

## CAPÍTULO 35

DOI: <https://doi.org/10.58871/conbrasca.v4.35>

### **ORIENTAÇÕES SOBRE O ALEITAMENTO MATERNO: RELATO DE EXPERIÊNCIA NA ATENÇÃO BÁSICA**

#### **GUIDELINES ON BREASTFEEDING: EXPERIENCE REPORT IN PRYMARY CARE**

**DAVID ADLEY MACÊDO DE HOLANDA**

Graduando em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

**ANDREZA KELLY DE ASSIS ALEXANDRE**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

**JUSSARA SCANFERLA DANTAS**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG

**VITÓRIA YARA BRAGA DA SILVA**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG

**JAINÉ SOUTO DA SILVA**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

**SABRINNA ARRUDA BRAGA RAMALHO**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG

**TAYNARA SOUSA RODRIGUES**

Fisioterapeuta pelo Centro Universitário Santa Maria – UNIFSM

**ALANA CÂNDIDO PAULO**

Doutoranda em Odontopediatria pela Universidade de São Paulo- USP

**ILUSKA PINTO DA COSTA**

Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais e Docente da  
Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

**ALANA KELLY MAIA MACEDO NOBRE DE LIMA**

Doutora em Ciências Odontológicas pela Faculdade de Odontologia São Leopoldo Mandic e  
Docente da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

#### **RESUMO**

**Objetivo:** Descrever ações realizadas na atenção básica voltadas para a temática do Agosto Dourado. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS). Foram realizadas rodas de conversas informais, entre a comunidade, estudantes do curso de graduação em Enfermagem e a equipe da UBS. Os temas

abordados incluíram: mitos e verdades sobre a amamentação, vantagens e importância do aleitamento materno, anatomia e fisiologia da lactação, pega e posição, introdução de líquidos precoces, riscos do uso de mamadeiras, bicos e chupetas, a frequência de mamadas, o vínculo entre mãe e bebê durante o aleitamento, fissura mamilar, ingurgitamento mamário, ordenha manual, armazenamento de leite e como proceder o enrijecimento mamário pelo acúmulo de leite. **Resultados e discussões:** Durante a elaboração das ações foi perceptível a importância da educação em saúde, uma vez que surgiram muitas dúvidas a respeito da amamentação, existindo também muitos mitos que desfavorecem a prática de amamentar. Todas essas questões foram discutidas, mostrando que os tabus sobre amamentação estavam diretamente relacionados com a falta de informação do público. Ressalta-se sempre os benefícios desse processo, que favorecem tanto o desenvolvimento saudável da criança, como da própria mãe. **Conclusão:** Observou-se que as ações realizadas durante o mês de agosto sobre a temática da amamentação contribuíram de forma positiva para o conhecimento da população. Nesse sentido, a campanha Agosto Dourado apresenta um impacto significativo para a promoção da saúde, ressaltando a importância de frequentes ações sobre essa temática no contexto da atenção básica.

Palavras chaves: aleitamento materno; amamentação; promoção de saúde.

## ABSTRACT

**Objective:** To describe actions carried out in primary care focused on the theme of Golden August. **Methodology:** This is a descriptive study, of an experience report type, in a Basic Health Unit (UBS). Informal conversations were held between the community, undergraduate Nursing students and the UBS team. The topics covered included: myths and truths about breastfeeding, advantages and importance of breastfeeding, anatomy and physiology of lactation, latch and position, introduction of early liquids, risks of using bottles, nipples and pacifiers, frequency of feedings, the bond between mother and baby during breastfeeding, nipple fissure, breast engorgement, manual expression, milk storage and how to treat breast hardening due to the accumulation of milk. **Results and discussions:** During the development of the actions, the importance of health education was noticeable, as many doubts arose regarding breastfeeding, and there were also many myths that disfavor the practice of breastfeeding. All these issues were discussed, showing that taboos about breastfeeding were directly related to the lack of public information. The benefits of this process are always highlighted, which favor both the healthy development of the child and the mother herself. **Conclusion:** It was observed that the actions carried out during the month of August on the topic of breastfeeding contributed positively to the population's knowledge. In this sense, the Golden August campaign has a significant impact on health promotion, highlighting the importance of frequent actions on this topic in the context of primary care.

Key words: breastfeeding; breast-feeding; health promotion.

## 1 INTRODUÇÃO

Amamentar não é um ato simples; é uma ação complexa que envolve questões sociais, biológicas, psicológicas e culturais. Sendo imprescindível iniciar o processo de orientação

durante o pré-natal, ressaltando a importância da amamentação e seus benefícios, uma vez que o leite materno é capaz de nutrir o recém-nascido perfeitamente, promovendo hidratação, transmitindo anticorpos e também auxiliando a desenvolver vínculos de afeto entre o bebê e a mãe, firmando ainda mais esse binômio (Carvalho et al., 2022).

De acordo com Silva et al (2018), é indubitável afirmar que por mais surpreendentes que sejam os avanços nas tecnologias de produção, processamento, conservação e preparo de alimentos, o leite materno continua sendo o alimento mais recomendado e de primeira escolha para crianças nos primeiros meses e anos de vida, sendo consenso internacional a inexistência de um substituto ideal para o Aleitamento Materno (AM), assim é afirmado que a amamentação é uma prática que traz benefícios tanto para mãe quanto para o filho. A amamentação apresenta benefícios tão reconhecidos, que a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda o Aleitamento Materno Exclusivo (AME) até os seis primeiros meses de vida e a continuidade da amamentação até os dois anos de idade ou mais, complementada por outras fontes nutricionais, pois o bebê após os seis meses, pode e deve ingerir outros alimentos. Segundo a OMS, a amamentação traz inúmeros benefícios à saúde do bebê e da mãe que incluem, prevenção de câncer de mama e da depressão, já que existe uma maior produção de dopamina e gera a sensação de conforto e felicidade (WHO, 2008).

Portanto o leite materno é a melhor fonte de nutrientes, vitaminas, anticorpos e água para o bebê, sendo responsável por promover crescimento e desenvolvimento do mesmo, entretanto são vastas as dificuldades que cercam a prática do AM e ainda mais do AME, pois diversos fatores contribuem para a baixa prevalência dessa prática, como a baixa escolaridade materna, o trabalho fora de casa, a falta de orientação no pré-natal, condutas hospitalares e suporte pós-parto inadequados, e mesmo assim ainda há a comercialização de fórmulas infantis e de produtos que competem com o AM afetando de forma negativa a amamentação e contribuindo com inúmeras mistificações de uma ação biologicamente natural (Rodrigues et al., 2021).

Sob este aspecto, Silva et al (2018) afirmam que existem inúmeros fatores que podem ter diferentes efeitos na prática do AM, como a cultura da população, a organização social e política, as condições econômicas e ambientais, entre outros, logo os países mais ricos têm uma duração mais curta do AME, pois o nível de rendimento está frequentemente associado a um maior nível de escolaridade materna, e as mães que possuem ocupação formal ou informal precisam contribuir para o orçamento familiar, dificultando e até mesmo interrompendo o AM.

Com a necessidade de defender e proteger o AM e o AME, como também as mães e bebês, em 1991, a OMS lançou O *Código Internacional de Comercialização de Substitutos do*

*Leite Materno*, isso foi um marco na história da amamentação. Através desse código pode-se defender e estabelecer normas a serem zeladas para a defesa e promoção da amamentação, posteriormente foram criadas políticas globais que fizeram com que os países seguissem normas e condutas para essa mesma proteção e promoção (WHO, 2001).

A preocupação com essa prática é tanta, que no Brasil o Ministério da Saúde definiu o mês de Agosto como mês do Aleitamento Materno instituído pela Lei nº 13.435/2017 determinando que, no decorrer deste mês, sejam intensificadas ações intersetoriais de conscientização e esclarecimento sobre a importância do aleitamento materno, assim são realizadas palestra, eventos, divulgação nas diversas mídias, reuniões com a comunidade e ações de divulgação em espaços públicos para empoderar tal prática. Esse movimento social ficou intitulado como Agosto Dourado, por simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação e a cor dourada está relacionada ao padrão ouro de qualidade do leite materno (Brasil, 2023).

Assim, por ter seus efeitos benéficos atestados e por contribuir de maneira significativa para a saúde materno-infantil, a amamentação é apoiada por quase todos os serviços de saúde, e se faz necessário à mobilização destes, para contribuir com essa temática. Portanto, o objetivo deste estudo é descrever ações realizadas na atenção básica voltada para a temática do Agosto Dourado e a amamentação; despertar o interesse de acadêmicos, profissionais e comunidade para a prática do aleitamento materno.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, de caráter narrativo e reflexivo, do tipo relato de experiência, vivenciado durante o estágio curricular I do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande. A experiência ocorreu na UBS Francisco Alves, também conhecida como Mutirão I, no município de Cajazeiras – PB. A unidade dispõe de uma equipe de profissionais que desenvolve um cuidado humanizado e holístico. A comunidade participa ativamente das ações desenvolvidas que em sua maioria ocorrem no ambiente interno da unidade, onde fica localizado um grande pátio em meio a árvores e plantas.

Inicialmente os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) convidaram gestantes, puérperas, parceiros ou acompanhantes. As ações foram organizadas no pátio da unidade, durante quatro encontros no mês de agosto de 2023. Foram formadas rodas de conversas informais, entre a comunidade, estudantes do curso de graduação em Enfermagem e a equipe da UBS. Sendo abordados temas sobre: mitos e verdades sobre a amamentação, vantagens e importância do aleitamento materno, anatomia e fisiologia da lactação, pega e posição,

introdução de líquidos precoces, riscos do uso de mamadeiras, bicos e chupetas, a frequência de mamadas, o vínculo entre mãe e bebê durante o AM, fissura mamilar, ingurgitamento mamário, pouco leite, ordenha manual, armazenamento de leite e como proceder com leite empedrado. Houve intensa participação da comunidade, com troca de saberes, e realização de vários esclarecimentos.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a elaboração das ações foi perceptível a importância da promoção de educação em saúde, uma vez que surgiram muitas dúvidas a respeito da amamentação, existindo também muitos mitos que desfavorecem a prática de amamentar. Todas essas questões foram discutidas e conversadas, mostrando que tais tabus estavam diretamente relacionados com a falta de informação do público, ressaltando sempre os benéficos desse processo, que favorecem tanto o desenvolvimento saudável da criança, como da própria mãe (Carvalho et al., 2022).

Foi destacado que o leite materno serve como uma vacina para o bebê, transmitindo anticorpos e ajudando na prevenção contra infecções gastrointestinais, respiratórias, urinárias e alergias, Dias; Boery e Vilela (2016) consideram essas vantagens notáveis, e trazem em seu estudo outro ponto de relevância que gera um impacto social resultante do aleitamento materno, pois as crianças que recebem leite materno tendem a adoecer menos, demandando menor atendimento médico, hospitalizações e administração de medicamentos. Os autores ainda afirmam que isso, por sua vez, conduz a uma diminuição do absenteísmo dos pais no ambiente de trabalho.

No que diz respeito às mulheres, os benefícios da amamentação residem na contribuição para o processo de involução uterina, com a conseqüente redução da perda sanguínea e a minimização da probabilidade de desenvolver câncer de mama e ovários (INCA, 2023). Em relação ao câncer de mama, se deve ao controle das taxas hormonais, especialmente o estrogênio, que, durante o período de aleitamento materno, permanece em níveis mais baixos, diminuindo as condições favoráveis ao desenvolvimento desse tipo de câncer (Brasil, 2023). Além desse aspecto, alguns processos que ocorrem durante a amamentação contribuem para a eliminação e renovação celular, reduzindo as chances de lesões celulares, conhecidas como células neoplásicas, e, por conseguinte, mitigando o risco de desenvolvimento do câncer de mama (INCA, 2023).

Foi exposto também, que mulheres com histórico familiar de câncer de mama, a prática da amamentação assume um papel protetor. Estudos indicam que mães que amamentam por um

ano apresentam uma redução de 4,3% nas chances de desenvolver tumores nas mamas, contribuindo assim para a diminuição da probabilidade de câncer. Esses dados fornecem evidências sólidas do impacto positivo da amamentação na prevenção dessa condição de saúde (Brasil, 2023).

Conforme seguia a discussão se tornou propício enfatizar que não existe leite fraco, diferente do que muitas mulheres acreditam, visto que o leite materno é o alimento padrão ouro que supre todas as necessidades dos bebês e está disponível de maneira gratuita, e bebês amamentados exclusivamente apresentam crescimento diferenciado quando comparados aos alimentados com fórmula, isso acontece por que quando se analisa as referências determinadas pela OMS o peso médio dos bebês amamentados exclusivamente é superior ao dos bebês alimentados predominantemente com fórmula (Giugliani, 2019).

A discussão voltou-se para dúvidas a respeito da alimentação durante o período de amamentação, então foi informado ser importante a mulher manter uma dieta rica em nutrientes essenciais presentes no leite humano, tais como carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas e minerais, sendo imprescindível também reforçar os cuidados com a hidratação, uma vez que a parte líquida do leite é resultante da hidratação da mãe, e dada a demanda aumentada de água no organismo durante a amamentação, é possível que a mulher experimente maior sensação de fome e sede (Brasil, 2018). Assim, é importante que ela se mantenha hidratada, uma vez que a desidratação pode ser mais prevalente durante esse período. Portanto, a atenção especial à dieta e à hidratação é essencial para garantir tanto o bem-estar materno quanto a produção adequada de leite para o bebê (Brasil, 2022).

Foi ressaltado que a amamentação além de contribuir de maneira direta para a formação de vínculos entre mãe e filho, promove também a formação mais fixa desse binômio, o que repercute de forma positiva no futuro, contribuindo para existência de uma relação mais afetuosa e de fácil convívio entre a mãe e o filho, este, por sua vez acaba tendo um melhor desenvolvimento dos músculos orofaciais, abdominais e dos movimento peristálticos devido a sucção, logo, os bebês que não têm acesso a mama em sua maioria apresentam consequências negativas relacionadas ao seu desenvolvimento, como desmame precoce, rejeição da mama, sucção prejudicada, pega inadequada e interferência no desenvolvimento orofacial (Cavalcante *et al.*, 2021).

Outro ponto de discussão foi o uso de bicos industriais como chupetas, mamadeiras e mamas artificiais, condições que apresentam influência negativa para o desenvolvimento do bebê e também prejudica a prática do AM, logo foi exposto que essa prática deve ser

desencorajada e não utilizada, pois a mama já supre todas as necessidades do bebê, além disso, está disponível de forma gratuita para a mãe (Silva et al., 2018).

Algumas mulheres também levantaram questões sobre a doação do leite materno, e essas dúvidas também foram discutidas, assim foi explicado que mulheres com maior produção de leite, podem doar para o banco de leite, onde o mesmo será processado, pasteurizado e armazenado de maneira correta, após isso, o leite é entregue para as mães cadastradas no banco que possuem uma menor produção, não sendo suficiente para a demanda de seus bebês (Brasil, 2023). A doação do leite humano é uma prática extremamente importante para a saúde pública, pois ajuda inúmeras mães na nutrição de seus filhos, mesmo assim Muller (2019) afirma que no Brasil existe uma quantidade limitada de mulheres doadoras e ainda cerca de 53% de mulheres entrevistadas em seu estudo, sequer sabiam o que era um banco de leite, isso enfatiza a importância de informar para as gestantes e puérperas o quão necessário é o AM, como também a doação do leite humano.

Por fim percebeu-se que todas as dúvidas dos participantes foram esclarecidas, os mitos e verdades foram explicados e assim o objetivo das ações foi conquistado, já que todos ali presentes firmaram um acordo de defender e priorizar o AM e o AME, principalmente as gestantes que frisaram o desejo de amamentar seus filhos após o nascimento, relatando que após as informações ouvidas e as comprovações expostas tiveram ainda mais vontade de realizar o AM ou AME.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do exposto e de toda experiência vivenciada, é nítido que as ações realizadas durante o mês de agosto sobre a temática da amamentação contribuíram de forma positiva para o conhecimento da população. Nesse sentido, a campanha Agosto Dourado apresenta um impacto significativo para a promoção da saúde, ressaltando a importância de frequentes ações sobre essa temática no contexto da atenção básica.

É importante destacar a educação em saúde como ferramenta de aproximação entre usuários de serviço, discentes, docentes e profissionais, onde as rodas de conversas sobre a temática de amamentação é um meio de instrução durante o pré-natal, e neste momento a comunidade tem a oportunidade de expor suas experiências e expectativas que contribuem no conhecimento sobre a amamentação e, conseqüentemente, adesão de mais mulheres ao aleitamento materno.

## 5 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da saúde. Conselho nacional de saúde. Artigo: aleitamento materno - muito além do agosto dourado. 2023. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/ultimas-noticias-cns/3129-artigo-aleitamento-materno-muito-alem-do-agosto-dourado>. Acesso em: 11 Nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Campanha nacional de doação de leite humano. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/campanhas-da-saude/2023/doacao-de-leite>. Acesso em: 15 Nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Eu quero me alimentar melhor: Alimentação durante a amamentação. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2018/alimentacao-durante-a-amamentacao-o-que-comer-e-evitar#:~:text=No%20per%C3%ADodo%20de%20aleitamento%20materno,uma%20alimenta%C3%A7%C3%A3o%20adequada%20e%20saud%C3%A1vel>. Acesso em: 15 Nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção Primária à Saúde. Amamentação exclusiva até os seis meses de vida protege e prepara o organismo do bebê, orienta publicação. 2022. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/noticia/17997>. Acesso em: 15 Nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde - Instituto Nacional do Câncer - INCA. Amamentação: Importante aliada contra o câncer de mama para as mães. 2023. disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/causas-e-prevencao-do-cancer/alimentacao/amamentacao#:~:text=Além%20da%20proteção%20do%20bebê,de%20câncer%20caem%20na%20mulher>. Acesso em 15 Nov. 2023.

CARVALHO, A. C. A. *et al.* Risks and Benefits of Breastfeeding in COVID-19: Integrative Literature Review. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 44, n. 5, p. 532–539, maio, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1055/s-0041-1741031>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgo/a/ms3qwWYMgS6M4rF3nyHWV4N/#>. Acesso em: 11 de Nov. 2023.

CAVALCANTE, V. O. *et al.* Consequências do uso de bicos artificiais no aleitamento materno exclusivo: uma revisão integrativa. **Aquichan**, v. 21, n. 3, 2021. DOI: <https://doi.org/10.5294/aqui.2021.21.3.2>. Disponível em: <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/15745>. Acesso em: 11 Nov. 2023.

COSTA, D. A. C. *et al.* Enfermagem e a Educação em Saúde. **Rev Cient Esc Estadual Saúde Pública Goiás “Candido Santiago”**. v. 6, n. 3, e600012, 2020. Disponível em: <https://www.revista.esap.go.gov.br/index.php/resap/article/view/234/90>. Acesso em: 11 Nov. 2023.

DIAS, R. B.; BOERY, R. N. S. DE O.; VILELA, A. B. A. Conhecimento de enfermeiras e estratégias de incentivo da participação familiar na amamentação. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 8, p. 2527–2536, ago. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/141381232015218.08942015>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/Z3YkRvmjcTvyQ8nRsc7gGCM/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 Nov. 2023.

GIUGLIANI, E. R. J. Growth in exclusively breastfed infants. **J Pediatr (Rio J)**, v. 95, n. 1, p. 79-84, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.11.007>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755718311197?via%3Dihub>. Acesso em: 13 Nov. 2023.

INCA - Instituto Nacional do Câncer. Ministério da Saúde. Cartilha câncer de mama, 8º edição, 2023. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/cartil1.pdf>. Acesso em: 15 Nov. 2023.

MULLER, K. T. C. *et al.* Conhecimento e adesão à doação de leite humano de parturientes de um hospital público. **Interações (Campo Grande)**, v. 20, n. 1, p. 315-326, 2019. DOI: <https://doi.org/10.20435/inter.v0i0.1588>.

RODRIGUES, G. P. N. *et al.* Avaliação do impacto de intervenção educativa em farmácias com promoção comercial de produtos que competem com o aleitamento materno. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 4, p. e00129919, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00129919>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/jjFbCwPngN74rH6L6kzGTbK/?lang=pt>. Acesso em: 11 Nov. 2023.

SILVA, V. A. A. L. *et al.* Maternal breastfeeding: indicators and factors associated with exclusive breastfeeding in a subnormal urban cluster assisted by the Family Health Strategy. **Jornal de Pediatria (Rio J)**, v. 95, n. 3, p. 298-305, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.01.004>.

World Health Organization. Indicators for assessing infant and young child feeding practices. 2008. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241596664>. Acesso em: 11 de nov. 2023.

World Health Organization (WHO). The optimal duration of exclusive breastfeeding: results of a WHO systematic review Genebra: WHO; 2001. Disponível em: <https://www.who.int/tools/elena/review-summaries/exclusive-breastfeeding--optimal-duration-of-exclusive-breastfeeding#:~:text=Observational%20evidence%20demonstrates%20that%20exclusive,bot h%20developing%20and%20developed%20countries>. Acesso em: 11 de Nov. 2023.