



XXVII ENFERMAIO

Enfermagem e
Bem viver: os caminhos para a
saúde da população em territórios
fragmentados

Realização:



Apoio:



AGOSTO DOURADO, CAMPANHA DE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE ALEITAMENTO MATERNO: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Samantha Alves França Costa¹

Caterine Helen Coutinho de Souza²

Alana Bezerra Lima³

Yasmim de Sousa Barroso⁴

Igor Cordeiro Mendes⁵

TRABALHO PARA PRÊMIO: GRADUAÇÃO –EIXO 4: ENFERMAGEM EM SAÚDE DA MULHER E
SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE

RESUMO

Introdução: O aleitamento materno é um alimento rico em proteínas e carboidratos que contribui para a nutrição efetiva da criança. Apesar dos benefícios, no Brasil, vê-se que a prática de aleitamento exclusivo ainda não atinge os níveis esperados pela OMS. Sabendo disso, existe a necessidade de investir em ações que mudem este cenário, por isso, o relato objetivou descrever uma ação educativa em saúde sobre o agosto dourado desenvolvida por acadêmicas de Enfermagem. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por membros da Liga Acadêmica de Enfermagem em Saúde da Mulher e Obstetrícia. Sendo realizado em etapas; planejamento e elaboração e realização de dinâmica de mitos e verdades. **Resultados e Discussão:** Durante a ação realizada da dinâmica na UAPS José Walter, 06 mulheres participaram desse momento, colocando em grupo seus anseios e maiores dúvidas com relação ao AME, possibilitando a observação da evolução de conhecimento e segurança dessas mulheres, ao final deste momento. **Conclusão:** Assim, esse momento se demonstrou efetivo, no auxílio às gestantes e puérperas que participaram desta dinâmica, tanto em conhecimento, como em prática adequada do que lhes foi demonstrado.

Palavras-chave: Saúde da Mulher ; Relato de Experiência; Educação em Saúde.

INTRODUÇÃO

O aleitamento materno exclusivo (AME) é considerado um alimento padrão ouro para o recém-nascido, ele é rico em proteínas e carboidratos que contribuem para a nutrição efetiva

1. Graduanda de Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará.

2. Graduanda de Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará.

3. Graduanda de Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará.

4. Graduanda de Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará.

5. Enfermeiro pela Universidade Federal do Ceará (UFC) e professor da Universidade Estadual do Ceará

E-mail do autor:samantha.alves@aluno.uece.br

da criança, sem a necessidade de complementação. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a introdução do AME nos primeiros seis meses de vida do bebê e de forma complementar, com água, com chás e com frutas após este período até os dois anos ou mais (Santos *et al.*, 2023).

O leite materno tem benefícios primordiais para o crescimento e desenvolvimento da criança, uma vez que é responsável pelo ganho de peso, estatura, desenvolvimento dos sistemas cognitivos, psicomotores, além de atuar na redução de processos alergênicos, tanto respiratórios, como gastrointestinais. Ou seja, o aleitamento materno é um mecanismo fisiológico da redução da mortalidade infantil (Vicente *et al.*, 2024).

Este alimento é considerado o primeiro anticorpo natural que o recém-nascido recebe ao nascer, por ter uma composição anti-inflamatória, imunológica e antimicrobiana. Além disso, não há necessidade de complementação, pois o leite materno contém um hormônio conhecido como leptina, no qual tem a capacidade de regular a fome e saciedade, fazendo com que o bebê se sinta plenamente saciado (Vicente *et al.*, 2024).

Além disso, o aleitamento materno também traz benefícios às mulheres, uma vez que é considerado um fator de proteção contra o câncer de mama (o risco de aparecimento do câncer é 22% menor, comparado às mulheres que não amamentaram) e a prevenção contra o câncer de ovário (reduzindo 2% da chance de aquisição do câncer a cada ano de aleitamento materno) (Brasil, 2023).

O leite materno também auxilia na construção dos laços afetivos entre mãe e filho. Após o parto, o recém-nascido a termo fica os primeiros 60 minutos juntamente com a sua mãe, chamado hora de ouro, fazendo com que o contato pele a pele e a amamentação liberem hormônios, como a ocitocina, produzindo a sensação de prazer e afeto, consequente o bem-estar para a mãe e para o bebê (Silva *et al.*, 2023).

Contudo, apesar dos benefícios a curto, médio e longo prazo, estudos apontam que em países subdesenvolvidos apenas 37% das crianças menores de seis meses são amamentadas exclusivamente. No Brasil, o Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI) aponta que houve uma prevalência de apenas 45,6% de AME em menores de seis meses no país. Diante dessa questão, estabeleceram-se metas para o ano de 2025, objetivando o aumento da prevalência anterior para 50% ou mais (Souza *et al.*, 2023).

Estudos apontam que a manutenção da prática do amamentar é interferida por diversos fatores, dentre eles a baixa escolaridade materna, a introdução precoce da chupeta, retorno ao trabalho, percepção materna de leite fraco, representando empecilhos para um aleitamento materno exclusivo de qualidade. Seguindo essa linha de raciocínio, foi considerado um fator

de proteção para o AME mães com nível educacional mais elevado, uma vez que essas mulheres podem ter maior oportunidade de acesso às informações sobre as vantagens do leite materno para mãe e para o bebê, comparando-as com as que têm um nível educacional reduzido (Tavares *et al.*, 2020).

A prática do aleitamento materno misto antes dos seis meses de vida do bebê é típico de ambientes do meio rural que carecem de informações de saúde pela dificuldade do acesso, essas mulheres, além da baixa escolaridade ainda apresentam percepções repassadas culturalmente, como o entendimento equivocado a respeito da produção de leite, atribuindo como um “leite fraco” ou insuficiente (Amaral *et al.*, 2021). Contudo, sabe-se que a produção do leite é estimulada pela quantidade de mamadas que a criança recebe, aprendendo o movimento correto da pega (Brasil, 2021).

Entender essas informações é se empoderar do próprio cuidado, proporcionando o bem-estar, tanto para o bebê quanto para a mãe. Estudos apontam que as mulheres no pré-natal apresentam muitas dúvidas e inseguranças quando se trata da prática do amamentar e com a informação necessária tendem a obter sucesso durante a amamentação (Barros *et al.*, 2021). Sabendo disso, surge a seguinte indagação: Quais são os conhecimentos das gestantes/puérperas acerca do aleitamento materno?

Por isso, há a necessidade de explorar a temática do aleitamento materno. Neste caso, é importante ressaltar as campanhas de agosto dourado, no qual os profissionais da saúde, como enfermeiros, realizam ações de educação em saúde, evidenciando os benefícios do AME e sanando dúvidas a respeito da temática, como os mitos que circundam a prática do amamentar. Diante dessa perspectiva, o relato objetivou descrever uma ação educativa em saúde sobre o agosto dourado desenvolvida por acadêmicas de Enfermagem.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por quatro integrantes da Liga Acadêmica de Enfermagem em Saúde da Mulher e Obstetrícia (LAESMO) da Universidade Estadual do Ceará (UECE) em agosto de 2023. A experiência aconteceu após o convite feito à LAESMO por um enfermeiro do Posto de Saúde José Walter e envolveu seis mulheres adultas que haviam comparecido à unidade de saúde para consultas.

Após o aceite do convite, a intervenção foi planejada por 4 graduandas e dividida em dois momentos: o primeiro sendo um jogo de mitos e verdades, em que as frases foram criadas pelas alunas e colocadas dentro de uma caixa para ser passada na mão das participantes para cada uma retirar uma frase e responder se achava que era um mito ou verdade. O segundo momento foi a demonstração das formas corretas de realizar a

amamentação em que uma das ligantes demonstrou com auxílio de uma boneca formas diferentes de amamentar. No dia da ação, o espaço físico em que aconteceu, foi organizado em um círculo para que a comunicação fosse efetiva e que todas participantes pudessem compreender o que estava sendo falado e mostrado, como também para tirarem suas dúvidas ao decorrer dos momentos. Desse modo, foi possível a participação dessas mulheres de forma ativa e também a realização da educação em saúde através dessa ação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação extensionista promovida pelas graduandas de enfermagem em parceria com o Posto de Saúde José Walter, contou com a participação de seis pacientes mulheres, destas, cinco estavam grávidas e uma no puerpério acompanhada de seu recém nascido. Ambas estavam no aguardo para realização do pré-natal na instituição de saúde.

A utilização de dinâmicas como um meio estratégico para atividades em educação em saúde favorece o raciocínio lógico e a compreensão dos assuntos que não são muito trabalhados socialmente (Fernandes *et al.*, 2021). Com o intuito de promover uma ação educacional efetiva e que o aprendizado do público fosse adquirido, as ligantes optaram por realizar o jogo “Mitos e Verdades”, no qual foram selecionados, em reunião antecipadamente, os mitos que assombram a temática.

No primeiro momento, ocorreu a apresentação das pacientes e das ligantes, com o intuito de conhecer mais a história de cada mulher e como elas estão vivendo o ciclo gravídico puerperal. Após isso, foi feito um círculo e uma caixa ia sendo passada de mão em mão enquanto uma trilha sonora tocava, no momento em que o som era pausado a mãe que estivesse com a caixa puxava uma ficha e lia o seu conteúdo. Durante a dinâmica vários assuntos foram debatidos, como é mostrado no Quadro 1.

Quadro 1. Perguntas contidas nas fichas. Fortaleza, CE, Brasil, 2024.

Perguntas
<ul style="list-style-type: none">- O tempo máximo de tempo que o leite materno pode ficar no congelador é 7 dias?- Só há uma posição certa para a amamentação ser eficaz?- Se tiver algum ferimento no mamilo posso passar o próprio leite para melhorar?- Qual a pega correta do bebe no seio?- Além do leite materno devemos dar água quando o bebê sente sede?- Se os dentes do bebê estiverem nascendo, posso dar leite congelado para diminuir a dor?- Se o bebê estiver gripado posso dar chá junto com o leite materno?- O aleitamento materno pode causar obesidade no bebê ?- Mãe de gêmeos só pode amamentar um filho por vez?- Não tenho chance de engravidar se estiver amamentando?

- Quando sinto cólica nos primeiros dias de amamentação isso quer dizer que algo está errado ?
- O bebê só precisa mamar seis vezes ao dia?
- Não posso armazenar o leite se a mama estiver cheia?
- Só posso armazenar o leite materno no congelador ?
- A forma certa de descongelar o leite é em banho Maria?
- O leite materno pode ser armazenado até 24 horas na geladeira ?
- O leite materno diminui o risco de alergias ?
- A forma certa de descongelar o leite é no micro-ondas?
- Existe candidíase no mamilo ?

Fonte: Criado pelos autores

Posteriormente, que as mulheres retiravam as frases de dentro da caixa, uma ligante lia a frase em voz alta com o intuito que todas as pessoas presentes na sala escutassem o conteúdo e perguntava se elas achavam que a frase era mito ou verdade, era feito o momento de explicação sobre aquela afirmativa e isso possibilitou que as mulheres falassem suas dúvidas em relação a temática, dessa forma, as graduandas explicavam o que era perguntado por elas até a participante compreender.

Após a dinâmica, foi observado que dentre os vários tópicos, alguns se destacaram no quesito de dúvidas. A principal dúvida que foi revelada pelas mães foi a maneira correta de armazenar o leite materno. Dessa forma, as ligantes, juntamente com a enfermeira obstétrica, falaram os passos para coletar o leite materno e seus armazenamento, como por exemplo que antes de realizar a ordenha a mulher deve fazer o devido preparo do recipiente e saber qual tipo que pode ser usado para armazenar e a forma adequada de armazenamento, além do tempo de duração, para evitar a contaminação e a perda das propriedades. Em relação a duração do leite ordenhado, foi repassado ao público que o armazenado na geladeira é no máximo 12 horas, no congelador pode se estender por 15 dias, em temperatura ambiente deve ser ofertado em até 2 horas (Santos *et al.*, 2023).

Além disso, o público demonstrou a falta de conhecimento sobre as posições para amamentação, dito isso, as graduandas de enfermagem demonstraram para as participantes, de maneira dinâmica e com o uso de um boneco e mamas de crochê, como é realizada a pega correta e as maneiras diversas que temos para amamentar.

Sendo algumas delas a posição tradicional, com a mulher sentada e seu bebê junto ao corpo virado para o tórax da mãe, bem apoiado pelo braço do mesmo lado da mama que está sendo oferecida. A Posição de cavalinho, você sentada, com o bebê apoiado ao seu corpo de forma vertical e sentado nas coxas da Mãe. (Rouberte *et al.*, 2023) e a posição deitada, que o bebê é colocado deitado de lado, com a cabeça apoiada no antebraço ou travesseiro. (Peviani

et al., 2023). Esses passos foram adotados com o intuito de promover um maior bem estar para as mulheres, visto que utilizar sempre a mesma posição para amamentar pode gerar uma fadiga muscular. Ademais, com a pega correta a mãe não sofrerá com fissuras maxilares. Proporcionando assim, uma melhor qualidade de vida.

Sendo assim, notou-se que a educação em saúde realizada na instituição de saúde possibilitou a conscientização e desmistificação da temática por meio da interação entre as universitárias e mulheres presentes, impactando positivamente na ampliação dos conhecimentos sobre a amamentação.

CONCLUSÃO

A implementação da dinâmica de mitos e verdades, durante a espera para consulta de pré-natal e puerpério; expôs a necessidade da atuação da enfermagem, dentro das UAPS, no desenvolvimento de dinâmicas que proporcionem um ambiente de troca e confiança entre profissionais e pacientes.

A ação levou em consideração a individualidade de cada mulher; proporcionando, em primeiro momento, uma escuta ativa do que elas compreendiam a respeito da temática e quais eram suas experiências. Assim, as alunas perceberam a necessidade de cada paciente e utilizaram uma linguagem apropriada para o momento de troca; como exemplificado na demonstração de posições favoráveis no ato de amamentação.

Além disso, a experiência relatada demonstrou-se de grande eficiência na instrução diversificada das mulheres que participaram deste momento; aproximando as acadêmicas de enfermagem da realidade da profissão, engrandecendo seus conhecimentos e auxiliando no desenvolvimento de postura/conduta profissional.

REFERÊNCIAS

AMARAL, D.S; CHAVES, A.F.L; LIMA, A.C.M.A.C.C; et al., Conhecimento das gestantes residentes em comunidades rurais sobre o aleitamento materno. **Enferm Foco**, v. 12(6) p. 1125-1131, 2021. Acesso em: 19 de março de 2024.

BARROS, K.R.S; ANDRADE, P.S.P; SANTOS, J.P; et al., Perfil epidemiológico e conhecimento de gestantes sobre aleitamento materno em um município do nordeste brasileiro. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama**, v. 25, n. 1, p. 11-17, 2021. Acesso em: 19 de março de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Mulheres que amamentam têm menor risco de desenvolver câncer de mama. **Ministério da Saúde**, 2023. Acesso em: 19 de março de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. **Ministério da Saúde**, p. 1-80, 2021. Acesso em: 19 de março de 2024.

DOS SANTOS, Bruna Ribeiro Rodrigues; DOS SANTOS, Murillo Araujo; RODRIGUES, Caroline Rego. ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO ATÉ O SEXTO MÊS DE VIDA: O PAPEL DO ENFERMEIRO. *Vita et Sanitas*, v. 18, n. 1, p. 73-103, 2024.

FERNANDES, C.J.S.C. À gamificação como estratégia para iniciativas de educação em saúde sexual e reprodutiva voltadas para a juventude: apresentação de um jogo virtual sobre infecções sexualmente transmissíveis. *Revista de Ensino de Biologia da SBEnBio*, v. 14, n. 1, 2021.

PEVIANI, Sabrina. Amamentar sem dor. 2023.

ROUBERTE, Emilia Soares Chaves et al. Atividade educativa on-line sobre aleitamento materno para conhecimento de agentes comunitários de saúde: Estudo quase-experimental. *REME-Revista Mineira de Enfermagem*, v. 27, 2023.

SANTOS, B.O.M.F; SILVA, M. D. B; DIAS, B.A.S et al., Dificuldades com amamentação e sua relação com a prática alimentar na alta hospitalar. **Rev enferm UERJ**, p. 01-08, 2023. Acesso em: 19 de março de 2024.

SILVA, D.P. O contacto precoce pele a pele e a amamentação: Perspetiva das mães. **Escola Superior de Enfermagem de Coimbra**, p. 1-150, 2023. Acesso em: 19 de março de 2024.

SOUZA, K; MOREIRA, A.P.A; OLIVEIRA, F.S; et al., As dificuldades de amamentação de recém-nascidos: análise quanto à via de parto. **Rev. Cient. Esc. Estadual Saúde Pública Goiás “Cândido Santiago”**, v.9, p. 1-23, 2023. Acesso em: 19 de março de 2024.

TAVARES, A.M.C; SILVA, F.R; CALLOU, M.A.M; et al., Fatores que interferem na duração do aleitamento materno de crianças na região metropolitana do Cariri cearense. **Demetra**, p. 1-12, 2020. Acesso em: 19 de março de 2024.

VICENTE, K.B.F; MEZZARI, M.E.R; CANAVER, L; et al., Relação entre desmame precoce e alergias alimentares. **REVISA**, v. 13, p. 45-59, 2024. Acesso em: 19 de março de 2024.