A amamentação e suas descobertas: a prática de grupos de educação em saúde às gestantes

Flávia Camef Dorneles[1]
Paola Martins França [2]
Barbara Belmonte Bedin[3]
Diulia Molazzani Gabert [4]
Nathiely da Silveira Rodrigues [5]
Pauline Martins Aguirre [6]
Silvana Carloto Andres[7]

[1]Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago. **E-mail: flaviacamefd@gmail.com**
[2]Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago.
[3]Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago.
[4]Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago.
[5] Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago.
[6]Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago.
[7] Enfermeira. Mestre. Docente do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Campus Santiago.

Resumo: A amamentação é fundamental na saúde da criança, é o modo mais apropriado para o desenvolvimento saudável dos lactentes e o único alimento eficaz em atender adequadamente todas as necessidades fisiológicas das crianças menores de seis meses. O objetivo é relatar a experiência de acadêmicas do curso de Enfermagem da URI Câmpus Santiago, acerca da prática de grupos de educação em saúde sobre aleitamento materno na disciplina de Saúde da Mulher. Dessa forma, trata-se de um relato de experiência vivenciado no estágio obrigatório da disciplina de Saúde da Mulher, desenvolvido pelas acadêmicas do VII semestre do curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões- Câmpus Santiago, no período de maio e junho de 2019. Foi realizado um encontro com seis casais que puderam desfrutar de momentos de discussões, trocas e reflexões a cerca do processo de amamentação. Percebeu-se o quanto é essencial o acompanhamento do parceiro durante o pré-natal, parto e puerpério, bem como,

durante o processo de amamentação. Destacando a importância do profissional enfermeiro em todos esses momentos.
Palavras- chaves: Aleitamento Materno; Enfermagem; Educação em Saúde.

Breastfeeding and its discoveries: the practice of health education groups for pregnant women

Abstract: Breastfeeding is fundamental to the child's health, it is the most appropriate way for the healthy development of infants and the only food that is effective in adequately meeting all the physiological needs of children under six months. The objective is to report the experience of students of the Nursing course at URI Câmpus Santiago, about the practice of health education groups on breastfeeding in the discipline of Women's Health. Thus, it is an experience report lived in the mandatory internship of the Women's Health discipline, developed by the students of the VII semester of the Nursing course at the Integrated Regional University of the Upper Uruguay and the Missions- Câmpus Santiago, in May and June 2019. A meeting was held with six couples who were able to enjoy moments of discussions, exchanges and reflections about the breastfeeding process. It was realized how essential the partner's company is during prenatal, child-birth and puerperium, as well as during the breastfeeding process. Highlighting the importance of the professional nurse in all these moments.
Key-words: Breast Feeding; Nursing; Health education.

Introdução

A gestação traz consigo uma mudança de papéis para a mulher dentro da sociedade, sendo um feito que acaba gerando diversos sentimentos conflitantes e ambíguos. Gestar é um processo que pode originar medos, inseguranças e temores, que se misturam aos sentimentos de alegria, realização, satisfação e contentamento (Silva et al. 2017)

O Aleitamento Materno (AM) é o método de alimentação mais antigo e efetivo para a espécie humana. A amamentação de extrema importância na saúde da criança é adotada como o modo mais apropriado para o

desenvolvimento saudável dos lactentes e o único alimento eficaz em atender adequadamente todas as necessidades fisiológicas das crianças menores de seis meses (Lima, Cazola & Pícoli 2017).

Sabe-se que AM é composto de várias substâncias representadas por proteínas, gorduras e carboidratos, tornando-se um alimento indispensável e essencial para o desenvolvimento do bebê. Percebe-se então que o Aleitamento Materno Exclusivo (AME) é mais do que nutrir a criança, é um processo de envolvimento entre mãe e filho refletindo em fatores emocionais e nutricionais desta criança (Silva et al. 2018).

O recebimento somente de leite materno, direto da mama ou ordenhado, sem outros líquidos ou sólidos, consiste em Aleitamento Materno (Brasil 2015). Como medida de promoção do aleitamento materno, tem-se a realização de grupos no pré-natal. São praticas realizadas pelos enfermeiros com intuito de promover a participação da família junto ao momento gestacional (Da Silva et al. 2018).

O enfermeiro possui papel importante diante do incentivo do AM, pois mantem-se presente nos períodos de pré-natal, puerpério imediato, mediato e tardio. As ações de enfermagem se baseiam na implantação de intervenções intra-hospitalares e interinstitucionais, propostas através de profissionais habilitados e capacitados para realizar os cuidados de enfermagem, aos quais visam benefícios para a mãe e ao filho, auxiliando na promoção de uma pega adequada e cuidados com os seios (Da Silva et al. 2018).

Cabe ressaltar que o profissional de saúde deve apoiar e incentivar a lactante a realizar o aleitamento materno. Desta forma, deve prepara-la no âmbito psicológico, informando a esta mulher sobre a fisiologia da lactação, seus benefícios, além de como cuidar das mamas e ainda sobre o posicionamento dela e do filho durante a amamentação (Ferreira, Gomes & Fracolli 2017).

A partir disso, tem- se como objetivo relatar a experiência de acadêmicas do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões URI Câmpus Santiago, acerca da prática de grupos de educação em saúde durante o pré- natal com enfoque na temática de aleitamento materno. A relevância do tema se justifica, visto que, segundo Dominguez et al. (2017), na região sul do país, a prevalência de aleitamento

materno exclusivo é de apenas 24,5 % até os 120 dias de vida. Além disso, evidencia-se queda para 9,9% quando atingiam os seis meses de vida.

Materiais e Método

Trata-se de um relato de experiência vivenciado no estágio curricular na disciplina de Enfermagem no Cuidado a Saúde da Mulher, na realização do Grupo de Gestantes e Casais Grávidos. O grupo foi desenvolvido pelas acadêmicas do VII semestre do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões URI Câmpus Santiago, juntamente com as docentes da disciplina de Saúde da Mulher, no período de maio e junho do ano de 2019.

A universidade referida tem como missão desenvolver pessoas nos campos socioeconômico, educacional, cultural e político. Tornando isso possível por meio da promoção do conhecimento, além de ações que buscam empreender e inovar com caráter socialmente responsável e comprometido com o desenvolvimento humano e social (Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões 2019).

Destaca-se que a disciplina de Enfermagem no cuidado a Saúde da Mulher está inserida no Projeto Político Pedagógico do curso de graduação em Enfermagem no sétimo semestre e possui carga horária total de 150 horas, sendo 75 horas de aulas teórica e 75 horas de aulas práticas.

Dessa forma, as aulas práticas da disciplina ocorrem em dois diferentes cenários, a Atenção Primária à Saúde, na qual as atividades são desenvolvidas na Estratégia Saúde da Família (ESF) e a Atenção Hospitalar, no qual as atividades são desenvolvidas no Centro Obstétrico e Alojamento Conjunto. Além disso, neste semestre incluso às horas das atividades práticas estava a realização do grupo de educação em saúde com as gestantes e seus parceiros, no qual os encontros ocorreram na sede da própria universidade.

A turma foi dividida por grupos de estágio onde cada grupo recebeu uma temática para o desenvolvimento do encontro na respectiva data de realização. Os encontros ocorreram quinzenalmente com abordagem de diferentes temas a cada encontro, o tema amamentação foi designado a este grupo de acadêmicas para realização da atividade com os casais grávidos.

Resultados e discussões

A educação em saúde é um dos principais elementos para a promoção da saúde e uma forma de cuidar que leva ao desenvolvimento de uma consciência crítica e reflexiva que possibilita a produção de um saber que contribui para o autocuidado. Nota-se então que a educação em saúde está fortemente relacionada com o cuidado e remete ao duplo papel exercido pelos profissionais de saúde, considerados educadores por excelência (Vieira et al. 2016).

Inicialmente foi realizado o planejamento, pelas acadêmicas e docentes, do grupo de Gestantes e Casais Grávidos, levando em consideração a temática amamentação. Após o planejamento foi informado aos pais a data de realização do encontro, o qual contou com a presença de seis gestantes com idades gestacionais variadas além de cinco parceiros.

No primeiro momento os pais foram recepcionados e conduzidos à sala de realização do grupo, onde foi realizada uma roda entre gestantes, pais, acadêmicas e docentes. As rodas de conversa surgem como um espaço de escuta cuidadosa, que promovem o desenvolvimento de capacidade individual e coletiva. Além disso, também é considerada uma intervenção comunitária caraterizada por possibilitar a discussão, expressão de desejos e desabafos, resultando na troca de conhecimentos e experiências (Costa et al. 2015).

Logo após, os participantes apresentaram-se e deu-se inicio a uma dinâmica na qual cada casal retirava de uma caixa um papel contendo uma afirmação a respeito da amamentação, onde o casal deveria julgar se a afirmativa era mito ou verdade. Em seguida, o casal explanava em voz alta para o grande grupo, a afirmativa bem como a justificativa de julgar verdade ou não, neste momento foi possível ouvir opiniões de outros pais e assim promover um momento de reflexão diante da questão levantada.

Dentre as questões, foi discutido sobre os benefícios do AME. Neste momento, as gestantes relataram alguns benefícios que acreditavam ocorrer por meio do aleitamento materno que foram de acordo com o que discorre a literatura.

O leite materno proporciona ao bebê inúmeros benefícios tanto para a quem amamenta quanto para quem é amamentado. Dentre eles está a

diminuição na morbimortalidade, do risco de alergias, a diminuição de risco de doenças crônicas, além de evitar diarreia e a ocorrência de infecções do trato respiratório, proporcionando melhor nutrição e desenvolvimento da cavidade bucal e efeito positivo na inteligência. Já para a nutriz ele atua na proteção contra o câncer de mama, proporciona menores custos financeiros, além da promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho e melhor qualidade de vida (Da Silva et al. 2019).

Outra questão importante que emergiu no decorrer do grupo foi a respeito da afirmativa: Meu leite é fraco!. No momento de discussão desta afirmativa surgiram muitas duvidas e colocações por parte das gestantes e seus parceiros. Após escuta das argumentações do grupo, foi então esclarecido a respeito desse mito, visto que é um fator cultural. A grande maioria das mulheres tem leite suficiente para sustentar a criança, porém surge essa percepção devido ao desconhecimento das mães quanto às propriedades que tem em seu leite, além da falta de conhecimento da fisiologia da produção láctea, e ainda ao fato de relacionar o choro do bebê à carência de alimento, o que nem sempre é verdadeiro (Santos et al. 2015).

Além disso, foi abordado sobre a importância da pega correta do bebê durante a amamentação e logo depois foi demonstrada aos pais pelas acadêmicas, a forma adequada de realizar a pega. A maneira como a mãe posiciona o bebê para amamentar e a pega/sucção dele são muito importantes para que ele consiga retirar, de maneira eficiente, o leite da mama e também para não machucar os mamilos. Uma posição inadequada da mãe e/ou do bebê na amamentação dificulta o posicionamento correto da boca do lactente em relação ao mamilo e à aréola, resultando no que se denomina de “má pega”, que não proporciona o esvaziamento da mama, levando a uma diminuição da produção do leite (Da Silva et al. 2019).

Durante a realização do grupo foi transmitido às gestantes, tranquilidade diante das questões que surgiam enfatizando a importância do companheiro junto à mãe neste momento. Segundo Lima et al. (2017) o envolvimento do pai na amamentação, nos primeiros 10 dias após o parto, é fundamental a fim de que haja continuidade do aleitamento materno, devido às dificuldades que podem surgir na amamentação. É indispensável que se forme um elo entre mãe-pai- bebê desde a gestação. Ressalta-se que a presença mais ativa do pai na

fase de preparação para maternidade encorajaria a mãe a amamentar por mais tempo, a aprovação do pai para a amamentação é um fator primordial para o sucesso do AM.

Outro ponto discutido no grande grupo foi a respeito do armazenamento do leite materno. Algumas gestantes relataram durante a discussão deste tema, não saber como seria possível armazenar o seu leite e que necessitariam saber, pois muitas trabalham fora.

A partir disso, foi explicado ás gestante e pais presentes que o leite pode sim ser armazenado para posterior consumo do bebê. Isto é possível através da ordenha manual do leite materno colocando em uma vasilha de vidro esterilizada, preferencialmente em vidros de boca larga com tampas plásticas que possam ser submetidos à fervura durante mais ou menos 20 minutos. Depois de ordenhado o leite materno pode ser conservado na geladeira por 12 horas e, no freezer ou congelador, por 15 dias (Brasil 2015).

Sobretudo foi enfatizada importância da mamada em livre demanda e as fases do leite que são disponibilizados ao recém- nascido durante uma mamada correta destacando a que concentração de gordura no leite aumenta no decorrer de uma mamada. Assim, o leite do final da mamada (chamado leite posterior) é mais rico em energia (calorias) e sacia melhor a criança, por isso a necessidade do lactente esvaziar bem a mama (Brasil 2015).

Foi mencionado ainda sobre o uso da chupeta e suas implicações para a saúde infantil. É notório que o uso da chupeta está associado à maior incidência de oclusões dentárias, otite média aguda, além de dificuldade na respiração oral, alteração no sistema motor - oral, bem como no desenvolvimento da fala, sobretudo, o uso da chupeta ainda afeta diretamente o início e duração do aleitamento materno (Santos et al. 2017).

O uso da chupeta é evidenciado como desencadeador do desmame precoce, além da introdução de outros líquidos antes dos seis meses de vida. Nota-se a frequente prática de oferta de outros líquidos como chás, água e suco antes dos seis meses de vida da criança, o que pode acarretar na diminuição do consumo do leite materno e consequentemente menor extração do leite o que contribuirá para um menor tempo de aleitamento desta criança (Silva et al. 2018).

Destaca-se que estas foram as principais questões que emergiram durante o grupo, sendo ainda esclarecidas outras dúvidas a respeito do processo de amamentação. É notório que orientar sobre amamentação requer tempo, e isso dificilmente acontece nas consultas médicas de pré-natal. É preciso ter disponibilidade para ouvir essas gestantes, a fim de que elas possam relatar suas experiências pregressas, suas crenças e seus mitos, uma vez que isso são fatores que interferem para o estabelecimento da amamentação (Ferreira, Gomes & Fracolli 2017).

Conclusão

Durante a realização da atividade proposta, pode-se obter maior conhecimento acerca do aleitamento materno e educação em saúde. Pois por meio da troca de experiências e conhecimentos no grande grupo, foi possível realizar um momento de reflexões.

Emergiu a importância da realização de atividades educativas por meio de grupos em saúde. A prática de grupos permite ao profissional conhecer melhor suas gestantes em aspectos muitas vezes não percebidos durante uma consulta de pré-natal, além disso, permite a gestante que reflita sobre determinado tema e construa seu próprio raciocínio e julgamento, levando assim a um empoderamento diante das questões da maternidade.

Foi possível evidenciar a importância da presença do parceiro durante a realização do grupo. Uma vez que a rede de apoio da parturiente é indispensável quando trata-se de consolidação do processo de amamentação, pois muitas vezes apresentam sentimentos de negação, sentindo-se insuficientes diante das mudanças que emergem ao longo do processo de gestar e parir.

Ressalta-se a necessidade de qualificação e atualização profissional. Pois os enfermeiros devem ser os maiores transmissores de conhecimento a essas gestantes, a fim de promover um empoderamento que reflita na excelência do processo de amamentar e consequentemente no processo de desenvolvimento desta criança.

Referências

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar. Cadernos de Atenção Básica n.23. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
2. COSTA, R.R.O., FILHO, J.B., MEDEITOS, S.M., SILVA, M.B.M. 2015. As rodas de conversa como espaço de cuidado e promoção da saúde mental. Rev. de Atenção à Saúde, v. 13, n. 43, p. 30-6.
3. DA SILVA, A.X. et al. 2019. Assistência de enfermagem no aleitamento materno exclusivo: uma revisão integrativa/Nursing assistance in exclusive breastfeeding: an integrating review. Brazilian Journal of Health Review, v.2, n.2, p. 989-1004.
4. DA SILVA, D.S.S. et al. 2018. Promoção do aleitamento materno: políticas públicas e atuação do enfermeiro. Cadernos UniFOA, v. 12, n. 35, p. 135-140.
5. DOMINGUEZ, C.C., KERBER, N.P.C., ROCKEMBACH, J.V., SUSIN, L.R.O., PINHEIRO, T.M., RODRIGUES, E.F. 2017. Dificuldades no estabelecimento da amamentação: visão das enfermeiras atuantes nas unidades básicas de saúde. Rev enferm UERJ, Rio de Janeiro; v. 25, n. e14448, p. 1-6.
6. FERREIRA, M.G.C., GOMES, M.F.P., FRACOLLI, L.A. 2018. Aleitamento materno: orientações recebidas por gestantes acompanhadas pela estratégia saúde da família. Rev. Aten. Saúde, São Caetano do Sul, v. 16, n. 55, p. 36-41.
7. LIMA, J.P.; CAZOLA, O.L.H.; PÍCOLI, R.P. 2017. A participação do pai no processo de amamentação. Cogitare Enfermagem, v. 22, n. 1.
8. SANTOS, G.M.R., COSTA, L.S.A., MENDONÇA, B.O.M., BARROS, E.J., MOTA, R.M., OLIEIRA, V.C.C., NOGUEIRA, D.S. 2015. Mitos e crenças sobre aleitamento materno que levam ao desmame precoce nas estratégias saúde da família no município de firminópolis-go. Revista Faculdade Montes Belos (FMB), v. 8, n. 4, pp. 177-202.
9. SANTOS, T.R., SANTOS, G.B., TAVARES, L.S. 2017. Fatores associados ao uso de chupeta entre filhos de mulheres trabalhadoras com creche no local de trabalho. Revista CEFAC, v.19, n. 5, pp. 654-663.

10. SILVA, A.M; SANTOS, M. C. S; SILVA, R. S. M; FERREIRA, F. A; FREITAS, R. S. C; SANTOS, R. E. A; GOUVEIA, M. T. 2018. Aleitamento materno exclusivo: empecilhos apresentados por primíparas. Rev enferm UFPE on line., Recife, Vol.12, n.12, pp:3205.
11. SILVA, R.S., ROSA, M.,CÔRTES, R.M., ABRAHÃO, D.P.S. 2017. Conhecimentos e orientações recebidas no pré-natal, parto e puerpério acerca do aleitamento materno e as dificuldades apresentadas durante a prática da amamentação. JCBS, v. 2, n.3, p. 88-94.
12. UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES. 2019. Manual Acadêmico 2020. *Online [Internet].* Disponível em: http://www1.urisantiago.br/manuais/manual-academico-2020. Acesso em: 12 de dezembro de 2019.
13. VIEIRA, F.S., SOUZA, G.S., COSTA, E.S.,OLIVEIRA, T.M.P, NEIVA, N.J.L.M. 2016. Educação em saúde para promoção do aleitamento materno: relato de um projeto de extensão. Rev Enferm UFPI. V. 5, n.2, p. 80-83.