

PERCEPÇÃO DAS PUÉRPERAS E GESTANTES SOBRE A PRÁTICA E AS VANTAGENS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO, ATENDIDAS NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE – CENTRO EM SANTA CECÍLIA – SANTA CATARINA - BRASIL

PERCEPTION OF PREGNANT WOMEN ON POSTPARTUM PRACTICE AND THE ADVANTAGES OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING, ATTENDED THE BASIC UNIT OF HEALTH – CENTER IN SANTA CECILIA – SANTA CATARINA – BRAZIL.

Especificação: Trabalho de Iniciação Científica (Artigo Científico)

Professora: Verginia Silveira Barbi Coan
Professora da banca: Vania Collaço Sorgato.

Autor: Elaine Ramos Pereira Menegusse
Enfermeira
Pós-Graduada Saúde da Família (FACVEST)
Pós-Graduada em Obstetrícia e Neonatal (UNISUL)

**Endereço para correspondência: Rua Guilherme Rauen, 999. Centro - 89540-000
Santa Cecília – SC.**

elainemenegusse@yahoo.com.br

Telefone: (49) 8832 9286

PERCEPÇÃO DAS PUÉRPERAS E GESTANTES SOBRE A PRÁTICA E AS VANTAGENS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO, ATENDIDAS NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE – CENTRO EM SANTA CECÍLIA – SANTA CATARINA - BRASIL

RESUMO

Com o objetivo de conhecer a percepção de puérperas e gestantes atendidas na unidade básica de saúde – centro em Santa Cecília Santa Catarina sobre a prática do aleitamento materno exclusivo, realizou-se pesquisa de campo de caráter quali-quantitativa com um grupo de vinte gestantes que participaram de reuniões quinzenais na unidade de saúde. Das entrevistadas 80% acreditam que o aleitamento materno exclusivo traz vantagens para o bebê e algumas respondem que é “porque as pessoas dizem que o bebê fica mais gordinho” e não pela saúde dele. Há também a percepção de 80% delas de que há uma forma correta de amamentar, que depende da posição da mãe e do bebê, dos horários das mamadas, da higiene e que a pega deve ser correta para facilitar e promover uma boa mamada. Das pesquisadas 95% percebem que a alimentação da mãe interfere na quantidade e qualidade do leite que produz e que algumas comidas, se ingeridas, produzem cólicas no bebê. A maioria delas está motivada a amamentar, mas demonstraram preocupação com algumas situações que podem ocorrer com seu leite e com seus seios. É preciso que elas tenham a consciência das vantagens que a amamentação traz para a mãe, o bebê, a família e a sociedade para promoverem com maior segurança e afetividade. O estudo confirmou que há necessidade de um trabalho mais sistemático de orientação e incentivo às gestantes e puérperas para que promovam o aleitamento materno exclusivo, principalmente na idade entre zero e seis meses.

Palavras-chave: aleitamento exclusivo; puérperas; gestantes; recém nascido

PERCEPTION OF PREGNANT WOMEN ON POSTPARTUM PRACTICE AND THE ADVANTAGES OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING, ATTENDED THE BASIC UNIT OF HEALTH – CENTER IN SANTA CECILIA – SANTA CATARINA – BRAZIL.

ABSTRACT

Aiming to Understand the perception of mothers and pregnant women in basic health unit - center in Santa Catarina Santa Cecilia on the practice of exclusive breastfeeding was held field research with qualitative and quantitative character of a group of twenty women who participates in fortnightly meetings at the health unit. Most are motivated to express concern about breastfeed But some Situations That Can Occur with your milk and your breasts. They need to Have the awareness of the benefits breastfeeding That Brings to the mother, baby, family and society to promote: Greater security and affection. 80% of respondents believe That exclusive breastfeeding has Advantages for the baby and some respond That it is "because people say That the baby is more chubby" and not by his health. Also there is the perception of Them That 80% Is there a correct way to breastfeed, Which Depends on the mother and baby, teams of breastfeeding, hygiene and the grip That Must Be correct to Facilitate and promote: good feeding. 95% of Those Surveyed Perceive That the mother's diet Affects the Amount and quality of milk and That They produce some foods, if eaten, produce colic in infants. The study Confirmed the need for a more Systematic Encouragement and guidance to pregnant and postpartum women to promote: exclusive breastfeeding, es in aged zero to six months.

Keywords: exclusive breastfeeding; mothers; pregnant women; newborns

INTRODUÇÃO

Inúmeros são os benefícios do aleitamento materno para a saúde materno-infantil. Entretanto, apesar da veiculação da informação das vantagens do aleitamento materno exclusivo, continuamos a ver nossas crianças desmamadas precocemente ou ainda tomando chás ou outros alimentos juntamente com o leite materno, até mesmo antes dos seis meses de idade.

Cabe apenas à mulher a decisão de amamentar ou não o seu filho, porém cabe ao poder público garantir o acesso aos serviços de saúde e aos profissionais da saúde, fornecer todas as informações sobre a importância do aleitamento materno e sobre os prejuízos do aleitamento artificial, munindo a mulher de todos os elementos necessários para a tomada de decisão. (1)

Muitas vezes ocorrem alguns transtornos quando mencionamos sobre a importância da lactação aos recém-nascidos em virtude de uma série de mitos relacionados com a amamentação. Os princípios de uma pessoa, sua visão de mundo ou sua espiritualidade também podem ter resultado positivo ou negativo sobre sua saúde, já que os seres humanos em geral precisam encontrar uma explicação para suas experiências de vida, especialmente quando se encontram em momentos de fragilidade e dificuldade com a saúde (2).

O crescimento saudável é obtido com uma alimentação adequada. Na fase inicial da vida, o leite materno é indiscutivelmente o alimento que reúne as características nutricionais ideais, com balanceamento adequado de nutrientes, além de desenvolver inúmeras vantagens imunológicas e psicológicas, importantes na diminuição da morbidade infantil. A amamentação, é, então importante para a criança, para família e para a sociedade em geral (7).

O presente estudo teve como objetivo conhecer a percepção das puérperas e

gestantes atendidas na Unidade Básica de Saúde – Centro em Santa Cecília – Santa Catarina sobre a prática e as vantagens do aleitamento materno exclusivo, a fim de colaborar no incentivo e informações necessárias às mães, para promovê-lo, e assim diminuir a incidência de doenças e subnutrição até os seis meses de vida no mesmo município.

A pesquisa é importante na medida em que identifica a percepção das mulheres sobre o aleitamento materno, sobre as dificuldades e necessidades de informações e incentivo que apresentam e demonstra os efeitos benéficos do aleitamento exclusivo para a criança, a mãe, a família e a comunidade. Poderá, portanto contribuir para promover, apoiar e incentivar a amamentação.

REVISÃO DE LITERATURA

Importância do aleitamento

Compete a mulher a decisão sobre a melhor forma de como irá alimentar seu/sua filho/a, e compete ao poder público e aos serviços de saúde informá-la sobre as vantagens do aleitamento materno e as desvantagens do aleitamento artificial (1).

Para os bebês, principalmente até a idade de seis meses, o leite materno é essencial para a sobrevivência e para a qualidade de vida.

O leite produzido pelas puérperas sofre modificações em sua composição, tornando-se um alimento completo, com todos os nutrientes que o bebê necessita e a promoção da amamentação melhora a saúde e a qualidade de vida de toda a família (2).

A orientação adequada para puérperas e gestantes sobre a amamentação colabora na sua segurança e motivação, pois falhar na amamentação mesmo com um forte desejo de efetivá-la, pode ser devido a falta de acesso a orientação ou apoio adequado de profissionais ou de pessoas mais experientes dentro ou fora da família (3).

Uma boa amamentação depende também da interação entre a mãe e o bebê, a família e um bom suporte profissional. No pré natal as gestantes devem ouvir informações, tirar dúvidas e aprender a solucionar os problemas que surgem durante a amamentação, o que fazer quando voltar ao trabalho, os tabus sobre a amamentação e a importância do contato entre mãe e filho (3).

A mãe que amamenta se sente mais segura e menos ansiosa, há menos riscos de hemorragia, o útero volta ao seu tamanho normal com mais facilidade e rapidez, tem menos riscos de contrair câncer de mama, diminui o risco de osteoporose, e ajuda a voltar ao peso normal mais rapidamente (1).

A amamentação exclusiva e com livre demanda é preconizada até os seis meses e a sua manutenção com a devida complementação alimentar, até os dois anos ou mais.

O leite materno é a substância que contém todos os nutrientes necessários à criança, com substâncias imunológicas protegem contra doenças. Além de ser muito saudável, transcende o prisma biológico da promoção nutricional, pois supre as necessidades emocionais e de contato que o bebê tem auxiliando na intensificação do afeto entre mãe e filho (3).

MATERIAL E MÉTODO

A opção metodológica deste estudo decorreu das características dos objetivos pretendidos, sendo uma pesquisa de campo exploratória, com abordagem qualiquantitativa.

O presente estudo ocorreu em 2010 em uma unidade básica de saúde do município de Santa Cecília – SC, um serviço de caráter público em convênio com o Sistema Único de Saúde (SUS). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa

do Hospital Regional de São José Homero de Miranda Gomes, como regulamenta a Resolução 196/96 do Conselho Nacional da Saúde/Ministério da Saúde.

Para fazer parte da pesquisa foi necessário: ser puérpera ou gestante, não ser soropositiva, fazer consultas de pré-natal na unidade básica de saúde onde foi efetuado o estudo, participar das reuniões de grupo de gestantes, e concordar em participar assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A população foi composta por vinte (20) mulheres entre puérperas e gestantes que, concordaram em participar e que compartilharam quinzenalmente de reuniões do grupo. Foi uma amostra por acessibilidade, observando-se os critérios de exclusão. O grupo foi formado por uma (01) mãe de dois meses de puerpério e dezenove gestantes. Todas participaram de 04 reuniões e nenhum bebê nasceu neste período.

Na abordagem inicial, as gestantes e puérperas foram esclarecidas sobre a proposta da pesquisa, seus objetivos e caráter voluntário e sigiloso. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ocorreu a coleta de dados. Cada mulher recebeu um questionário na sala de reuniões da unidade básica de saúde e cada uma anotou, de próprio punho, no formulário, as suas respostas.

As puérperas e gestantes foram orientadas a responder o formulário de modo a manter o sigilo e o anonimato de todas as envolvidas na pesquisa, que incorpora em seu contexto, os quatro referenciais da bioética: autonomia, não maleficência, beneficência e justiça.

As respostas foram anotadas pelas próprias entrevistadas no formulário que continha questões abertas e fechadas.

Os dados foram coletados, registrados em planilhas de base de dados construídas no sistema de informatização para análise. Foram tabulados por meio de programas BrOffice.org Writer e Office calc por meio de contagem, tabulações, cálculos

de porcentagens e citações de algumas respostas para ilustrar e atingir os objetivos propostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

É importante que as mães, durante o pré-natal, recebam orientações adequadas quanto ao aleitamento materno a fim de que se sintam motivadas para amamentar os seus filhos. O leite materno, contém todos os nutrientes de que a criança precisa nos primeiros seis meses de vida, tendo água em quantidade suficiente, e é mais facilmente absorvido pelo bebê o qual mama com maior frequência do que aquele que toma mamadeira (4).

“O sucesso da amamentação depende do apoio e do incentivo do ambiente que cerca a mulher que amamenta e a qualidade da assistência que a família recebe nos momentos de dificuldade” (5).

O aleitamento materno exclusivo é importante para o desenvolvimento do bebê e para a criação do vínculo mãe e filho. Organização Mundial de Saúde (OMS) preconiza a amamentação exclusiva e sob livre demanda até os seis meses de idade, e sua manutenção, acrescida de outras fontes nutricionais até os vinte quatro meses de idade ou mais (6).

O pré natal é o melhor momento para se apresentar à mãe uma abordagem adequada a respeito da amamentação. É um período que a convivência com outras mulheres grávidas aumenta, a presença da família e as consultas médicas auxiliam na discussão produtiva sobre o aleitamento. O aleitamento materno é uma forma de prevenção primária da violência, pois, por meio dele, pode-se estabelecer fortes vínculos de afeto que se arrastarão pela vida toda (3).

O leite humano é a primeira fonte de nutrientes que uma criança necessita para

seu crescimento nos primeiros meses de vida. Os teores de muitos elementos minerais podem variar devido a alguns fatores, como a genética, a nutrição materna, o período de lactação e também entre os grupos étnicos. Para uma mesma mulher, são registradas variações no decorrer da lactação, ao longo do dia e durante uma mesma mamada, havendo diferenças entre o leite da frente e o último a sair (anterior e posterior) com alterações na concentração dos macro e dos micronutrientes (8).

A caracterização da amostra evidenciou que, quanto ao estado civil, 65% são casadas; 25% solteiras e 10% possuem união estável.

Foram entrevistadas vinte puérperas e gestantes na unidade básica de saúde com idades entre 15 e 34 anos e a média de idade é de 25 anos, aproximadamente.

Quando as gestantes foram interrogadas sobre a idade, escolaridade e profissão, elas mencionaram as informações apresentadas na tabela abaixo.

Tabela 1. Características socioeconômicas, das gestantes e puérperas atendidas na unidade básica de saúde central de Santa Cecília – SC Ago/Set de 2010.

Variável %	Categoria	
Idade (anos)	< 18	25
	≥ 18	25
	≥ 26	40
	≥34	5
	≤ 36	5
Grau de Escolaridade	Ensino Fundamental Completo	10
	Ensino Fundamental Incompleto.	15
	Ensino médio completo.	20
	Ensino médio incompleto	45
	Nível Superior Completo	10
Profissão	Do lar	80
	Estudante	05
	Auxiliar administrativo	05
	Costureira	05
	Fisioterapeuta	05

Fonte : Dados extraídos do instrumento de pesquisa.

O leite materno é uma substância extraordinária que contém nutrientes e enzimas

perfeitamente balanceadas, com substâncias imunológicas que ajudam a manter o bebê livre de doenças. Além de ser um líquido saudável, ainda é acompanhado do ato de amamentar que transcende o prisma biológico da promoção nutricional e de adaptação da criança. O momento da amamentação supre desde o início da vida do bebê as necessidades emocionais, além de ter o contato com a pele e os olhos da mãe (3).

Ao se inquirir as entrevistadas sobre a paridade, tipo de parto e se amamentaram ou não, elas mencionaram as informações apresentadas na tabela 2.

Tabela 2. Paridade e tipo de parto segundo, aleitamento materno das gestantes e puérperas atendidas na Unidade Básica de Saúde Central de Santa Cecília – SC Ago/Set de 2010.

Paridade		Tipo de parto		Amamentaram	
Nº	%	PN %	PC %	Sim %	Não %
≥ 3 filhos	20	70	30	30	70
2 filhos	20	100	0	-	-
1 filho	10	90	10	-	-
Sem filhos	50	0	0	-	-

Fonte : *Dados extraídos do instrumento de pesquisa.*

O primeiro passo do processo de tomada de decisão pela prática do aleitamento materno é identificar o desejo materno em amamentar. É, durante a gestação que as mulheres decidem-se em relação ao aleitamento materno. A gestação permite, em tempo hábil, repensar a decisão (9).

Apenas 30% das entrevistadas afirmaram terem amamentado seus bebês, sendo duas delas (10%) até os dois anos, duas (10%) até um ano, uma (5%) até os cinco meses e a última (5%) até os três meses. 14 pessoas (70%) dizem nunca terem amamentado. É importante lembrar que as gestantes que já tiveram experiências com a amamentação

encontram-se mais motivadas a continuar oferecendo seu leite ao bebê, desde o momento do nascimento. A percepção foi clara de que as gestantes, mais velhas e que já tiveram filhos, estão dispostas a continuar a amamentar.

Questionadas sobre ter recebido ou não orientação sobre amamentação durante o pré-natal e quem as teria dado, as puérperas e gestante manifestaram as seguintes respostas:

Tabela 3. Orientação sobre o aleitamento materno no pré-natal segundo, profissionais de saúde na Unidade Básica de Saúde Central de Santa Cecília – SC Ago/Set de 2010.

	Receberam orientações %	Profissionais		
		Médicos	Enfermeiros %	Outros
Sim	40	50	25	25
Não	60	–	–	–

Fonte : *Dados extraídos do instrumento de pesquisa.*

O que mais chama atenção é que 60% das entrevistadas dizem nunca ter recebido nenhuma orientação sobre o assunto, mesmo fazendo o pré-natal na unidade de saúde.

Um estudo revelou que um percentual significativo de profissionais nunca realizou qualquer curso sobre amamentação e as questões mais respondidas de forma incorreta diziam respeito à duração e frequência da amamentação (10). É fundamental que médicos juntamente com as equipes de saúde, façam avaliações para detectar as possíveis falhas na amamentação, para que não seja necessária a introdução de outros alimentos.

As equipes de Programa de Saúde da Família (PSF) devem ser reformuladas para que possam vencer as barreiras sociais. Ressaltam também que as equipes do PSF precisam estar bem mais capacitadas quanto ao aleitamento e atuar de forma mais intensiva na promoção e educação (11).

A promoção da amamentação deveria ser vista como uma ação prioritária para a melhoria da saúde e da qualidade de vida das crianças e das famílias. Promovê-la pode ser um bom exemplo de política pública que envolve a família, comunidade, governos e sociedade, com baixo custo e excelente impacto sobre o desenvolvimento infantil (12).

Foram perguntadas também sobre a existência de uma forma correta para amamentar, a interferência da alimentação da mãe na produção de leite e a relação entre estado emocional da mãe e a produção de leite. Os resultados obtidos foram os que constam na tabela 4 .

Tabela 4: Percepção sobre existência de uma forma correta para amamentar, a influência da alimentação e das reações emocionais da mãe na produção de leite.

Percepções das entrevistadas	%
Existe forma correta de amamentar?	
Sim	80
Não	20
Alimentação da nutriz interfere na amamentação?	
Sim	95
Não	05
As reações emocionais da mãe interferem na produção de leite ?	
Sim	95
Não	05

Fonte : *Dados extraídos do instrumento de pesquisa.*

A amamentação é uma prática que muitas vezes está acompanhada de mitos arraigados culturalmente por gerações associadas a influências externas de familiares, amigos, vizinhos, que contribuem para a perpetuação de informações equivocadas (13).

Também constatou-se preocupação das pesquisadas com relação ao nervosismo, stress e preocupação da mãe e a baixa produção de leite. Para ter uma boa produção de leite, deve-se amamentar o bebê com mais frequência. Quanto mais leite for

sugado dos seios, maior será a produção deste. Permitir que o bebê alimente-se sempre que tiver fome ajudará a melhorar a produção de leite. Sem relaxar, a produção de leite pode ficar muito baixa, quando trabalha demais ou quando a mãe se sente estressada devido a preocupação com a amamentação ou pelo fato de ser mãe recentemente pode diminuir a quantidade de leite (14).

A posição da mãe, sentada confortavelmente, o modo de pegar o bebê, a maneira do bebê sugar o seio na hora da amamentação auxilia para uma boa mamada. Por isso assegurar-se de que tanto o bebê quanto a mãe, encontram-se na posição adequada durante a amamentação é importante (14).

É necessário observar se a mãe está relaxada e o bebê está calmo e confortável. O profissional pode elogiar a nutriz aumentando assim a sua autoconfiança. O corpo do bebê deve ficar de frente para o da mãe e bem próximo dela. A organização corporal do bebê favorece a sua atividade oral. Durante a amamentação é o bebê que vai até o peito e a barriga dele deve encostar na parte superior do abdômen da mãe (3).

Alguns sinais da boa amamentação são: a boca do bebê está bem aberta: o lábio inferior do bebê está virado para fora, a mama mantém-se arredondada e não repuxada durante a mamada, a mãe pode ouvir o bebê deglutindo. Os sinais da posição correta da ambos são: a mãe está em posição confortável para ela e para o bebê, a cabeça e o corpo do bebê estão alinhados, o corpo do bebê está próximo e voltado para o corpo da mãe (15).

Solicitadas a explicar qual seria essa forma correta de amamentar responderam da seguinte forma: Duas entrevistadas, ou seja, 10% fizeram esta afirmação: "depende da posição do bebê, do horário da mamada, da higiene dos seios e do corpo, que deve ser oferecida a oportunidade do bebê mamar nos dois seios e ver a pega correta do seio". As demais não se manifestaram, ou seja, não responderam ao questionamento.

Quanto a alimentação da nutriz, acreditam que ela interfere na produção e na

qualidade do leite e apenas 5% acredita que não, mas disseram que algumas comidas que a mãe ingere pode causar cólicas no bebê.

O puerpério é um período no qual se aplicam tanto a prescrição, quanto a proibição de alimentos em prol da saúde da mãe e do bebê. Assim, a alimentação que a mãe ingere pode influenciar na qualidade do leite (16).

Quanto ao aspecto emocional da mãe, também acreditam que interfere na produção de leite e explicam da seguinte maneira “ se a mãe está nervosa o leite não desce. Ela deve estar tranquila, calma. Pode recair e parar de amamentar”.

A rede social que está amparando a nutriz é muito importante. Esta rede é o conjunto de relações que determinam as características da pessoa, tais como hábitos, costumes, crenças e valores. Ela, somada à maior vulnerabilidade da mulher às influências múltiplas, devido à maternidade e ao processo de lactação, exerce forte interferência na decisão da mãe de amamentar ou não e ainda na produção do leite em quantidade suficiente e com qualidade. Dentre as maiores influências no aleitamento materno estão as experiências anteriores e o estado emocional da nutriz, bem como a família e os profissionais de saúde, como fonte de incentivo/apoio (17).

Na questão considerada na pesquisa sobre a crença da entrevistada se o aleitamento exclusivo ajuda no desenvolvimento do bebê, 80% responderam que acreditam que ajuda e 20% responderam que não acreditam nas vantagens do aleitamento exclusivo para o desenvolvimento do bebê.

Com o aleitamento materno, o tempo de sangramento pós-parto diminui e faz o útero voltar mais rápido ao tamanho normal, pois, quando a criança suga, a hipófise posterior da mãe é estimulada a produzir o hormônio chamado ocitocina que contrai o útero, diminui o sangramento e favorece a volta mais rápida do útero (4).

E, para o bebê, a amamentação traz como algumas das vantagens: o leite materno protege a criança contra infecções, diarreias e pneumonias; diminui a

probabilidade de processos alérgicos melhorando ainda a capacidade de combater doenças mais rapidamente, previne ainda problemas ortodônticos, pois não há uso de chupetas e mamadeira (18).

Inquiridas sobre os benefícios que o ato de amamentar traz ao bebê, as entrevistadas manifestaram as opiniões expostas na tabela 5.

Tabela 5: Ato de amamentar e os benefícios para o bebê na visão de puérperas e gestantes na unidade de saúde de Santa Cecília – SC.

Percepções das entrevistadas	%	
	Sim	Não
Crescimento e desenvolvimento do bebê	55	45
Na respiração do bebê	40	60
Na formação da arcada dentária	70	30
Na mastigação	60	40
Na formação do vínculo afetivo entre a mãe e o bebê	55	45
Evita otite	35	65

Fonte : Dados extraídos do instrumento de pesquisa.

Em relação a amamentar ou não, 85% afirmaram que estão motivadas a amamentar enquanto 10% dizem que não e 5% diz que está mais ou menos motivada.

Questionadas sobre a crença que a amamentação traz vantagens para a mãe, 75%, responderam que acreditam. 20% das entrevistadas acreditam em leite fraco, porém as demais (80%) não acreditam que o leite possa ser fraco. As quatro questionadas do porquê da crença em leite fraco responderam: “Por falta de uma alimentação adequada e pouca ingestão de líquidos pode enfraquecer o leite”.

O aleitamento materno exclusivo é importante para o desenvolvimento do bebê e para a criação do vínculo mãe e filho, desse modo, favorece a criança e a mãe física e psicologicamente.

A baixa produção de leite é uma das queixas mais comuns que são ouvidas por profissionais da saúde. Sabe-se também que o bebê recebe tudo o que lhe é necessário de nutrientes pelo leite materno, mesmo que a mãe ache que produz pouco leite. Por isso, deve-se levar em consideração o quanto a criança está recebendo de leite e não o quanto a mãe pode produzir (3).

As principais dificuldades encontradas pelas pesquisadas, que já amamentaram foram: “Empedrou os seios, o bebê não aceitou, fez ânsia e deu dor nos seios”, porém não deixaram de amamentar por estas dificuldades.

As pesquisadas durante este estudo demonstraram preocupação com dificuldades de amamentação como o ingurgitamento e a dor do seio, e a baixa produção de leite.

São comuns de serem encontrados durante a amamentação, pois traumas e infecções mamilares e baixa produção de leite podem ocorrer quando os seios não são esvaziados corretamente. Técnicas inadequadas de amamentação, mamadas a qualquer momento, sem horários predeterminados, uso de chupetas e complementos alimentares podem contribuir para as complicações da lactação. O manejo adequado é então imprescindível para não correr o risco de um desmame precoce (19).

Apenas uma das puérperas (5%) respondeu que está efetuando amamentação exclusiva ao seu bebê (um mês) e que as orientações recebidas da enfermeira sobre o aleitamento foram importantes. Diz ainda que limpa os seios, posiciona o bebê corretamente e depois coloca para eructara.

Uma criança é considerada em aleitamento materno exclusivo quando ela recebe somente leite de peito, diretamente da sua mãe ou ama-de-leite, ou extraído, e nenhum outro líquido ou sólido, exceto gotas ou xaropes de vitaminas, suplementos vitamínicos ou medicamentos (19).

As gestantes, percebendo as mudanças que ocorrem nas mamas durante a gravidez que “ficam por conta dos hormônios ovarianos e placentários. Devido a intensos estímulos, as mamas já têm condições de produzir leite em torno da 16ª semana de gestação”, o leite materno é de grande importância para o bebê (20).

Por isso, deve-se fazer a promoção do aleitamento materno e divulgar suas vantagens desde o início da gestação.

Estudos realizados com o intuito de conhecer a percepção das puérperas e gestantes sobre a amamentação mostram a complexidade deste ato, uma vez que envolve uma série de fatores, principalmente psicossociais. Orientar para a amamentação é um grande desafio para o profissional da saúde, uma vez que ele (o profissional) se depara com uma demanda para a qual nem sempre está devidamente preparado e que exige sensibilidade e habilidade no seu trato (21).

O presente estudo confirma que as gestantes e puérperas ainda não estão dando o devido valor à amamentação exclusiva, percebe-se também, que é por falta de orientação, pois 60% delas dizem que não receberam nenhuma orientação sobre o aleitamento materno durante o pré natal e das que receberam, apenas 6 (30%) afirmam ter recebido do médico ou da enfermeira e as outras duas (10%) ouviram orientações de mãe e outros.

Oferecer outros alimentos como água, chá, sucos, frutas ao bebê até os seis meses de idade é prática comum, pois as mães acreditam que à medida que a criança vai crescendo, precisa de outros alimentos. Muitas vezes estes métodos são adotados por falta de paciência, tempo e até mesmo falta de conhecimento.

Muitos estudos realizados nas últimas décadas têm mostrado a importância do aleitamento exclusivo nos primeiros meses de vida e destacado o seu papel fundamental na redução da morbi-mortalidade por doenças infecciosas. Existem evidências de que a

introdução precoce de outros líquidos ou alimentos para bebês com menos de 6 meses não é somente desnecessária.

É também, potencialmente perigosa, aumentando os riscos de infecções, como por exemplo, as respiratórias. Apesar disso, as taxas de aleitamento exclusivo são ainda baixas em todo o mundo (22).

Muitos pesquisadores têm avaliado o impacto de estratégias para aumentar a duração total da amamentação, mas poucos estudam o efeito de tais estratégias sobre a duração do aleitamento exclusivo. As intervenções relatadas ocorrem no período pré ou pós-natal e variam em relação a como e onde as orientações são transmitidas.

Neste sentido, cabe a promoção de palestras, conversas e estudos para o grupo de gestantes e puérperas no sentido de educar, esclarecer as suas principais dúvidas sobre o assunto para que se sintam seguras na promoção do aleitamento materno sem que mitos e informações equivocadas possam prejudicar suas ações. A orientação às mães, em diferentes momentos, pode levar a mudanças significativas nos índices de aleitamento materno.

Embora a orientação no pré-natal e pós-parto imediato sejam importantes para o sucesso da amamentação, os resultados da pesquisa sugerem que o apoio às mães deve ocorrer também após a alta hospitalar, não apenas na forma de incentivo à amamentação, mas incluindo, também, orientações quanto à técnica correta e à resolução dos problemas que ocorrem durante a amamentação.

Acompanhar a nutriz durante as primeiras mamadas do bebê é também algo que a pesquisa mostrou necessária para que ela compreenda a postura e a posição de pega adequada da mama

O apoio de um profissional da saúde é importante para que a mãe reconheça os sinais que podem auxiliar na identificação da pega adequada do mamilo-areolar, bem

como a posição da mãe e do bebê.

Amamentar, é visto pela nutriz como o ideal de maternidade, dever, doação e sacrifício. E na queda da produção láctea, elas sofrem as consequências sentindo-se inadequadas ante o modelo de mãe (23).

A "falta de leite" talvez se deva ao fato da mulher atual ter um cotidiano mais ansioso e tenso e que em tempos passados, a avós transmitiam informações em relação ao aleitamento materno (21).

Leite insuficiente é uma das razões mais citadas pelas mulheres entrevistadas e depende da equipe de saúde as orientações sobre os parâmetros adequados de produção láctea (24).

Analisando as referências acima, são muitos os fatores que influenciam o desmame, entre eles, a crença caracteriza-se como a maior dificuldade. Praticamente todas as mulheres têm possibilidades biológicas de amamentar e toda nutriz produz leite suficiente para suprir as necessidades de seu filho. Para isso, ela necessita de tranquilidade, apoio profissional e familiar, respeitando sua individualidade e transmitindo confiança.

Trabalhar fora, sendo informal ou não, são fatores causadores do desmame precoce, pois estas mães sentem dificuldades em amamentar seus filhos já que muitas necessitam contribuir com seu trabalho para o sustento da família e desconhecem as leis trabalhistas. Sendo considerado um fator de risco para o desmame, a renda familiar apresenta-se como um fator associado à duração do aleitamento materno. Além do trabalho informal, o desemprego também pode interferir na prática do aleitamento materno (25).

Diversas estratégias foram adotadas no Brasil a partir de 1992 para incentivar o aleitamento materno como a criação do hospital amigo da criança, criação de bancos de

leite humano e, em diversas cidades, a realização de cursos de aconselhamento em amamentação. Em um momento inicial observou-se resistência, mas no momento atual verifica-se avanços dos indicadores de aleitamento exclusivo no Brasil e a consolidação de inúmeras estratégias para a promoção do aleitamento materno exclusivo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observou-se que as gestantes e puérperas atendidas na unidade básica de saúde centro de Santa Cecília – SC, não recebem orientações suficientes sobre a amamentação durante o pré natal, por meio dos profissionais de saúde que lá trabalham e, portanto, muitas delas apresentam dúvidas no que diz respeito a produção de leite e principalmente sobre as vantagens da amamentação exclusiva tanto para a mãe quanto para o bebê.

A amamentação é essencial para o bom desenvolvimento físico e psíquico do bebê. Do ponto de vista nutricional, o leite materno possui todos os nutrientes necessários à criança até os seis meses de idade, sendo dispensável qualquer outro alimento incluindo a água. Contém também endorfina que ajuda a suprimir a dor e anticorpos necessários para que a criança se defenda de muitas doenças que podem atacá-la nos seus primeiros meses de vida.

O leite materno é estéril, livre de bactérias e contém fatores anti-infecciosos que só podem ser encontrados no leite da mãe. Além de todas essas vantagens, crianças amamentadas desenvolvem um forte vínculo com a mãe, sentem-se menos rejeitadas, são mais seguras.

Outro dado importante é que os bebês prematuros, em especial se beneficiam com o aleitamento materno, pois o leite produzido pelas mães que tiveram bebês

prematturos é diferente do leite das mulheres que cumpriram toda a sua gestação. Durante todo o primeiro mês, ele é muito mais forte, similar ao colostro (o leite das primeiras mamadas, mais escuro e forte) (15).

A família toda tem vantagens com o aleitamento materno exclusivo, pois um bebê que mama no seio adoece menos, chora menos tornando a vida de toda a família mais tranquila.

As puérperas e gestantes mostraram-se interessadas nas vantagens do aleitamento materno exclusivo para a mãe e, a mãe que amamenta se sente mais segura e menos ansiosa, há menos riscos de hemorragia, o útero volta ao normal mais rapidamente, tem menos riscos de contrair câncer de mama, diminui o risco de osteoporose, estabiliza o progresso da endometriose e ajuda a voltar ao peso normal mais rapidamente.

Fornecer todas as informações de forma segura, com o aval da literatura especializada e esclarecer as dúvidas que vão surgindo durante o processo, são algumas das tarefas do profissional que trabalha na unidade de saúde e está em contato direto com gestantes e puérpera.

Ações de apoio à amamentação precisam ser reestruturadas para efetivamente ocasionarem o aumento das taxas de aleitamento materno exclusivo. Superar desafios e dar apoio efetivo as mães para beneficiar as crianças por meio de um aleitamento adequado, refletirá na qualidade de vida presente e futura tanto no aspecto físico quanto no emocional e social.

Pode-se avaliar que a percepção das puérperas e gestantes atendidas na unidade básica de saúde central de Santa Cecília -SC sobre a amamentação exclusiva é positiva, porém ainda há a falta de orientação adequada para que realmente venham a oferecer esse alimento a seus bebês com segurança.

REFERÊNCIAS

- 1- Martins, R. M. C.; Montrone, A. V. G. Da iniciativa unidade básica amiga da amamentação: educação continuada e prática profissional. Rev. Eletr. Enf., v. 11, 2009. Dissertação (Mestrado em saúde pública) Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 1999.
- 2- Vaucher, A. L. I.; Durman, S. Amamentação: crenças e mitos. Revista Eletrônica de Enfermagem. v.7, p. 207 – 214, 2005.
- 3- Rego, D. J. Aleitamento materno. 2 ed. São Paulo: Atheneu, 2006.
- 4- Alves, A. K. de L. A importância da amamentação. UNICAMP, Campinas, 2009. Disponível em: <http://www.nutriweb.org.br/n0101/amament.htm>. Acesso: novembro de 2009.
- 5- Ávila, A. A. Socorro Doutor: atrás da barriga tem gente. Atheneu, São Paulo: 1999.
- 6- Almeida, G.G; Spiri, W.C; Juliani, C.M; et al. Proteção, promoção e apoio ao aleitamento materno em um hospital universitário, 2009.
- 7- Lamounier, J. A. ; Viegas, G. O.; Gouvea, L. C. Composição do leite humano – fatores nutricionais. In: Rego, D. J. Aleitamento materno. São Paulo, Atheneu, 2001.
- 8- Oliveira, M.C.C. Práticas de Amamentação, Teores de Minerais e Vitamina A no Leite Humano em Diferentes Fases de Lactação segundo Variáveis Maternas. Belo Horizonte, 2003. 60 p. Tese (Mestrado). Faculdade de Farmácia/Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).
- 9- Silva, I. A. Amamentar: uma questão de assumir riscos ou garantir benefícios [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 1994.
- 10- - Arantes, C. I. S.; Montrone, A. V. G.; Milioni, D. B. Concepções e conhecimento sobre amamentação de profissionais da atenção básica à saúde. Rev. Eletr. Enf., v; 10, 2008.
- 11- Castro, R. A; Oliveira, E.M.; França-Botelho, A. C. Aleitamento materno em área de abrangência do programa de saúde da família. RBPS. v. 22, 2009.
- 12- Parada, C. M. G. L. Et al. Situação do aleitamento materno em população assistida pelo programa de saúde da família-PSF. Rev. Latino Americana de Enfermagem. v. 13, 2005.
- 13- Machado, M. M. T. A conquista da amamentação: um olhar da mulher. 1999.
- 14- Campos, S. de. Boa produção de leite materno. 06 de junho de 2003. Disponível em URL <http://www.drashirleydecampos.com.br/noticias/856>. Acesso em novembro de 2009.

- 15- King, F. S.; Como ajudar a amamentar. Brasília. Ministério da Saúde, 1998
- 16- Baião, M.R., Deslandes S. F. Alimentação na gestação e puerpério. *Rev Nutr* 2006; 19(2):245-253.
- 17- Barreira S. M. C.;Machado M. F. A. S. Amamentação: compreendendo a influência do familiar. *Acta Sci Health Sci* 2004; 26(1):11-20.
- 18- Barros, S. M. O. de; Marin, H. de F.; Abrão, A. C. F. de V. Enfermagem obstétrica e ginecológica: guia para a prática assistencial. 3. ed. São Paulo: Roca, 2002.
- 19- Giugliani, J.R.E. Problemas comuns na lactação e seu manejo. *Jornal da Pediatria*. novembro de 2009. Disponível em Disponível em URL <http://www.scielo.br/jped/v80n5s0/v80n5s0a06.pdf>. Acesso em novembro de 2009.
- 20- Ciapo, L. A Del; Ricco, G. R; Almeida, C.A.N de. Aleitamento materno. Passagens e transferências mãe-filho. São Paulo: Atheneu, 2004.
- 21- Araújo, R. M.; Almeida, J. A . G. Aleitamento materno: o desafio de compreender a vivência. *Rev. Nutr.* v. 20, 2007.
- 22- Cohen, R.J.; Brown, K.H.; Canahuati, J.; Rivera, L. L. Effects of age of introduction of complementary foods on infant breast milk intake, total energy intake, and growth: a randomised intervention study in Honduras. *Lancet* 1994.
- 23- Nakano, M.A.S. Mamede, M.V. A prática de aleitamento materno em um grupo de mulheres brasileiras: movimento de acomodação e resistência. *Revista latino-americana de enfermagem*, Ribeirão Preto, v.7, n.3, p.69-76, julho 1999.
- 24- Borges, A.L.V. Philippi. S. T. Opinião de mulheres de uma unidade de saúde da família sobre a quantidade de leite materno produzido. *Rev. latino-americana enfermagem*, 2003 maio-junho; 11(3):287-92.
- 25- Ramos, V. W, Ramos, J .W. Aleitamento Materno Desmame e Fatores Associados. *CERES*; 2007; 2(1); 43-50.

