



CAPÍTULO 33

DOI: <https://doi.org/10.58871/CONSAMU24.C33>

PROMOVENDO A SAÚDE DA MULHER: ESTRATÉGIAS EDUCATIVAS NA PREVENÇÃO DE COMPLICAÇÕES MATERNAS DURANTE A AMAMENTAÇÃO

PROMOTING WOMEN'S HEALTH: EDUCATIONAL STRATEGIES TO PREVENT MATERNAL COMPLICATIONS DURING BREASTFEEDING

NAYANNE VIEIRA LIMA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

ANA JÚLIA MÁXIMO MENDES

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

LETÍCIA MIRELLY FAGUNDES XAVIER

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

MARIA FERNANDA DE OLIVEIRA ALVES

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

SABRINA DE ALENCAR RIBEIRO

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

THAYNÁ MILENA DOS SANTOS

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

MARIA SOCORRO FERREIRA DOS SANTOS

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

RAFAELLA DA COSTA RIBEIRO

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

JAYNE LIMA BEZERRA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

MARIA TAISSA DA SILVA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

VITÓRIA UCHÔA AMORIM

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)

ADRIANA DE MORAES BEZERRA

Doutora em Cuidados Clínicos em Saúde pela Universidade Estadual do Ceará

RESUMO



Objetivo: Tecer reflexões sobre complicações maternas da amamentação, destacando o papel crucial da enfermagem e sua contribuição para práticas mais eficazes na saúde materno-infantil. **Metodologia:** O estudo consiste em um estudo descritivo do tipo relato de experiência, realizado em novembro de 2023 no Centro Especializado de Atenção à Saúde Reprodutiva (CEMEAR) por acadêmicas de graduação em enfermagem. **Resultados e Discussão:** Uma ação específica foi realizada com gestantes no CEMEAR; a abordagem incluiu perguntas interativas, *folders* informativos e orientações acerca das complicações maternas durante o período de amamentação. Evidencia-se que estimular a amamentação pode transformar a experiência em momentos gratificantes. A importância do aleitamento materno é ressaltada como uma arte a ser apoiada, aprendida e ensinada pelos profissionais de saúde, família e comunidade, objetivando-se a prevenção de complicações. **Considerações finais:** experiência foi enriquecedora para as acadêmicas envolvidas, contribuindo para a conscientização sobre a relevância da amamentação.

Palavras-chaves: aleitamento materno; complicações maternas; estratégias educativas.

ABSTRACT

Objective: To reflect on maternal complications of breastfeeding, highlighting the crucial role of nursing and its contribution to more practical practices in maternal and child health. **Methodology:** The study consists of a descriptive study of the experience report type, carried out in November 2023 at the Specialized Center for Reproductive Health Care (CEMEAR) by undergraduate nursing students. **Results and Discussion:** A specific action was carried out with pregnant women at CEMEAR; the approach included interactive questions, informative folders and guidance on maternal complications during the breastfeeding period. Show that encouraging breastfeeding can transform the experience into rewarding moments. The importance of breastfeeding is highlighted as an art to be reinforced, learned and taught by health professionals, family and community, with the aim of preventing complications. **Final considerations:** the experience was enriching for the students involved, contributing to raising awareness about the relevance of breastfeeding.

Keywords: breastfeeding; maternal complications; educational strategies.

1 INTRODUÇÃO

O aleitamento materno é um procedimento natural que garante à criança o suprimento das suas necessidades nutricionais (Costa *et al.*, 2020). A alimentação no primeiro ano de vida tem uma importância fundamental no crescimento e desenvolvimento do bebê. O leite materno é um alimento vivo, completo e natural, adequado para quase todos os recém-nascidos, salvo raras exceções, e ajuda na adaptação dos bebês a outros alimentos (Levy; Bértolo, 2012).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que o aleitamento materno seja exclusivo nos primeiros seis meses de vida. Entretanto, esse é o período de maior risco para o desenvolvimento da mastite que pode afetar aproximadamente uma em cada quatro mulheres, com maior incidência durante as primeiras quatro semanas do puerpério (Wilson; Wood; Benova, 2020).



Dentre as dificuldades enfrentadas pelas puérperas no período da amamentação podemos destacar alterações nas mamas como: as fissuras mamárias e ingurgitamento mamário, associados às queixas de dor; endurecimento da mama, sangramento e febre; além de mamilo semi-plano (Silva *et al.*, 2021).

A relação causal entre a ansiedade e a amamentação não é clara. Se por um lado puérperas com níveis elevados de ansiedade são menos propensas a iniciar e manter o aleitamento materno, em especial o exclusivo por seis meses, por outro as dificuldades na amamentação são um gatilho para o incremento dos sintomas ansiosos que resultam em sentimentos maternos de menor capacidade de responder, de maneira sensível e eficaz, às necessidades do bebê (Abuchaim *et al.*, 2023).

Nesse contexto, a enfermagem pode e deve incentivar a amamentação e auxiliar a mulher quanto a forma correta de amamentar, como o modo correto de segurar a mama para introduzir na boca do bebê, qual posição mais adequada, para tal, como estimular o aumento da produção de leite e até mesmo como evitar o ingurgitamento mamário ou outras comorbidades na mama, podendo o profissional ir além do cuidados comuns, que muitas vezes são considerados insatisfatórios pela própria mulher (Almeida; Ozório; Ferreira, 2021).

A disciplina intitulada “Enfermagem no Processo de Cuidar em Saúde da Mulher”, que faz parte da matriz curricular do Curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA), teve como objetivo proporcionar, aos estudantes de enfermagem, vivências na relação entre ensino, pesquisa e extensão. Além de instigar os acadêmicos a utilizarem o conhecimento científico, a fim de contribuir com melhorias na sociedade, estendendo seus estudos para além das fronteiras da universidade.

Este estudo aborda a realização de atividades educativas com gestantes no Centro Especializado de Atenção à Saúde Reprodutiva (CEMEAR) em Iguatu, Ceará, visando conscientizar sobre complicações maternas durante a amamentação e estratégias preventivas. A justificativa fundamenta-se na incidência frequente de problemas como fissuras mamárias e ingurgitamento mamário, destacando a importância de intervenções educativas.

A relevância reside na aplicação prática da disciplina "Enfermagem no Processo de Cuidar em Saúde da Mulher" e na contribuição para a conscientização sobre complicações maternas na amamentação.

A abordagem qualitativa por meio do relato de experiência permite uma compreensão mais aprofundada dos desafios enfrentados pelas gestantes, contribuindo para a implementação de ações mais eficazes por parte dos profissionais de saúde.



Objetivou-se com este relato de experiência discorrer sobre as atividades desenvolvidas com as gestantes do Centro Especializado de Atenção à Saúde Reprodutiva (CEMEAR), localizado na cidade de Iguatu, Ceará, com o intuito de tecer reflexões junto ao público sobre as complicações maternas durante a amamentação e como preveni-las.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência e foi desenvolvido no mês de novembro de 2023. Foram realizadas atividades de educação em saúde, de acordo com a problemática que apresentou incidência na comunidade, envolvendo as complicações maternas na amamentação, com a população do Centro Especializado de Atenção à Saúde Reprodutiva (CEMEAR), localizado na cidade de Iguatu, no estado do Ceará, Brasil.

A ação foi desenvolvida por meio de abordagens grupais, com a utilização de metodologias ativas com tempo de duração de 40 minutos. Inicialmente foi feita a introdução sobre a temática e posteriormente houve o desenvolvimento da dinâmica com o público.

Participaram da vivência, ao todo, cinco acadêmicas do 7º semestre do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA), Unidade Avançada de Iguatu, que estavam vivenciando a disciplina de graduação “Enfermagem no Processo de Cuidar em Saúde da Mulher”.

Organizou-se o planejamento das ações realizadas em um quadro, no qual se elencam os temas que foram abordados, os objetivos das ações, os materiais utilizados e o número de participantes:

Quadro 1 – Planejamento de ações de educação em saúde sobre dificuldades maternas durante a amamentação. Iguatu, Ceará, Brasil, 2023.

ABORDAGENS	OBJETIVOS	MATERIAIS	NÚMERO DE PARTICIPANTES
Visita inicial: conversa com a equipe do CEMEAR	Identificação da problemática	Não uso de qualquer material, tendo havido a apresentação e a escuta atenta	1 enfermeiro 5 acadêmicos



2º CONSAMU

14, 15 e 16 de Junho

REALIZAÇÃO:



APOIO:



Apresentação da equipe e temática	Abordar as complicações maternas que podem ocorrer durante a amamentação.	<i>Folders</i> informativos	12 gestantes 5 acadêmicos
Dinâmica interativa	Realizar uma dinâmica sobre os mitos e verdades acerca das complicações a fim de identificar o conhecimento das gestantes e sanar suas dúvidas.	Caixa com perguntas e folder informativo	12 gestantes 5 acadêmicos
Identificação de fatores de risco	Abordar sobre a pega correta e incorreta na amamentação	Caixa com perguntas e <i>folder</i> informativo	12 gestantes 5 acadêmicos
Estratégias de prevenção	Abordar os cuidados para prevenir complicações	Caixa com perguntas e <i>folder</i> informativo	12 gestantes 5 acadêmicos

TOTAL DE ENCONTROS: 2

Por meio da visita inicial, no dia 23 de novembro de 2023, a enfermeira da unidade, relatou em uma conversa com as discentes que, de fato, essa temática seria imprescindível para a comunidade, pois o problema recorrente de complicações de puérperas durante a amamentação apresenta incidência na comunidade.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O ato de amamentar envolve não apenas o instinto materno e do recém-nascido, como também ajuda e técnicas que possam contribuir para a efetividade do aleitamento. Algumas mulheres têm sorte e amamentam sem dificuldades, mas a maioria das mulheres necessita de ajuda para amamentar. Para que haja sucesso no aleitamento, faz-se necessárias algumas orientações, preferencialmente dadas pela equipe de saúde, na tentativa de desmistificar alguns mitos e crenças que venham interferir na amamentação.



A amamentação tem ação importante para o lactente na proteção contra infecções, diarreia, doenças respiratórias, autoimunes, celíaca e de Crohn, linfomas, diabetes mellitus, entre outras. No primeiro ano de vida da criança, a maneira mais eficiente é a amamentação, dando desenvolvimento e atendendo a todos os aspectos psicológicos, nutricionais e imunológicos. O aleitamento materno é a mais importante e eficaz estratégia para a saúde da criança, reforçando vínculo afeto e proteção, além de garantir a nutrição adequada (Mendes *et al.*, 2019; Barbieri *et al.*, 2015; Silva *et al.*, 2020).

Segundo Cavalcante (2016), a promoção da saúde está inserida em um novo modelo de atenção, direcionado à busca pela qualidade de vida, tendo a educação em saúde como importante ferramenta de cuidado.

A ação realizada no Centro Especializado de Atenção à Saúde Reprodutiva de Iguatu (CEMEAR) ocorreu no dia 27 de novembro durante o período da manhã. Esta ação foi direcionada para gestantes, que compunham o público-alvo. Para alcançar os objetivos da ação, foram realizadas perguntas sobre os mitos e verdades relacionados à amamentação e as complicações maternas nesse período. Para o processo de elaboração das perguntas, foram realizadas pesquisas bibliográficas abrangentes sobre a temática abordada, que foram dispostas em uma caixa, na qual cada gestante retirava uma para responder.

Recursos como *folders* com informações preventivas também foram utilizados para auxiliar na execução da ação. A abordagem das gestantes foi realizada de forma respeitosa e informativa, visando fornecer suporte e orientação adequada sobre a amamentação.

Durante a ação também foi discorrido sobre os cuidados que devem ser realizados para evitar complicações durante a amamentação, como é importante garantir posições corretas e uma pegada adequada para evitar complicações e lesões nos mamilos. Além disso, manter uma boa higiene nas mãos e nas mamas, amamentar com frequência e cuidar dos mamilos que são cuidados essenciais. Evitar o uso de mamadeiras e chupetas, ter uma alimentação saudável, buscar apoio e orientação quando necessário, que são medidas importantes para uma experiência confortável e saudável para mãe e bebê.

A partir desse momento, é importante salientar que o desempenho da enfermagem frente às dificuldades que podem vir a ser enfrentadas contribuirá com a redução das taxas de desmame precoce e conseqüentemente aumento das taxas de aleitamento materno exclusivo sem complicações (Araújo *et al.*, 2021). Desta forma, a elaboração de estratégias e medidas com foco na sensibilização sobre as principais dificuldades podem prevenir intercorrências.

Dentro desse contexto, pensou-se na realização de uma abordagem lúdica, utilizando o espaço da unidade, que permitisse explanar a importância do aleitamento materno exclusivo,



bem-estar emocional e físico, sendo assim, a proposta desta foi que, através de perguntas, contidas na caixa, as gestantes pudessem expressar seus sentimentos e experiências que já ocorreram.

Autores apontam que a falta de orientação sobre problemas mamários apresenta-se como as principais dificuldades para a prática do aleitamento materno. Reitera-se, ainda, que ações educativas contínuas reforçam a importância de discutir sobre as dificuldades maternas da amamentação, acompanhando, ensinando e orientando sobre o ato de amamentar, tornando-se fundamentais para promover e proteger a amamentação, a mulher e o binômio mãe-filho (Vasconcelos *et al.*, 2020).

Ademais, a ação proporcionou um espaço acolhedor para as gestantes compartilharem suas histórias e reflexões. Elas discutiram as perguntas e expressaram os sentimentos que surgiram durante o processo de amamentação. A conversa foi enriquecedora e estimulante, promovendo uma conscientização profunda sobre a importância do aleitamento materno. Para as acadêmicas envolvidas na ação foi uma experiência valiosa, pois obteve-se a oportunidade de interagir e aprender com esses indivíduos mais experientes. Além disso, contribuiu-se para a sensibilização da importância da amamentação, enfatizando que pequenas mudanças de hábitos e atitudes podem impactar positivamente.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, amamentar é muito mais do que nutrir a criança, sendo essencial para promover a saúde mental, psíquica e física da mãe e do bebê, sendo um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho.

As dificuldades enfrentadas pelas puérperas no período da amamentação relacionam-se às fissuras mamárias e ingurgitamento mamário, associados às queixas de dor, endurecimento da mama, sangramento e febre, além de mamilo semi-plano.

Mesmo que as dificuldades desse processo sejam claras, desistir dele não é a melhor opção e ao estimular a amamentação consequentemente será enxergado de outra maneira onde a mãe e o bebê passarão por momentos relativamente gratificantes.

Dessa forma torna-se evidente a importância do aleitamento materno, pois a amamentação é uma arte a ser apoiada, aprendida e ensinada pelos profissionais de saúde, família e comunidade. Portanto a realização da ação de extensão se tratando dessa temática tão significativa tanto para as gestantes que participaram quanto para nós estudantes que idealizamos e realizamos a ação, foi de suma relevância para nós como futuros profissionais de saúde.



REFERÊNCIAS

ABUCHAIM, E.S.V. et al. Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para a amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, 2023.

ALMEIDA, A. P.; OZÓRIO, W. T.; FERREIRA, J. C. Os benefícios do aleitamento materno precoce. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 12, p. e427101220741, 2021.

BARBOSA, D.J; VASCONCELOS, T.C; GOMES, M.P. Fatores que interferem no aleitamento materno exclusivo durante os primeiros seis meses de vida do bebê. **Revista Pró-UniversUS**, v. 11, n. 1, p. 80-87, 2020.

CARVALHO, M.P; SANTOS, L.M.T.; ABILIO, C. O Aleitamento Materno. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 06, Ed. 01, Vol. 03, pp. 166-177. Janeiro de 2021.

CAVALCANTE, V.O.M. et al. Abordagem Grupal na Estratégia Saúde da Família. **RETEP-Rev. Tendên. da Enferm. Profis**, v. 8, n. 3, 2016.

CONSOLONI, D. Amamentação. **Manual MSD Versão Saúde Para a Família**. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/problemas-de-sa%C3%BAde-infantil/cuidado-de-rec%C3%A9m-nascidos-e-beb%C3%AAs/amamenta%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 27 de dezembro.

COSTA, DB et al. Atuação do Enfermeiro na Promoção do Aleitamento Materno. **Brazilian Journal of Surgery & Clinical Research**, v. 31, n. 3, 2020.

DE ARAÚJO, S.C et al. Fatores intervenientes do desmame precoce durante o aleitamento materno exclusivo. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 4, p. e6882-e6882, 2021.

LEVY, L; BÉRTOLO, H. Manual de aleitamento materno. **Lisboa: comité português para a UNICEF**, Comissão Nacional 2012. Disponível em: <https://www.unicef.pt/media/1581/6-manual-do-aleitamento-materno.pdf>. Acesso em: 13 dez. 20203.

MENDES, S, et al. Fatores relacionados com uma menor duração total do aleitamento materno. **Ciência & Saúde Coletiva**, 24(5), 1821-1829, 2019.

PEREIRA SILVA, A.C et al. Fatores associados ao tempo e à frequência do aleitamento materno. **Revista de Atenção Primária a Saúde**, v. 24, n. 1, 2021.

WILSON, E.; WOODD, S.L.; BENOVA, L. Incidence of and risk factors for lactational mastitis: a systematic review. **Journal of Human Lactation**, v. 36, n. 4, p. 673-686, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. Guideline: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services. **World Health Organization**, 2017.