedagogo
Avaliação do projeto	<ul style="list-style-type: none"> • Caderno para anotações 	Equipe multidisciplinar do projeto
Finalização do projeto	<ul style="list-style-type: none"> • Relatórios do projeto 	Equipe multidisciplinar do projeto com administração da UBS

Fonte: elaborado pela autora (2015).

4.7 RESULTADOS ESPERADOS

A partir da realização do projeto de intervenção, espera-se que o objetivo central do referido estudo seja alcançado, que, em linhas gerais, é: “demonstrar às gestantes os benefícios mútuos da amamentação através da aplicação de treinamento como forma de conscientização”.

Portanto, espera-se, outrossim, o alcance de alguns resultados, tais como:

1 – que as participantes do projeto (as gestantes/mães) possam conscientizar-se dos amplos reflexos e contribuições advindos com a prática da lactação;

2 – que seja desmistificado qualquer mito, falácia ou julgamento prévio que influencie a percepção e a tomada de decisões das mães quanto ao processo de lactação;

3 – que as participantes optem pelo processo de amamentação, não por obrigação ou para fazer a vontade de outrem, mas que essa escolha seja fruto do afeto manifestado entre mãe e filho;

4 – que a cartilha editada e distribuída seja utilizada no cotidiano das participantes, de modo que sirva como um guia instrutivo, em caso de dúvidas;

5 - e que, as informações contidas na cartilha sejam disseminadas para outras mães, de modo que a amamentação retome a sua essência, qual seja, ser uma prática natural e de suma importância.

4.8 CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

O projeto de intervenção será conduzido por quatro fases mais três momentos, sendo o primeiro, o momento de elaboração da proposta e os dois momentos finais dizem respeito à avaliação e apresentação dos resultados, ocasionando a conclusão do projeto.

A seguir, no quadro 2, delinea-se o cronograma do projeto, contendo todas as etapas e seu respectivos prazos para execução:

Quadro 2 – Cronograma de execução do projeto

Etapas do projeto	2016						
	Fevereiro	Março	Abril	Julho	Set.	Nove	Deze
Reuniões iniciais	x	x					
Treinamento 1			x				
Treinamento 2				x			
Treinamento 3					x		
Treinamento 4						x	
Atividades avaliativas							X
Apresentação dos resultados e finalização							X

Fonte: elaborado pela autora (2015).

4.9 AVALIAÇÃO DO PLANO DE INTERVENÇÃO

O projeto será avaliado por meio da coleta de dados a respeito da opinião das pacientes quanto à contribuição dos treinamentos quanto às novas informações que adquiriram. Assim, será elaborado um roteiro contendo perguntas sobre a mudança de percepção ou não da gestante quanto à importância e mitos associados à amamentação.

Outras perguntas também serão feitas, tais como as relacionadas à tomada de decisão quanto à prática da amamentação. Também serão indagadas as opiniões das participantes quanto ao valor que os treinamentos proporcionaram. As respondentes terão a oportunidade de elogiar as atividades, criticar, demonstrar pontos fracos e fortes, assim como sugerir melhorias.

A aplicação desse questionário será realizada no dia do último treinamento (fase 4 do projeto). Com os dados coletados, eles serão tabulados, interpretados e gerarão relatórios, os quais serão apresentados à administração da UBS, com o intuito de demonstrar a viabilidade do projeto, a partir dos resultados satisfatórios alcançados. Com a entrega dos resultados à administração, consolida-se o processo de prestação de contas, por conseguinte, o projeto é finalizado.

REFERÊNCIAS

BARBIERI, Mayara Caroline et al. Aleitamento materno: orientações recebidas no pré-natal, parto e puerpério. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 36, n. 1, p. 17-24, ago. 2015. Disponível em: <www.uesb.br/revista/rsc/v4/v4n2a04.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2015.

BUENO, Lais Graci dos Santos; TERUYA, Keiko Miyasaki. Aconselhamento em amamentação e sua prática. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 5, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n5s0/v80n5s0a03.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2015.

COSTA, Luhana Karoliny Oliveira et al. Importância do aleitamento materno exclusivo: uma revisão sistemática da literatura. **Rev. Ciênc. Saúde**, v. 15, n. 1, p. 39-46, jan./jun. 2013. Disponível em: <www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/rcisaude/article/.../69>. Acesso em: 15 dez. 2015.

CUNHA, Ana Cristina Barros da; SANTOS, Carmelita; GONCALVES, Raquel Menezes. Concepções sobre maternidade, parto e amamentação em grupo de gestantes. **Arq. bras. psicol.**, v. 64, n. 1, p. 139-155, 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arb/v64n1/v64n1a11.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2015.

GIUGLIANI, E. R. J. O aleitamento materno na prática clínica. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 76, supl. 3, p. 238-S252, dez. 2000. Disponível em: <http://www.jpmed.com.br/conteudo/00-76-s238/port.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2015.

ICHISATO, S. M.; SHIMO, A. K. Aleitamento materno e as crenças alimentares. **Rev Latino-Am Enferm.**, v. 9, n. 5, p. 70-76, 2001. Disponível em: <www.revistas.usp.br/rlae/article/download/1603/1648>. Acesso em: 15 dez. 2015.

MARTINS, Maria Zilda Oliveira; SANTANA, Licia Santos. Benefícios da amamentação para saúde materna. **Interfaces Científicas -Saúde e Ambiente**, Aracaju, v. 1, n. 3, p. 87-97, jun. 2013. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/index.php/saude/article/download/763/443>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

MELO, Mônica Cecília Pimentel de. Aleitamento materno e suas particularidades: uma abordagem teórico-prática sobre o tema. **Enciclopédia biosfera**, Goiânia, v. 6, n. 11, 2010. Disponível em: <<http://www.conhecer.org.br/enciclop/2010c/aleitamento.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

MONTEIRO, Amanda França et al. **A enfermagem na educação perinatal**. 2015. Disponível em: <<http://ebooks.pucrs.br/edipucrs/Ebooks/Web/978-85-397-0173-5/Sumario/6.3.3.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

OLIVEIRA, Débora Rocha. Crenças alimentares no aleitamento materno. Um estudo entre gestantes e nutrizas atendidas em uma maternidade pública no município de São Paulo. **Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde**, v.36, n. 2, p. 67-71, Mai./Ago. 2011. Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1983-2451/2011/v36n2/a2196.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

REA, Marina. Os benefícios da amamentação para a saúde da mulher. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 5, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n5s0/v80n5s0a05>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

REGO, José Dias. **Aleitamento materno**: um guia para pais e familiares. São Paulo: Atheneu, 2008.

RODRIGUES, Nathália de Abreu; GOMES, Ana Cecília de Godoy. Aleitamento materno: fatores determinantes do desmame precoce. **Enferm. Rev.**, v. 17, n. 1, jan./abr. 2014. Disponível em: <periodicos.pucminas.br/index.php/enfermagemrevista/article/.../6290>. Acesso em: 15 dez. 2015.

TOMA, Tereza Setsuko; REA, Marina Ferreira. Benefícios da amamentação para a saúde da mulher e da criança: um ensaio sobre as evidências. **Cad. Saúde Pública**, V. 24, N. 2, P. 235-246, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v24s2/09.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

TRINDADE, Ana Luiza de Jesus; LINHARES, Eliane Fonseca; ARAÚJO, Rosália Teixeira. Aleitamento materno: conhecimentos das puérperas a respeito dessa prática. **Rev.Saúde.Com.**, v. 4, n. 2, p. 123-133, 2008. Disponível em: <<http://www.uesb.br/revista/rsc/v4/v4n2a04.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

APÊNDICE A – MODELO DE CARTILHA INSTRUTIVA PARA LACTANTES

Você sabia da importância da amamentação? Ela proporciona vantagens para toda a família

Aumenta os laços afetivos.

Os olhos nos olhos e o contato contínuo entre mãe e filho fortalecem os laços afetivos, e o envolvimento do pai e familiares favorece o prolongamento da amamentação.

Quando o bebê suga adequadamente, a mãe produz dois tipos de substância: Prolactina, que faz os peitos produzirem o leite, e Ocitocina, que libera o leite e faz o útero se contrair, diminuindo o sangramento.

É um método natural de planejamento familiar.

Até o sexto mês, dar somente o peito.

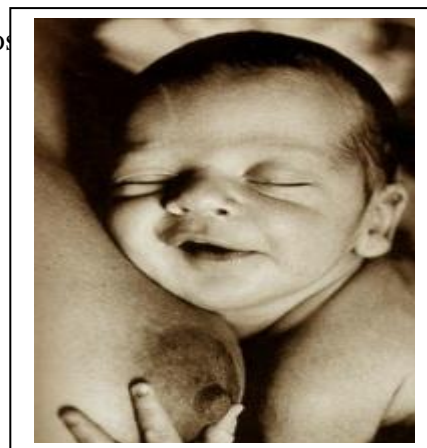
O bebê deve mamar sempre que quiser, inclusive durante a madrugada. Isto diminui a chance de nova gravidez se a mãe ainda não menstruou. Desta maneira, o seu corpo continua produzindo quantidade suficiente de hormônios que ajudam a evitar filhos.

Diminui o risco de câncer de mama e ovários.

Estudos em populações demonstraram que quanto mais a mulher amamenta, menor o risco de câncer de mama e ovários quanto maior for o tempo de amamentação.

É econômico e prático. Evita gastos com leite, mamadeiras, bicos, materiais de limpeza, gás, água etc.

Está sempre pronto, na temperatura ideal. Não exige preparo.



O leite materno possui todos os nutrientes necessários ao desenvolvimento do seu filho

Alimento completo.

Proteção contra infecções e alergias.

Sempre pronto e na temperatura certa.

Amor e carinho.

Bom para a dentição e a fala.

Bom para o desenvolvimento infantil.

